

<<궁극의 자유를 위한 열쇠>>

Keys To The Ultimate Freedom

-레스트 레븐슨

목 차

1. 사랑은 두려움을 없애며 사랑이야말로 궁극입니다.
2. 사랑은 모든 것을 포용하고 모든 것을 신뢰합니다.
3. 사랑은 사랑 안에서 피어납니다.
4. 사랑은 개인적인 관점을 넘어서는 것입니다.
5. 사랑으로 사랑에 이르게 됩니다.
6. 사랑 Love
7. 사랑에 관한 모든 것
8. 사랑의 힘 1
9. 사랑의 힘 2
10. 다른 이들을 돕는 것 Helping Others
11. 사랑 내어줌 그리고 그리스도 의식
12. 행복·첫 번째
13. 행복·두 번째
14. 행복의 열쇠 The Key To Constant Happiness
15. 기본적인 목표와 그것을 이루기 위한 방법 F
16. 이제는 삶에서 기쁨을 창조하세요.
17. 마음 The Mind
18. 마음과 물질
19. 명상 MEDITATION
20. 성장과 받아들임
21. 성장은 매일의 일상에서 일어날 수 있습니다.
22. 완벽한 몸 A Perfect Body
23. 온전히 책임지세요. Take Full Responsibility
24. 영적인 성장 Spiritual Growth

25. 가족 관계 FAMILY RELATIONSHIPS
26. 게임 The Game - **Lester** Levenson
27. 깨달음 Realization
28. 무의식을 내려놓음으로써 깨달기
29. 문젯거리들은 어떻게 용해될까요?
30. 자유로 가는 마지막 단계 1
31. 자유로 가는 마지막 단계 2
32. 나는 무엇인가? WHAT AM I?
33. 카르마 KARMA
34. 탐구 명상 Meditation With Quest
35. 태도와 행위 Attitude and Action
36. 욕망 Desire
37. 왜 끝까지 가지 않으세요? WHY NOT GO ALL THE WAY?
38. 당신이 바로 그것입니다. Thou Art That
39. 세상 The World
40. 세속과 영성 WORLDLINESS AND SPIRITUALITY
41. 몸 The Body
42. 스승 Gurus And Masters
43. 에고 Ego
44. 참자아 THE SELF (YOUR SELF)
45. 치유 Healing
46. 레스터와 나 - Steven

1. 사랑은 두려움을 없애며 사랑이야말로 궁극입니다.

나는 의사에게서 더 이상 나를 쥐어짜며 살지 말라는 말을 들었고, 이제부터는 제 2의 인생을 살아야 한다는 말을 들었습니다.

왜냐면 나는 언제라도 죽을 수 있는 상태였거든요.

사실 이 말이 나를 죽을 만치 겁나게 만들었다구요!

며칠이 지난 뒤 전 자신에게 말했죠. "

어쨌거나 난 아직 살아 있다구. 이따위 쓸모없는 두려움일량은 집어던져 버리고, 대신 내가 뭘 할 수 있는지를 알아보자구."

나는 내가 답을 얻거나 아니면 지상에서의 삶을 떠나리라 결심했어요.

관상동맥 혈전증 따위에게 내 인생을 맡기지는 않을 거라구요.

의사들은 신장 결석으로 고통을 받을 때면 몰핀을 사용해도 좋다고 허락해주기까지 했죠.

내가 관상동맥 혈전증으로 의사들에게 경고를 받은 후에 한 일은, 세상으로부터의 단절 그것도 100%의 단절이었어요.

예전에는 전 뉴욕에서 생활할 때 예술 오페라 재즈 발레 극장 등등을 즐기는 매우 사교적이고 활동적인 사람이었어요.

나 자신으로부터의 회피를 위해 필요한 것들이었죠.

그러나 3개월 동안 나는 모든 사회 활동을 멈추었고, 데이트도 하지 않고 심지어는 주말에 여동생들과 그 가족들을 방문하던 것조차 그만 두었어요.

전화기도 집어던져 버렸죠. 정말로 세상과의 완전한 단절이었고, 뉴욕 시내 한가운데서 전 혼자 고립되었어요.

새벽 2시와 5시 사이에 먹을거리를 사기 위해 밖으로 나오는 게 전부였고, 그 시간이면 거리에는 사람이 없었죠.

맨하탄에서는 가게들이 밤새 문을 열고 있었지만 식료품 가게 주인 외에는 아무도 없었어요.

나는 완전히 세상에서 떨어진 채 혼자 대답을 찾기 위해 죽어라 골몰하고 있었어요.

나는 지난 40년간을 대부분 불행하게 보냈어요.

제가 이렇게 말한다면 친구들은 아마 저에게 이렇게 말하겠죠?

"Gee 이런 레스터 넌 모든 걸 가진 사람이잖아!"

하지만 전 제가 아무 것도 가진 게 없다고 느꼈습니다.

저에겐 좋은 가족들과 사랑이 넘치는 어머니가 있죠.

훌륭한 교육도 받았구요. 전 센트럴 파크 남부 116번지 펜트하우스에서 살았어요. 친구들도 무지하게 많았구요.

하지만 제 생활은 불행했고 병들어 있었답니다.

나는 20년 동안 견초열에 시달렸고, 15년동안 각종 궤양들과 천공된 궤양들에 시달렸고, 간은 비대해졌고 신장 결석까지 있었어요.

1년에 두 번 정도는 황달에 시달렸어요. 편두통도 있었죠. 그러다 갑자기 심장에 이상이 생겼고 두려움 좌절 분노가 내 삶을 움죄고 있었어요.

의사들은 심장 문제로 인해 '내가 언제든지 죽을 수가 있다'고 말했는데, "피할 수만 있다면 계단을 오르는 것은 생각도 하지 마세요."라는 경고를 듣는 지경에 이르고야 말았죠.

이 죽음에 대한 공포가 내 인생 전체의 공포보다 더 심했어요.

이로 인해 나는 드디어 결심을 해야만 했죠.

"내가 여기서 해답을 얻거나, 아니면 스스로 삶을 끝장낼 거야. 심장병 따위에 내 목숨을 맡기진 않겠다구."

그리고 신장 결석 때문에 의사가 처방해준 물핀이 있으니 그런 일 정도야 간단히 할 수가 있었죠.

해답을 얻고야 말겠다는 그 결심이 나에게 인생과 행복이 무엇인지에 대한 완전한 깨달음을 저에게 가져다주었어요.

나는 나의 아파트에 홀로 앉아서 그저 생각하고, 생각하고, 또 생각을 했어요.

나에겐 지금 절박한 문제가 있고 난 그것에 대한 답을 찾아야만 해요.

그래서 전 자리에 앉아서는 말했어요.

"레스터. 넌 꽤 똑똑한 편이야. 고등학생 때는 우등생이기도 했었잖아?

그리고 대학생 때는 장학금도 받았고 역시 우등생이었었지."

하지만 아무리 그랬더라도 난 바보 바보 바보였어요.

나는 어떻게 하면 행복해지는지에 대한 기본적인 것조차 모르는 바보 천치였다구요!

아 이젠 어떡하죠? 과거의 모든 지식 따윈 이젠 아무런 쓸모가 없어요.

그래서 전 그것들을 다 놓아버리고 처음부터 다시 시작하기로 했어요.

'오케이 좋아. 나는 누구지?

이 세상은 또 뭐지?

이 세상에 대한 나의 관계는 또 뭐지?'

나는 내가 알고 있는 조그마한 행복을 떠올렸고 그게 항상 여자와 관련이 있다는 것을 알게 되었어요.

"오 여자들에게 사랑을 받는 것이 행복이었군."

그러고는 생각을 했어요.

"글세, 나는 나를 원하는 사랑스러운 여자들이 넘쳐나지.

하지만 난 아직 비참하다구."

난 생각을 했어요. "그렇다면 행복은 사랑을 받는게 아닌 거야!!"

나는 그 생각을 다시 음미해보았고 내가 그들을 사랑했을 때 그때 내가 행복했었다는 것을 발견했어요.

결론: 나의 행복은 내가 사랑하는 능력과 같다.

그리고는 나는 다른 이들을 사랑하려는 강렬한 시도를 했어요.

나는 나의 과거 행동을 되살펴 보았습니다.

내가 스스로 누군가를 사랑한다고 생각했던 것들이 사실은 '사랑받고자 하는 것'일 뿐이라는 걸 알았어요.

예를 들어 나는 여자에게 잘 대해준 것이 '그녀로부터 무언가 다른 것을 원했기 때문에 그랬던 것'이라는 걸 알아차렸죠.

나는 스스로에게 말했습니다.

"레스터. 이런 **자식. 당장 그것을 바로잡으라구."

그리고는 그녀를 있는 그대로 사랑했습니다.

그녀로부터 무엇을 원해서가 아니라요.

나는 잘못을 바로 잡을 게 더 이상 보이지 않을 때까지, 계속해서 바로잡고 또 바로잡았습니다.

그 다음으로 나에게 찾아온 큰 깨우침은 '지성이란 무엇인가?'하는 것이었어요. 나는 우리들이 별 생각 없이 사용하는 지성이란 것의 전체적인 그림을 가지게 되었습니다.

또한 나에게 일어나는 모든 일에 내가 책임이 있다는 것을 발견했습니다.

그리고 나서는 모든 생각이란 조만간 -늦든 빠르든- 물질화된다는 것을 알게 되었습니다.

그 후로는 나는 '나에게 일어나는 모든 일'에 스스로 책임을 지기로 했습니다.

그것들을 살펴보면서 내 마음에 최초의 생각이 떠오르면, 그것을 의식할 수 있게 되고 그리고 나서는 그것을 놓아줄 수가 있게 되었어요.

나는 내가 창조한 모든 지옥들을 놓아주었고 그것들을 되돌렸어요.

모든 것들을 사랑으로 평등하게 대하고, 사랑받으려 하기보다는 사랑하려고 하고, 나에게 일어나는 모든 일들에 대해서 스스로 책임을 짐으로써 -나의 무의식적인 생각들을 찾아내고 그것들을 바로 잡음으로써- 나는 점점 더 행복해지고 점점 더 자유로워지기 시작했어요.

그러다 지성에 대한 어떤 흥미로운 그림이 마음속에 떠올랐습니다. 그건 놀이 공원에 있는 범퍼카들이 계속 서로 충돌하는 장면이었어요. 범퍼카는 제대로 운전하기가 어려워 자꾸만 서로 부딪히죠. 그들은 모두 위에 있는 철사 그물에서 긴 안테나처럼 생긴 막대기를 통해 전기에너지를 받습니다. 그 천장에 있는 전기에너지원은 나와 모든 사람에게 막대기로 연결되어 에너지를 공급하는 보편적 지성과 우주 에너지를 상징합니다. 우리는 범퍼카의 페달을 밟는 만큼 그 에너지를 사용할 수 있지요. 각 운전자는 천장에서부터 그가 원하는 만큼 지성과 에너지를 공급받습니다. 하지만 그들은 눈이 멀어서 다른 차들과 부딪히고 또 부딪힙니다.

처음 2달 동안 나는 "행복이 무엇이고 지성과 사랑이 무엇인가?"에 대한 해답을 찾았고 해답을 찾음에 따라 나의 긴장과 비참함의 무거운 짐에서 점차 벗어날 수 있게 되었어요.

첫 번째 통찰은 사랑에 관한 것이었어요. 나의 행복이란 내가 사랑할 수 있는 능력에 달렸다는 것이었죠. 이것은 어마어마한 통찰이었고 그것이 나를 자유롭게 하기 시작했어요. 나는 '내가 올바른 방향으로 가고 있다'는 것을 알아차렸고, 행복의 사슬에 끄트머리를 붙잡게 되었고, 나는 이 사슬의 전체를 보기 전까진 이걸 놓지 않으리라 결심했죠.

그리고 2번째로 나의 총체적인 생각이 나에게 일어나는 모든 일에 책임이 있다는 것을 깨달자 이것은 나에게 더 큰 자유를 주었습니다. 나는 과거에 내가 결정한 그리고 현재에는 잠재의식에 있는 모든 충동적인 행동들을 되돌려놓음으로써 나의 삶을 컨트롤할 수 있게 되었어요.

3번째 통찰의 국면은 '내가 진실로 누구인가?'에 대한 발견과 깨달음이었어요. 나는 우리 모두는 아무런 한계를 가지지 않는 무한한 존재임을 깨닫기 시작했

습니다.

그리고 모든 한계란 과거에 학습되어지고, 현재까지 붙들고 있는 '우리 마음속의 관념들'뿐이라는 것 또한 알게 되었죠.

우리가 우리 자신의 진정한 모습을 보게 된다면 우리는 우리가 과거에 생각했던 한계 지워진 존재가 아니라는 것을 보게 되고, 그 한계들을 쉽게 내려놓을 수 있다는 것을 알게 될 겁니다.

이 3가지 작업을 하면서 나는 점점 더 자유로워졌고, 내 가슴은 점점 더 가벼워져 갔습니다.

나는 점점 더 행복해지고 평화로워졌습니다. 내 마음은 고요해졌어요.

그러다 갑자기 호기심이 생겼어요.

"이게 이렇게도 좋은 것이라면, 이것이 얼마나 더 좋은 것일 수 있는지 알아야겠어. 나는 끝까지 한번 가볼 꺼야."

나는 불행한 삶을 살아왔어요.

그래서 이 멋진 행복감이 나를 찾아오기 시작했을 때 나는 모든 것을 원했고 끈질기게 파헤쳤어요.

그리고는 갑자기 어디서 오는지 알 수 없는 갑작스런 힘이 나에게 쏟아지기 시작했습니다.

나는 LA에 있는 친구에게 전화를 해서는 이야기를 했어요.

"거실에 지금 3사람이 있군." 이런 식으로 계속 내가 투시하는 것을 이야기를 하다가 문득 내가 친구를 놀라게 하고 있다는 것을 알고는 말을 끊어버렸어요.

나는 신성한 법칙이 작동하는 것을 보는, 기분 좋은 느낌에 놀랐어요.

매혹적인 것은 그 힘들 자체가 아니라 신성한 법칙이 작동하는 것을 지켜보고 목격하는 것 그 자체였어요.

그렇지만 정말이지 <행위자> 같은 느낌이 전혀 없었습니다.

나는 또한 이러한 것들에 집착해서는 안 된다는 것을 알았어요.

만약 내가 이런 것에만 관심을 가진다면 앞으로 나아가는 게 멈추리란 것을 알았습니다.

나는 이 무렵 이 세상은 단지 정신 작용 -꿈이라는 것을 알아차렸습니다.

그러니 꿈속에서 작용하는 힘들에 대한 관심은, 내가 빠져나오려고 하는 꿈으로 다시 나를 밀어 넣으리라는 것을 깨달은 것이죠.

나의 외로운 탐구의 시기가 거의 끝나갈 무렵 나는 알아채고야 말았습니다.

오! 이런, 세상 모든 일들은 단지 내 마음속의 꿈같은 것일 뿐이에요.
마치 밤에 꾸는 꿈처럼 말이죠!
그것도 당신이 밤에 꾸는 꿈보다 더 현실적이지도 않은 꿈 말입니다.
당신이 밤에 꾸는 꿈은 현실일까요?
아니오. 그것은 단지 당신의 마음속에만 있을 뿐입니다.
물론 아침에 꿈에서 깬 때까지는 그게 현실처럼 보이기야 하겠지만요.

새로운 진실은 <나는 있다>이고 그것이 존재하는 전부라는 겁니다!
나의 존재는 우주의 변함없는 에센스이고 물론 나는 희열에 가득 차 있습니다.
이 상태에서는 모든 세상이 완벽하게 보입니다.
내 몸을 바라볼 때 나는 이 몸 또한 완벽의 일부로 봅니다.
이것이 나의 모든 질병들을 바로잡아주었죠.
나의 정신이 더 높이 고양될수록, 내 육신에 에너지가 너무 넘쳐흘러서 꽤나 빠른 속도로 몇 마일이고 계속 걸어야만 하기도 했어요.
어떤 깨달음들은 육체가 감당할 수 있는 것 이상이기도 했어요.
그냥 가만히 앉아 있기가 힘들었죠.
몇 번이고 나는 새롭고 강렬한 에너지가 다시 들어올 수 있도록 걷고 또 걸어야만 했어요.
나는 잠재의식적인 심리적 장애, 경향성, 편견 등등을 되돌리고 있었어요.
그러면서 점점 더 자유로워짐을 깨닫게 되었고 마침내는 자유로움이 나의 기본적인 천성이 되었습니다.
나는 점점 더욱 자유롭고 또 자유로워져서는 충분할 만큼 정신적인 한계를 벗어 버리자 나의 진정한 자아가 스스로를 드러내기 시작했습니다.

나는 나의 진정한 <자기>는 존재 그 자체일 뿐임을 알게 되었습니다.
그리고 나의 존재는 바로 우주의 존재 그것이었어요.
그리고 '나는 우주의 모든 것과 하나'라는 것을 알게 되었습니다.
나는 우주의 모든 것 안에 들어있는 원자 하나하나와 하나였어요.
당신이 만약 이런 상태에 이른다면 당신은 개인적인 분리감 즉 <에고>의 느낌을 몽땅 다 잃어버리고 말 겁니다.

내가 나 자신이 우주의 존재 그것임을 알게 되었을 때, 이 세상의 모든 것들은 마치 꿈처럼 나의 상상에 의한 이미지에 불과함을 알게 되었어요.
나는 내가 육체라고 상상하거나 꿈을 꾸었죠.

지금 이 순간 나는 내가 이 육체라고 꿈꾸고 있어요.
실제로는 말이에요, 유일한 존재는 바로 <존재>일 뿐입니다.
이것이 바로 모든 삼라만상 뒤에 있는 변함없는 진정한 근본이죠.
그리고 당신 또한 그러합니다.

나의 탐구가 시작될 무렵 나는 더 이상 떨어질 나락이 없는 상태였어요.
나는 오랜 세월 온갖 질병들에다가 심장 이상 그리고 깊은 죽음에의 침울함과
비참함에 찢어있었어요.
그러나 3달 뒤 나는 완전히 반대 극단에 서 있게 되었어요.
나는 너무나 행복했고 내 얼굴에서는 미소가 떠나질 않았어요.
이루 말로 표현할 수 없는 환희심과 가벼움으로 말이에요.
내 인생의 모든 것이 나에게 활짝 열려있었습니다. - 내 삶에 대한 완전한 이
해를 통해서 말이죠.
그것은 간단히 말해서 우리 모두는 한계라는 개념을 스스로에게 부여한 무한
한 존재라는 것입니다.
그리고 우리는 스스로 받아들인 한계로 인해 비참한 생활을 하고 있었어요.
마치 그게 진짜인 것처럼 말이죠.
왜냐면 그것들은 우리의 타고난 본성인 완전한 자유와는 정반대의 것이니까요.
하지만 그것들은 모두 환상이고 정신적인 개념일 뿐입니다.

이전의 삶과 이후의 삶은 완전히 서로 다른 2개의 극단입니다.
처음에는 극도의 비참함과 고통이었어요.
이후에 삶은 도저히 말로 표현할 수 없는 행복과 고요함이 되었어요.
삶 그 자체가 너무나도 아름답고, 너무나도 조화롭게 되어서 매일 매일 모든
날들이, 모든 것들이 완벽하답니다.

뉴욕 도심에 차를 몰고 다닐 때 빨간 신호등에 걸리는 경우가 거의 없어요.
내가 주차를 하려하면 두 세 명의 사람들이 멈추어 서서는 나에게 주차장 방
향을 알려주려고 거리로 나오기도 합니다.
택시 운전사들이 내가 주차할 곳을 찾는 걸 보고 자신의 주차 장소를 양보하
는 경우도 여러 번 있었어요.
그리고 나서도 자신들이 왜 그렇게 했는지 모르는 겁니다.
주차해 있던 경찰들도 자리를 뜨면서 나에게 주차할 데를 내주더군요.
왜 그렇게 하는지 모르면서 말이죠.

그러나 난 그들이 그렇게 하면서 기분이 좋을 거라는 것과 앞으로도 계속 그렇게 하리라는 걸 알았어요.

그리고 나는 항상 그들에게 감사하는 마음을 가지고 있죠.

가게에 들어갈 때에도 판매원이 가던 길을 멈추고 행복한 마음으로 나에게로 와서 도와줍니다.

식당에서 내가 주문을 해놓고 난 뒤에 마음이 바뀌면 내가 말하지 않아도 내가 원하는 걸 가져오더군요.

나의 진동이 그들을 기분 좋게 만들어 주고, 그들로 하여금 나에게 무언가를 베풀어주고 싶은 마음이 생기게 하는 겁니다.

그것이 그들을 더욱 사랑이 넘치는 사람으로 만들어 주고, 그들은 기꺼이 나를 도와주려고 하는 거죠.

실제로 모든 이들이 당신을 도우려 움직입니다.

당신이 조화 속에 있고 그리고 당신이 어떤 생각을 일으킨다면, 우주의 모든 원자들이 당신의 생각을 충족시키려 움직입니다.

이건 사실입니다.

조화 속에 있는 것은 기분 좋고 유쾌한 상태입니다.

모든 것이 당신을 도우러 오기 때문이 아니라 그 속에서 신의 활동을 느끼기 때문입니다.

그건 정말 대단한 느낌이죠. 상상하기도 힘들 겁니다.

조화 속에 있을 때 당신은 모든 곳에서 신을 만나게 됩니다.

당신은 모든 곳에서 활동하는 신을 만나봅니다.

그런 시간이나 사건 벌어지는 일이 아니라 신의 활동을 즐기는 거죠.

그의 활동이 바로 궁극적인 것이죠.

우리가 조화 속에 있을 때, 우리의 사랑하는 능력이 극대화되어 극도의 강렬함으로 모두를 사랑하게 되며, 그로 인해 우리는 우리가 살 수 있는 '가장 기쁜 삶'을 살게 되는 겁니다.

2. 사랑은 모든 것을 포용하고 모든 것을 신뢰합니다.

나는 나 외의 모든 사람들도 내가 발견한 것을 알았으면 하는 느낌을 가지게 되었습니다. 그게 나에게 일어난 첫 생각이었죠.

하지만 내가 어떻게 그걸 할 수 가 있을까요?

나는 가장 효과적인 방법이, 아이들의 교육 시스템에 이 지식을 도입하는 것이라고 생각했습니다.

이것을 추진할 생각을 하던 중 어느 날 내가 학부모들과 아이들이 바랄지도 모르는 전통적인 교육 방식에 끼어드는 것이 옳지는 않다는 생각이 문득 들었습니다.

이것은 아이들과 부모들의 카르마에 끼어들어 간섭하는 것이 될지도 모른다는 것이었죠. 그래서 나는 그 계획을 놓아보내기로 했습니다.

카르마는 보상의 법칙으로 당신이 내보낸 것은 모두 당신에게로 되돌아오는 것이죠.

나는 아이들의 삶의 방식에 끼어들어 간섭할 권리가 없었습니다.

왜냐하면 그들의 삶은 그들이 선택한대로 조화를 이루어 나갈 것이기 때문이었죠.

그래서 2번째로 떠오른 생각이 나는 ‘내가 이룬 모든 것들을 증명해보이리라’는 것이었습니다.

그리고 그것이 자연스럽고 과학적인 것이라 생각했죠.

내가 다른 이들에게 모든 것을 증명해 보인다면 내가 그들에게 이야기 하는 것 보다 더 효과적이리라는 것이죠.

그래서 나는 나에게 찾아온 이 모든 새로운 깨우침들을 입증해 나가기로 했습니다.

나는 내가 원하는 것들을 심상화하기 시작했습니다.

처음에는 소소한 것들이었죠.

그리고 그것들은 아주 빨리 현실화되었습니다.

그러자 나는 내가 큰 소망들을 얻지 못하도록 가로막는 유일한 것은 ‘내가 감히 큰 것들을 기대할 수 있으리라 생각지 못하는 바로 그것’뿐이라는 것을 깨달았어요.

그래서 스스로에게 물어보았죠.

‘내가 생각해 낼 수 있는 가장 큰 소망이 무엇일까?’

그리곤 말했어요.

‘오호, 캐딜락. 특별히 제작된 차체를 가진 캐딜락!’

나는 특별히 제작된 차체를 가진 캐딜락을 심상화 했고, 내가 그것을 운전하고 그것이 나의 것이라는 심상화를 했습니다.

그리고 나서는 그 심상을 놓아주었어요.

왜냐하면 그건 틀림없이 나의 것이니까요.

2주쯤 뒤에 알고 지내던 지인이 와서는 말하기를 "이봐 레스터. 내가 당신에게 주려고 정말 멋진 캐딜락을 하나 구입했는데 말이지."하면서, 그게 어떤 차인지 설명하는 겁니다.

그 차의 색깔은 내가 마음속으로 생각했던 그 색깔이었고 모든 게 내가 심상화하면서 본 그대로였어요.

"내 친구 중 한명이 그것을 구입했는데 말이지. 특별히 제작된 차체라구. 하지만 그가 웬지 그것을 원하지 않게 되어서 내가 4000달러를 주고는 구입했지."

그가 그 말을 했을 때 나는 그를 쳐다보았어요.

나는 돈이 없었기 때문이죠.

"아! 돈 걱정은 하지 말게나. 내가 돈을 내어줄테니깐."

나는 그에게 말했습니다.

"글쎄요. 내일까지 제가 대답해 드리면 안될까요?"

그는 이상하다는 듯 나를 쳐다보았어요.

누가 이런 제안에 대답을 하루 있다가 해준다고 하겠어요?

하지만 그는 말했습니다.

"아아~ 물론 괜찮아요. 그렇게 해요."

나는 생각을 해보았습니다.

나는 오래된 차를 처분한 상태였어요.

뉴욕시에서는 그게 귀찮은 골칫거리였어요.

그리고 나는 캐딜락 같은 차를 몰고 다니면서 호사스럽게 지내는 게 별로였어요.

나는 사람들과 잘 어울리고 싶었고, 대부분의 사람들은 캐딜락을 몰고 다닐 형편이 못되었죠.

그리고 나는 다른 사람들의 질투의 대상이 되고 싶지도 않았구요.

또 이렇게도 생각을 했어요.

"그래. 내가 지금 이걸 해낼 수 있다면 언제라도 다시 해낼 수가 있어."

다음날이 되었을 때 나는 그 차를 받기를 거절했어요.

그건 제 친구에게는 너무나 놀라워서 거의 충격적인 일이었죠.

나는 이런 식으로 내가 깨달은 다른 모든 법칙들을 증명해 나갔어요.

나는 처음부터 언젠가는 내가 세상으로 다시 돌아가야 한다는 것을 알고 있었 습니다.

하지만 그 당시에는 너무 멀리 와 있어서 그러긴 힘들었어요.

모든 사람들의 마음속이 책처럼 활짝 펼쳐 있었어요.

나는 사람들에게 이렇게 말하곤 했어요.

"당신이 만약 이러 이러한 것들을 한다면 당신의 문젯거리는 해결될 겁니다."

나는 그들이 필요로 하는 것에 바로 초점을 맞출 수 있었고 그들에게 간단한 한 문장으로 이야기해주곤 했어요.

하지만 그들과는 너무 동떨어져 있었고 거의 효과가 없었어요.

가끔 나는 어떠한 질문도 받지 않은 문젯거리에 대해 답을 해주곤 했고, 혹은 어떤 사람이 나에게 질문을 하면 내 대답은 그 질문과는 전혀 상관없는 것이 기도 했어요.

나는 사람들이 겉으로 말하는 질문보다는 그들이 진정으로 알기를 원하는 것 에 대답을 해주었어요.

나중에는 이러한 형이상학적인 주제에 대해서 공부를 하는 그룹들이 있다는 것을 알게 되었죠.

내가 알고 있는 것은 말로 할 수 있는 건 아니었지만 그것들에 대해 토론하는 그룹들이 있더라구요!

나는 이러한 주제들에 대해 토론하는 사람들을 만나기로 결심을 했고 자연스레 연결이 되었어요.

나는 모든 사람들에게 말할 수 있도록 그들의 언어를 배우기 위해 모든 주요한 형이상학적인 그룹들을 공부했어요.

하지만 결국 가장 좋은 언어는 단순한 것이라는 걸 알게 됐어요.

바로 우리 모두가 일상에서 사용하는 영어였어요.

나는 종종 뉴욕에 있는 스타인웨이 홀에 들러서는 다양한 강의들에 참석을 했고 내가 도움을 줄 수 있는 사람들을 만났습니다.

하지만 단지 몇 명뿐이었고 그게 다였어요.

나는 대중적인 선생이 될 타입은 아니었던 것이죠.

나의 가족들에게 있어서 나의 변화는 도무지 이해할 수 없는 것이었어요.

내 여동생 도리스는 나를 저녁 식사에 초대하기 위해 전화를 했어요.

그녀가 말을 꺼내기도 전에 나는 "오케이 도리스. 저녁 먹으러 가도록 하지.

15분 뒤에 봐." 그리고는 전화를 끊었어요.

그리고 나선 도리스가 나에게 말 한마디 꺼내지도 않았다는 걸 깨달았죠!
나는 종종 여동생과 처남인 내트의 집에 들리곤 했었는데 내트는 가끔 나에게
"레스터, 내 라디오 좀 고쳐줘요. 한때 엔지니어셨었잖아요."
그럼 저는 슬쩍 들여다보고는 이렇게 말하죠.
"내트, 여기 튜브가 느슨해졌군." 이렇게 말하고 튜브를 조여주면 그건 작동이
되곤했어요.
내가 이렇게 6번인가 8번인가 고쳐주고 난 다음에 내트가 알아차리곤 이렇게
말했어요.
"근데 레스터. 좀 이상한 게 있어요. 나의 라디오나 하이파이가 고장 날 때마
다 당신은 매번 튜브가 느슨해졌다고 그러고 조이기만 하면 작동이 되는데
어떻게 그럴 수가 있죠?"
나는 말했어요. "내트. 그건 그냥 튜브가 느슨해진 것일 뿐이라구."
나는 그가 내가 한말을 믿지 않으리라는 것을 알고 있었죠.
그는 그런 이상한 일을 받아들일 수가 없었을 거예요.
나는 그저 라디오를 완벽한 것으로 보았고 단지 그가 이해할 수 있도록 튜브
를 만지작거린 것일 뿐이었죠.

깨달음을 얻은 후에 나는 다른 사람들에게 그들도 자신이 원하는 것을 뭐든지
가질 수 있다는 것을 증명하기를 원했어요.
심지어 나는 백만장자가 되었어요.
나는 부동산 사업을 시작했습니다.
내 생각은 "내가 투자할 돈이 하나도 없이 맨하탄에 빌딩을 몇 개나 가질 수
있을까?" 하는 것이었습니다.
사실 그 당시에는 돈이 한 푼도 없었어요.
빌딩에 투자할 돈이 한 푼도 없었지만, 나는 내가 맨하탄의 그 빌딩들을 다 살
수 있다는 것을 분명히 보았어요.
그리고 나는 그 생각을 계속 밀고 나갔죠.

내가 구입한 첫 번째 건물은 하나의 단위로 인접해 있는 2개의 10가구가 들어
있는 건물이었어요.
나는 그것을 아주 좋은 가격에 구입했기 때문에 은행이 그 건물을 평가하고
융자를 해준 돈으로 그 빌딩을 구입하고도 천 달러나 남았어요.
그래서 나는 이제 2채의 건물과 덤으로 천 달러를 가지게 되었죠.
다음으로 나는 500달러를 보증금으로 내고서는 동부 79번 거리에 있는 18개

의 집들을 계약했습니다.

3주 만에 나는 그 집들의 월세 계약을 다 끝내었고 2천 달러의 수익을 올리게 되었어요.

약 2년 만에 나는 23개의 아파트를 소유하게 되었어요.

그것들을 나는 돈 한 푼도 쓰지 않고 구입을 했고, 필요하다면 나의 변호사가 나에게 돈을 빌려 주었죠.

그리고 그 건물들에게서 나오는 임대 수익은 나의 보증금과 모든 비용들을 다 제하고도 이익이 남을 정도였죠.

내가 하는 모든 계약들은 그것과 관련된 모든 사람들에게 이익이 되도록 했어요. 그게 나의 성공의 비결이었죠.

나는 어느 날 은행에 가서는 그들이 팔 수 있는 부동산이 있나 살펴보았어요.

은행이 청산하려고 하는 부동산들이 정말 많이 있더군요.

은행 측에서는 오래된 아파트들을 청산하기를 원했지만 빨리 팔리지는 않았고, 그래서 절반 값에라도 팔려고 했어요.

나는 그 건물들을 보지도 않고서 즉시 매입했습니다.

그리고는 그것들을 3/4가격에 팔았죠.

일들은 정말 아름다울 정도로 알아서 저절로 풀려갔어요.

그래서 저는 대부분의 시간을 명상이나 하면서 보냈어요.

하루에 많아야 4시간만 일하고서 말이죠.

하루는 깊은 명상에 빠져 있었는데 갑자기 어떤 생각이 떠오르더군요.

"이제 이 일에서 빠져나와서는 예수가 했던 것처럼 셔츠 한 장만 입고서 떠나자구. 내가 그냥 들고 갈 수 있는 것만 가지고서 떠나야겠어."

나는 그 자리에서 벌떡 일어서서는 문 쪽으로 걸어갔어요.

그러다가 생각하기를 "잠깐 레스터, 아직 첫 번째 두 번째 보증금과 이 건물들을 위해서 빌린 대출금들이 남아 있잖아. 다른 사람들을 먼저 생각을 해야지." 하지만 그건 잘못된 결정이었죠.

나는 모든 것을 신에게 맡겼어야 했었고 그러면 모든 사람들은 신이 돌볼 것이었는데 말이죠.

어쨌든 내면의 목소리를 듣고서는 부동산들을 거의 헐값에 팔아치웠어요.

내가 보기에는 정말 쓸모없어 보이는 건물 5개를 제외하고 말이죠.

내가 그 건물들을 산 이유는 그 건물들이 시로부터 부적격 판정을 받아서 몇 개월 내에 새로운 건축 프로젝트에 포함이 될 것이고 이익을 얻을 수 있을 것

이라 생각해서였죠.

나는 그 건물들을 중개인들에게 관리하도록 위임하고서는 크라이슬러 차를 새로 뽑아서 서부로 떠났습니다.

나는 어딘가 조용하고 고립된 장소를 원했고 그 길의 끝에 있는 아리조나주의 세도나에 도착했습니다.

모든 것으로부터 떨어져 있는 장소였어요.

은거하기에는 완벽한 장소였죠.

거기서 160에이커의 땅을 구입했습니다.

나는 중개인들에게 보증금을 낼 돈이 없었지만 그 땅을 구입하겠노라고 말했습니다.

하루 이틀 뒤에 수표가 우편으로 도착했고 겨우 돈을 맞출 수 있었어요.

나는 수표가 올거란 것을 몰랐지만 뉴욕에 있는 부동산에서 온 수표였어요.

어쨌든 그것으로 땅을 구입했죠.

얼마 지나지 않아 뉴욕시에서 그 다섯 채의 건물을 구입하기를 원한다고 했어요.

거기에서 나온 돈으로 나는 그 땅들을 구입하는데 나머지 돈을 다 치를 수가 있었습니다.

내가 1958년에 뉴욕을 떠난 이후로 나는 그저 모든 것을 놓아 버리고 신께서 모든 것을 하도록 놓음으로써 생활했어요.

당신도 알다시피 내가 내면의 소리에 따라 나의 뉴욕의 아파트에서 셔츠 한 장만 달랑 걸친 채 떠났을 때 뭔가 다른 것이 나에게 다가왔어요.

무언가를 끌어 모으는 것은 확신과는 관련이 없는 것입니다.

만약 내가 보살핌을 받고 있다면 나는 무언가를 끌어 모을 필요가 없어요.

새들과 동물들이 무언가를 끌어 모을 필요를 느끼던가요?

만약 신께서 그들을 보살펴 주고 있다면 틀림없이 저도 보살펴 주실 것입니다.

만약 당신이 신으로부터 보살핌을 받고 있다는 것을 완전히 확신한다면 당신은 미래의 안정에 대한 어떠한 생각도 할 필요가 없습니다.

실제로 존재하는 유일한 안정은 '당신이 원하는 대로 무엇이든 창조해낼 수 있다'는 것입니다.

그날 이후로 내가 필요로 하는 모든 것은 저절로 나에게 왔고 지금도 여전히 그러하답니다.

3. 사랑은 사랑 안에서 피어납니다.

내가 1958년에 아리조나주 세도나에 왔을 때 나는 아무런 계획이 없었어요. 나는 내 몸을 여기에서 머물게 했고 약 2년간을 엑스터시의 상태에서 지냈습니다.

나는 이 시기 동안 혼자였지만 내면의 이끌림에 따라 가끔은 밖으로 나가곤 했어요.

나는 소규모 그룹들에게 강의를 하기 위해 뉴욕으로 갔습니다.

거기에서 내가 한 말들이 묶여서 책으로 출판되었는데 The Ultimate Truth Book이었습니다.

그것을 시작으로 해서 다른 소규모 그룹들이 동시에 형성되었어요.

나는 거기에 가서 그들과 이야기를 나눈 뒤 다시 돌아오곤 했어요.

1년에 절반 정도는 말이죠.

그들은 다시 모였고 새로운 멤버들도 들어왔고 나는 다시 그들과 세션을 가졌어요.

그리고 그들이 내 말을 이해하고 흡수하기까지는 시간이 어느 정도 소요되었죠. 하지만 일년전부터는 그만 두었습니다.

저는 저 자신을 도저히 선생으로 볼 수가 없었고, 나는 새로운 운동 같은 것을 시작하고 싶은 아무런 소망이 없습니다.

사람들이 나를 이리저리 끌었고 나는 그들이 끄는 대로 뭔가를 전해주긴 했죠. 그 세션의 과정에서 사람들이 녹음을 하기 시작했고 "레스터와 함께 하는 세션들"이라는 출판물 시리즈가 나왔어요.

내가 세상에 다시 돌아온 것이 나로 하여금 사물들을 다르게 보게 만들었어요. 제가 초창기에 그들 그룹들과 이야기를 나눌 때는 나는 반대라는 것을 볼 수가 없었어요.

그것은 신이 신과 나누는 대화였으니까요.

그러나 이제는 나는 사람들로 부터 나에게 반대하는 목소리들이 나오는 것을 보게 되었습니다.

원래는 도저히 찾아볼 수가 없는 것이었는데 말이죠.

이제 나는 사람들이 내가 그들에게 말하는 것에 대해 그들이 반대할 때면 내가 그들에게 강요하고 있다는 것을 알게 되었어요.

나는 그들에게 나의 생각을 강요할 아무런 권리가 없다고 느낍니다.

이제 나는 내가 말해야 하는 것들을 흑과 백으로 표현할 수가 있고 그들은 그들이 원하는 대로 그것을 읽든지 그렇지 않든지 하겠죠.

나는 이제 더 이상 밖으로 나갈 필요를 느끼지 못합니다.

나는 대부분의 사람들이 진실을 원하지 않는다는 것을 알게 되었어요.

그들이 원하는 것은 세상을 좀 더 나은 것으로 만드는 것이었어요.

그건 좋은 일입니다.

나도 그들이 더 나은 세상을 가지는 것에 행복합니다.

그들이 나로부터 나오는 정보들을 사용해서 그런 목적으로 쓰는 것에 나는 언제든지 환영합니다.

이러한 지식을 구하는 대부분의 사람들이 - 내가 보기에는 95%의 사람들이- 단지 더 나은 삶을 추구하고 있을 뿐입니다.

그들은 '궁극'을 추구하고 있지는 않아요.

그들이 그들의 삶을 보다 더 풍족하고 편한 것으로 만들 수 있는 지점에 이르렀을 때 그들은 그들의 성장을 멈춥니다.

그들은 높이 비상하였고 생활은 아주 쉽고 편한 것이 되었고 그걸 유지하는 것으로 끝이죠.

그러나 실제로 일어나는 일은 그들이 계속해서 행복할 수가 없다는 겁니다.

그들이 끝까지 추구하지 않는 한 결코 만족할 수가 없어요.

그래서 그들은 움짱달짝 못하게 갇혀버리고 말죠.

나는 내가 친밀하게 작업을 같이 했던 LA에 있는 한 그룹을 예를 들 수가 있어요.

그들의 사업은 아주 잘 풀려갔답니다. 그들은 너무나도 잘해냈어요.

그러나 4년이 지난 지금 그들은 끔찍한 상태입니다.

사업은 예전 같지가 않고 그들은 두통에 시달리고 좌절해 있어요.

아주 비참해하고 있죠.

세상에 정지해 있는 것은 아무것도 없습니다.

만약 앞으로 나아가지 않는다면 그건 뒷걸음치고 있는 거예요.

만약 그가 세상을 향해서 나아가고 있다면 그는 한계로부터의 자유와는 반대 방향으로 가고 있는 것입니다.

왜냐하면 세상이란 한계 지워진 것이니까요.

결국 모든 사람은 세상에서 행복이라 불리우는 것을 향해 나아가지만 행복은

거기에 있지 않습니다.

그리고 가끔 그리고 머지않아 우리는 그것을 알게 되고 다시 올바른 방향을 찾게 되지요.

나의 모든 가르침들은 이제 책으로 묶여서는 "풍요의 코스"라고 불리우는 코스가 되었습니다.

그러나 내가 진정으로 주고자 했던 것을 원했던 사람은 거의 없습니다.

옛말에서 인용하자면 "천명 중에 한 사람만이 나를 구할 것이요. 나를 구한 자 천명 중 한 사람만이 나를 찾게 될 것이다." 같은 거죠.

우리는 현재 진리에 대해 너무나도 무지한 시기의 세상에서 살고 있습니다.

우리는 너무나도 눈먼 나머지 영혼의 길을 물질에서 찾고 있습니다.

우리는 더 많은 차, 더 많은 기계들, 더 많은 권력, 더 많은 돈 등 물질만을 추구하고 있어요.

오늘날 우리의 신은 달러가 되었습니다.

이 나라는 신보다 달러를 더 숭배하고 있습니다.

그리고 그것 때문에 사람들은 불행해졌습니다.

그들에게는 아무런 평화도, 아무런 고요함도 없습니다.

내가 처음 아리조나주의 세도나에 도착했을 때 나는 그저 2년 동안을 혼자서 지냈습니다.

나는 모든 것으로부터 물러나서는 너무나도 아름다운 지고의 상태에 머물렀어요. 아마 당신이 상상할 수 있는 가장 유사한 경험은, 꿈조차 꾸지 않는 깊은 잠을 자고 나서 너무나 기분이 좋게 깨어나서는 그것을 기억하는 것일 겁니다.

나는 바로 그 상태에 있었어요.

하지만 깨어있었죠. 그것은 깨어있음 그 자체였습니다.

당신이 그런 상태에 있을 때, 당신이 의식할 필요가 있는 것이면 무엇이든 당신은 자연스럽게 의식하게 됩니다.

그것은 세상으로부터 철저히 물러남이었습니다.

하지만 그 기간 동안에도 나는 해야 할 일이 있었고 그것을 했습니다.

나는 다시 2년 후에 뉴욕과 LA에 있는 소규모 그룹들과 모임을 가졌습니다.

1962년에 피닉스에 갔었고 다른 사람들과 접촉을 하게 되었습니다.

1965년에서 1970년에 이르기까지 나는 꽤나 활동적이었고 대부분의 시간을 LA에서 보냈죠.

나는 세상으로 다시 돌아오는 것이 목적이었고, 나에게 있어서 '세상으로 다시

돌아온다는 것'은 대부분의 사람들이 세상을 보듯이 세상이 비참하고 어렵다는 생각에 동의하는 것처럼 행동하는 것이었어요.

하지만 당신이 일단 지고의 삶의 방식이 얼마나 자연스럽게 쉬운 것인지 깨달기만 한다면, 세상을 그런 식으로 생각하는 척하는 것이 얼마나 어려운 일인지 알겁니다.

내가 깨달음을 얻고 난 후 초기에, 나는 개인적인 치유에 관련이 되었어요.

하나를 치유하고 나면 또 다른 것이 나타났죠.

그러다가 차라리 사람들을 가르치는 게 훨씬 더 낫다는 생각이 들었어요.

영적인 치유가 가장 좋습니다.

이것은 즉각적이죠.

만약 당신이 영적인 치유를 하지 못한다면 정신적인 치유를 하면 됩니다.

이것은 매우 빠릅니다.

그러나 당신이 이 2가지를 해낼 수 없다면 그냥 의사를 찾아가세요.

영적인 치유는 완벽이 거기에 있다는 것을 아는 것으로 행해집니다.

그것은 단지 당신이 완벽만을 봄으로써 불완전함을 놓아 보내는 것이죠.

정신적인 치유는 당신의 마음을 질병으로부터 떼어 놓고는 당신의 몸을 건강한 것으로 생각하거나 비쥬얼화하는 것입니다.

당신이 마음으로 아프다는 심상을 가지고 있지 않는 한 아프다는 것은 불가능합니다.

나는 1952년에서 1956년까지 짧은 기간 동안 이런 치유에 관련되어 있었고, 그것도 개인적인 범위 내에서였어요.

사람들은 즉시로 치유가 되었고 심지어는 전화로도 가능했죠.

한번은 어떤 소녀가 전화를 해서는 "의사들이 말하기를 제가 횡격막이 파열되어서 수술을 받아야만 한데요. 어떡하죠?"하고 말하길래, 나는 그녀의 완벽함을 보고서는 말했어요.

"그냥 그것이 완벽한 것으로 보렴. 넌 괜찮을 거야." 하고 말했습니다.

그 애가 말하기를 "예". 바로 그거예요."

그러길래 나는 그애의 받아들임이 완벽한 것임을 알아차렸죠.

그리고 나선 제가 말했어요. "좋아. 이젠 의사에게 가서 확인해보렴."

그녀는 그렇게 하였고 아무런 문제가 없었어요. 물론 의사는 놀랐죠.

나는 이런 치유에서 나 자신에게 아무런 주의도 기울이지 않았어요.

나는 항상 그저 뒤로 물러나 있었죠.

당신은 자신을 힐러로 느껴서는 안 됩니다.

당신은 그저 길을 내어줄 뿐이에요.
당신은 비켜서고 신이 모든 걸 합니다.
이렇게 할 때 치유가 일어나는 것입니다.
예수는 항상 자신이 아니라 그를 통해서 아버지께서 하시는 일이라고만 했어요.
대중적인 스승들은 대중들에게 나아가서 말을 합니다.
하지만 그는 그것을 과시하진 않아요.
그는 단지 신이 신에게 말을 하고 있을 뿐 이라는 것을 압니다.
예수는 단지 사람들에게 믿음을 주기 위해서 몇 가지 싸인을 보여준 것에 불과해요.
이러한 모든 치유들은 그저 사람들에게 영적인 깨우침을 주는데 도움이 되는 정도죠.
치유를 위한 치유 그 자체는 도움이 안 됩니다.
항상 치유 이상의 것이어야 해요.

여기에는 패러독스가 있어요. 만약 나 레스터가 어떤 기적을 행하고자 한다면 나는 그럴 수 없어요.
하지만 내가 만약 레스터로 하여금 비켜서게 하고 신이 행하게 한다면 기적이 일어나죠.
여기서는 <행위자>라는 느낌이 전혀 없어요.
철저하게 신에게 맡기는 것이 기적을 행하게 하는 것이죠.
만약 누군가가 기적을 행하고자 하는데 그것이 일어나지 않는다면 그의 지식은 완전한 것이 아닙니다.
당신은 이해를 해야만 해요.
당신은 당신의 그 조그만 자아를 비켜서게 해야 합니다.
당신은 내려놓아야만 하고, 신에게 맡기면 그것은 즉시 일어날 겁니다.
사람들이 나에게 물어보곤 해요.
"레스터. 당신은 기적을 일으킬 수 있나요?"
나는 말합니다. "아니오. 나는 그렇게 못해요."
그게 사실입니다. 나는 나 자신 레스터를 비켜서게 하고서 경험하지 못한 일은 없습니다.
나의 에고를 놓음으로써 어떤 일이든 그리고 모든 일이 다 가능해지는 겁니다.
예수는 이렇게 말했습니다. "아버지의 집에는 방이 많으니라."

사람들이 육신을 떠나고 이 세상과 비슷한 세상으로 갈 때 그들은 오래된 옛

친구들을 다시 만납니다.

이 세상과의 가장 주요한 차이점은 거기서는 모든 것이 즉각적이라는 것이죠.

당신이 생각하는 것은 무엇이든 즉각 이루어집니다.

이 세상보다 훨씬 더 쉽게 말이죠.

이 세상과 비교해 본다면 거의 천국처럼 보일 겁니다.

하지만 것처럼 쉽기 때문에 성장할 수 있는 가능성이 거의 없어요.

여기 이 세상은 당신이 성장할 수 있는 기회가 가장 큰 곳입니다.

나는 경험으로부터 '내가 확신을 가지고 있는 것'은 다른 사람에게도 전달이 된다는 것을 알게 되었어요.

우리가 무엇이든 절대적인 확신을 가지고 있는 것은 매우 빠르게 실현됩니다.

나는 은행에 융자금을 대출 받으러 갈 때 절대적인 확신을 가지고 있었어요.

나는 그것을 조금도 의심하지 않았기 때문에 은행 직원은 나에게 끌려 아무런 담보 없이 만 달러를 나에게 내어주었어요.

모든 사람들이 다른 사람들의 마음을 무의식적으로 읽고 있습니다.

두 사람이 만날 때 나는 그 두 사람이 무의식에서 서로의 마음을 읽으면서 어떻게 대하는지를 보고 미소를 짓곤 합니다.

난 알고 있어요.

우리 모두는 각자의 마음을 읽고 있답니다.

나는 내가 깨닫기 전에 이런 모든 것들이 헛소리라 생각했어요.

나는 일주일에 7일을 일했어요. 매일 12시간에서 14시간씩이요.

뭔가 내면의 불안감에 쫓겨 가면서요.

나는 뭔가 일에 몰두함으로써 마음에서 짐을 덜어내는 기분이었어요.

그게 내가 그토록 죽어라 일을 열심히 한 이유였죠.

나는 내가 땀 한 톨 없이 사업을 시작했기 때문에 열심히 일을 해야만 한다고 변명했지만 사실 핑계거리였어요.

나는 흔히 사람들이 그렇게 살아야만 한다고 생각하는 그런 삶을 살았어요.

좋은 사람으로 살고, 돈을 많이 벌고, 나의 직업에서는 최고가 되어야만 했죠.

나는 모든 사람들이 하려고 하는 모든 일들을 하려고 했어요.

나는 사회적으로 성공 부유함 저명함 등등으로 인정받을 수 있는 목표들을 추구하고 있었죠.

그러나 나의 신체적 정신적 건강은 점점 더 나빠지고 있었고 마침내는 심장에 이상을 가져왔어요.

당신이 아무리 사회의 룰에 따라 분투하더라도, 심지어는 목표를 성취해낼지라도, 당신은 당신이 원하는 것을 얻지 못할 거예요.

당신은 세상에서 마냥 이길 수가 없어요.

나는 극도로 억눌렸고 나의 감정을 표현하기도 힘들었어요.

다른 이들의 인정을 받기 위해서는 나 자신의 감정을 억눌러야만 했죠.

이것이 결국 나에게 신경증을 가져다 줬어요.

나는 진정으로 돈에 관심을 가지지도 그것을 즐기지도 못했어요.

내가 탐구를 하는 시기 동안 잠이 점점 줄어들더니 마침내 완전히 사라지고 말았어요.

우리는 단지 진짜처럼 보이는 이 세상으로부터 벗어나기 위한 그 단 한가지 이유만으로 잠이 필요한 겁니다.

우리는 그것을 너무나도 원하고, 세상이 너무나도 무거운 것이기 때문에 하루에 8시간 정도씩 벗어나고 싶어합니다.

당신이 조화롭고 튜닝이 되어있을 때는 결코 피곤해지지 않습니다.

피곤함은 단지 정신적인 갈등이 있기 때문이죠.

모든 정신적인 갈등이 사라지고 나면 당신은 결코 결코 피곤해지지 않습니다.

당신이 튜닝이 되어있을 때는 우주의 모든 에너지를 당신이 쓸 수가 있어요.

당신이 원하기만 한다면 당신이 쓸 수 있도록 거기에 항상 있습니다.

내가 잠을 자지 않던 시기 동안 나는 내가 잠을 자던 때보다 더욱 에너지가 넘치게 되었습니다.

다른 사람들처럼 생활하기를 원했기 때문에 나는 다시 잠을 자기 시작했어요.

처음에는 1시간 다음에는 2시간 그리고 마침내 6시간을 자는데 성공했어요.

나는 1시간을 잘 수도 있고, 6시간을 잘 수도 있지만, 이젠 아무래도 차이가 없습니다.

내가 깨닫기 전에는 나는 의사들과 영양학자들이 하는 말을 믿어서 단백질을 많이 섭취했어요.

아침에는 계란과 큰 스테이크 베이컨 등을 먹었죠.

점심과 저녁에는 항상 고기를 먹었어요.

내가 깨닫고나자, 나는 동물 가족들이 우리와 연결되어있다는 것을 알았어요.

내가 어떻게 그것들을 먹을 수가 있겠어요?

만약 배고픔이 일어나면 나는 그것을 꺼버리고 그것은 사라져 버립니다.

그래서 난 결코 배고픔으로 고통을 받지 않습니다.

이것은 사실 누구나 조금만 연습하면 할 수 있는 것입니다.
당신이 배고픔을 느낄 때 먹지 마세요.
대신에 배고프지 않을 때 음식을 먹으세요.
당신은 그런 식으로 하루 3끼를 먹을 수 있습니다.
이건 단지 육체를 훈련시키는 방법일 뿐이에요.
단지 위장이 당신을 컨트롤하는 게 아니라 당신이 몸을 컨트롤 하는 것이죠.

내가 1952년 깨달음을 얻기 전 내 인생에서 가장 행복한 것은 아름다운 여성들과 사랑에 빠지는 것이었어요.
그리곤 늘 같은 패턴의 반복이었죠.
나는 사랑에 빠지고, 우리 둘은 헤어지고, 나는 내면에서 무언가가 찢겨 나가는 것 같았어요.
내가 처음으로 아네트와 헤어졌을 때 -내가 고등학교와 대학교 때 사귀었던 여친- 그것을 극복하는데 5년이 걸렸어요.
나에게는 너무나 큰 충격이어서 나는 그것과 싸우느라 나의 모든 에너지를 쏟아부었죠.
나는 한때 그 일 때문에 계속 우울했어요.
그리고 나서는 버지니아를 만나게 되었고 그녀와 사랑에 빠졌죠.
그러다가 우린 또 헤어졌어요.
이번에는 극복하는데 3년밖에 안 걸리더라고요!
내 인생에서 이쁜 여성들과 사랑에 빠지는 것보다 더 좋은 것은 없었어요.
문제는 여자와 사귀면 뭐랄까 자유를 뺏기는 기분이어서 결혼이 나에게 줄 자유를 내가 견디지 못할 것이라는 거였죠.
그리고 내가 결혼을 하려 하지 않았기 때문에 여친들은 저를 떠나고야 말았어요.
나는 이런 고통들을 겪고 싶지가 않아서 뭔가 대책을 세우기로 결심했고, 연애가 정점을 지나서 내리막길의 조짐이 보일 때 헤어짐에 미리 대비했어요.
하지만 나는 여자애들이 내가 겪는 그런 고통을 겪지 않기를 원했어요.
그래서 내가 그애들에게 차이기로 했죠.
내가 알게 된 것은 여자애들은 남자가 좇아가면 도망을 간다는 거였어요.
반대로 남자가 도망을 가면 여자가 좇아오죠.
여자애들이 슬슬 결혼에 대해서 말을 꺼내기 시작하면 이젠 내리막길이 시작된다는 신호였어요.
그래서 나는 헤어지기 전에 미리 작업을 시작했죠.
"하니. 어디 있었던 거야?? 빨리 와. 난 자기가 항상 내 옆에 있어주길 바란다

구. 다신 그러지마~"

여자애들은 숨 막혀했고 불편해하기 시작했어요.

나는 그들을 더욱 밀어부쳤고 일이 얼마나 환상적으로 진행되어갈지 잘 알고 있었죠.

그리고 난 다른 여자애를 물색했어요.

내가 겪어야 하는 고통을 덜기 위해서였죠.

나는 이 고통이 무엇보다도 싫었고, 다른 여자를 찾는 것으로 그것을 덜어 내 고자 했어요.

하지만 내 연애 생활 끝에 남는 것은 비참함이었어요.

그러나 이런 애정의 열정과 애통함이 없었더라면 우리는 영원히 이런 환상에 가라앉아있을지도 모르죠.

약간의 달콤함과 오랜 시간의 고통들 말이에요!

이게 바로 세상이 우리에게 주는 약간의 즐거움과 그 뒤의 고통의 패턴이었던 것이죠.

그 고통은 너무나도 큰 것이고, 대부분의 사람들은 그것에 너무나도 익숙해져 있어서 그것을 알아채지도 못해요.

대부분의 연애 관계에서 서로가 원하는 것은 대개는 예고를 인정받고 싶어하는 것이었어요.

나는 언젠가 뉴욕의 23번가 거리에 있는 카페테리아에 친구 2명과 앉아 있었어요. 1945년쯤이었나 그랬을 겁니다.

앉아서 파이와 커피를 마시고 있을 때 조가 말을 했어요.

"Gee. 난 한 번도 섹스를 해본 적이 없어."

내가 말했죠. "조. 무슨 소리야? 저번 주에 그렇고 그랬던 일은 뭐야?"

"오 그런 건 카운트에 넣으면 안 되지."

"그럼 지지난 주에 그랬던 건 뭐야?"

"오~ 그런 건 카운트에 넣으면 안 되지."

그러자 프레드도 한마디 했어요.

"Gee. 나도 한 번도 섹스를 해본 적이 없는 것 같아."

내가 말했어요. "프레드. 지난 주에 그렇고 그랬던 일은 뭐야?"

"오~ 그런 건 카운트에 넣으면 안 되지."

난 그때 갑자기 깨달았어요. 나도 마찬가지였어요.

나도 개들처럼 그렇게 느끼고 있었어요.

난 한 번도 섹스다운 섹스를 해본 적이 없는 것 같았다구요!

내가 말했어요. "우리 모두가 미친 거 아니야? 도대체 이게 무슨 일이지?"
그리고 나서 나는 깨달았어요.
우리가 원한 건 '사랑'이지 섹스가 아니었다는 것을요.
그리고 사랑이 없다면 "그건 우리가 한 번도 섹스를 안 한 것이라구요."
나는 오늘날 우리가 그토록 섹스에 집착하는 이유가 이것이라고 생각해요.
우리는 그것을 사랑과 동일시하고는 항상 더욱 더 많은 섹스를 통해서 사랑을
찾아내려고 애쓰는 거죠.

4. 사랑은 개인적인 관점을 넘어서는 것입니다.

당신은 세상과 싸움으로써 자유로워질 수는 없어요.

당신은 안으로부터 자유로워집니다.

낸시 시내트라가 토크쇼에서 여성 해방 운동에 대해서 어떻게 생각하느냐는 질문을 받았을 때 그녀는 그것을 이해할 수 없다고 말했죠.

그녀는 이렇게 말했어요.

"자유는 개인적인 것이에요. 나는 왜 자유를 위해 싸워야만 하는지 모르겠어요."

그녀는 이미 자유를 얻었다고 스스로 느끼고 있었던 거죠.

그녀가 옳습니다.

자유란 당신이 개인적으로 성취하는 상태이죠.

여성들은 우리 사회에서 2등 시민처럼 행동하고 있어요.

많은 사람들이 그렇게 받아들이고 심지어는 그걸 알지도 못하기도 해요.

여성들이 2등 시민의 위치에 있는 이유는 그들 스스로가 자신을 그렇게 생각하기 때문이에요.

만약 여성들이 자신들의 생각을 바로 잡고 스스로를 모든 면에서 남성들과 대등하다고 실제로 생각한다면 그렇게 될 겁니다.

남성들의 타고난 성품은 이성적이고 여성들의 타고난 성품은 감성적이죠.

감성이야말로 이정보다 근원의 자아에 더 가까운 것입니다.

그러므로 여성들이 훨씬 더 근원의 자아에 가까운 것이죠.

예전에 알고 지내던 사업가가 떠오르는군요.

그 양반은 중요한 사업상의 결정을 내리기 전에 그의 고객을 집으로 초대해서 와이프에게 보이고 난 후에야 결정을 내렸어요.

그 양반은 경험으로 부인의 느낌이나 직관이 언제나 옳다는 것을 알고 있었어요.

자기도 그걸 설명하긴 힘들지만 그렇다는 것은 알겠다고 하더군요.

이제 당신도 보다시피 2개의 서로 다른 본성이 있고 이 때문에 가끔 서로를 이해하기가 힘들어요.

내가 같이 작업한 그룹들 중에 남자들은 항상 질문을 해대요.

그리고 그들은 영리하죠.

하지만 여성들은 거의 말을 하진 않지만 언제나 남자들을 뛰어넘어요.

여성들은 바로 느끼고 바로 경험해요. 여자들이 유리해요.

우리가 수많은 생을 경험하면서 어떤 특정한 시기에 우리는 성을 바꿉니다. 예를 들어 나의 경우 마지막 전생에 여자였었지만 지금은 남자로 태어났죠. 내가 남자의 몸을 가졌기 때문에 자연스럽게 여자들에게 끌리지만 지난 생으로부터 많은 여성적인 감정들을 가지고 왔어요. 내가 남자의 생을 더 많이 경험할수록 나의 감정은 더욱 남성적으로 되어가겠죠. 당신은 모든 사람들에게서 어느 정도의 동성애 경향을 발견할 수 있어요. 우리가 더 많은 경험을 해서 성을 바꾸는 것은 자연스러운 것이죠.

나는 또한 갓난아기가 정신적으로 아무것도 모르는 게 아니라는 것을 알았어요. 만약 당신이 갓난아기 시절을 다시 기억할 수 있다면, 심지어는 태어나는 날 엄마 아빠가 누구인지, 의사가 누구인지도 기억해낼 겁니다. 깨달음을 얻은 후 나는 기억을 거슬러 올라갔고 내가 갓난아기였을 때를 떠올렸어요. 당신은 말은 하지 않았지만 모든 것을 다 알고 있었어요. 당신의 관심은 오직 당신의 욕구를 충족시키는 것뿐이었죠. 만약 엄마가 젖을 주지 않는다면 그저 엄마가 젖을 줄때까지 우는 거죠. 나의 누나는 생후 6개월 후부터 말을 하기 시작했거나 봐요. 하지만 전 3살까지 말을 안했어요. 그래서 모든 사람들이 걱정을 했죠. 그들은 내가 좀 멍청하다고 생각했었나봐요. 하지만 난 말을 할 필요를 느끼지 못했어요. 나는 손가락으로 가리키거나 소리를 냄으로써 원하는 모든 것을 얻을 수 있었거든요. 나는 그들이 왜 나를 걱정하는지 궁금해 하곤 했었죠.

오늘날의 교육은 완전히 잘못되었어요. 우리는 무한한 존재에게 암기할 거리나 쑤셔넣고는 창조적으로 성장할 수 있는 아이들의 능력을 질식시키고 있어요. 당신은 해바라기에게 아름답게 자라나도록 가르쳐본 적이 있습니까? 우리가 아이들에게 하고 있는 게 바로 이런 거예요. 우리는 아이들이 자신의 내적인 능력을 표현할 수 있도록 자연스럽게 성장할 수 있도록 허락해줘야 합니다. 이렇게 본다면 우리의 교육 시스템이 얼마나 제한적인지를 알 수가 있죠.

모든 약물들은 독입니다.

약물들이 당신을 육신에게서 밀어내고 당신은 육신의 무거움으로부터 해방되는 느낌을 가지게 되죠.

육신에 대한 집착을 놓아줌으로써 당신은 당신의 의식을 육체 의식 너머로 확장시킬 수가 있습니다.

마리화나를 피우거나 다른 약물들을 사용하는 것의 해악은 그것들 없이도 당신이 할 수 있는 무언가를 그것들에게 의존하게 된다는 거죠.

지고의 상태를 경험하는 것은 우리의 자연스런 상태이고 우리 자신이 스스로 성취할 수 있는 것입니다.

우리가 엑스터시를 느끼기 위해 마리화나나 다른 약물들을 사용할수록 우리는 그것들에 더욱 의존하게 되요.

또한 우리가 약물보다는, 스스로의 힘으로 해낼 때 우리는 약물이 주는 한계와 우리의 상상력의 한계를 넘어서는 경험을 할 수가 있어요.

당신은 우리가 약물 없이도, 스스로 도약할 수 있는 것에는 한계가 없다는 것을 알게 될 겁니다.

단지 마리화나는 당신이 그것 없이도 스스로의 힘으로 보게 될 것을 미리 훔겨 보게 해준다는 것뿐입니다.

그러나 나는 약물을 사용하는 것을 지지할 생각은 없어요.

당신은 단지 마음을 충분히 고요하게 함으로써 그러한 일별보다 더욱 강렬한 비전을 볼 수가 있어요.

점성술에 대한 자료는 오랜 세월동안 많은 사람들에게 의해서 축적이 되어 왔어요. 그러므로 그게 꽤나 들어맞는 사람들이 많아요.

하지만 나의 견해로는 그 별들이 나에게 영향을 그렇게 미칠 수 있다면, 내가 발 딛고 있는 이 지구는 얼마나 더 영향을 미치겠어요?

그래요. 내가 살고 있는 이 별이 나에게 미치는 영향이 저기 다른 별들을 다 합친 것보다 훨씬 더 클 거예요.

또 생각해 보세요. 저기 우주 공간의 흄덩어리들하고 나의 지성을 놓고 볼 때 어느 쪽이 더 똑똑하겠어요?

그 별들은 단지 물질 덩어리들일뿐인데 그것들이 나의 지성을 결정할 수 있을까요? 나는 단호하게 아니오!, 라고 말할 겁니다.

이게 점성술에 대한 나의 태도입니다.

비록 지성이란 대개는 새로운 문제를 해결하는 능력 같은 걸로 정의되지만, 난

지성을 '행복해질 수 있는 능력'으로 정의합니다.

사람은 다른 무엇보다 행복을 원합니다.

지성이란 게 '사람이, 자신이 가장 원하는 것을 가지는 능력'으로 판단되어야 하는 것 아니겠어요?

당신은 돌아다닐 때 차를 사용하죠.

하지만 당신은 "나는 차입니다." 라고 말하진 않잖아요.

이것처럼 당신의 몸은 가죽 덩어리에 불과해요.

지금 당신은 그것을 타고 다니는 것으로 사용하죠.

만약 당신이 "나는 몸입니다." 라고 말한다면 당신이 차를 타고 다니면서 "나는 차입니다." 라고 말하는 것과 다를 게 없어요.

나는 내가 원한다면 보편적 지성을 더더욱 많이 받을 수 있다는 걸 알았죠.

그리고 나는 생각과 벌어지는 사건들 사이의 관계를 조사해보기 시작했습니다.

그러자 일어난 모든 일 뒤에는 그 사건 이전의 생각이 있었다는 사실이 드러났습니다.

전에는 그 둘 사이에 있는 시간이라는 요소 때문에 눈이 가려져 그걸 연결시키지 못했던 거죠.

모든 사건이 그 일이 있기 전에 생각된 것의 결과라는 사실을 알고 나자, 생각만 잘 붙잡는다면 나에게 일어날 모든 일을 내가 의식적으로 결정할 수 있다는 걸 확연히 알게 되었습니다.

무엇보다도 나에게 일어난 모든 일은 '세상이 나를 학대하고 있다'고 생각한 나 자신에게 책임이 있다는 사실을 알았습니다.

돈을 벌기위한 엄청난 노력과 결국적 실패 그리고 모든 지난 세월이 나의 생각에 의한 거라는 사실을 알았어요.

내가 세상의 희생자가 아니라는 생각, 내가 원하는 대로 세상을 창조할 수 있다는 생각, 내가 세상의 결과가 아니라 그 원인이 될 수 있다는 생각은 거대한 해방과 자유였지요.

나의 탐구가 시작될 무렵 나의 병은 너무나 위중해서 무덤 속에 이미 한쪽 발을 들여놓고 있었습니다.

그런데 나의 생각이 모든 일을 일으킨다는 걸 알게 되었을 때 나는 즉시 나의 몸을 턱에서 발끝까지 온전한 것으로 여기며 바라보았습니다.

그리고 즉각 나의 몸이 온전하다는 걸 알았습니다.

위궤양에 의한 장의 협착과 손상이 해소되었다는 걸 알았어요.

나의 안에 있는 모든 것들이 완벽하게 돌아가고 있다는 걸 알았지요.

나는 점점 더 큰 자유를 누렸습니다.

일을 해야 한다, 여자를 얻어야 한다, 돈을 벌어야 한다는 무의식적 충동에서 해방되었습니다.

내가 내 운명의 주인이라는 느낌, 나의 환경을 나에게 맞도록 조정할 수 있다는 느낌. 이 새로운 자유가 나의 내면을 너무나 강렬하게 깨우쳐주어서 이제 나는 어떤 것도 할 필요가 없다는 느낌이 들었어요.

게다가 내가 경험하게 된 새로운 행복은 너무나 컸습니다.

전에는 있으리라고 한 번도 생각해보지 못했던 기쁨을 경험했어요.

행복이 그토록 크리라고는 꿈에도 생각해보지 못했어요.

한 인간이 그토록 행복해 질 수 있을 줄은 몰랐지요.

나는 계속해서 어떻게 이 기쁨을 확장시킬 수 있을지 더 깊이 파고들었습니다.

나는 '내가 가장 원했던 여자'와 '그 여자와 결혼하기를 내가 가장 바라지 않았던 친구'가 결혼하여 서로 즐거워하는 것을 상상했습니다.

나에겐 이것이 최대한 확장된 사랑이었어요.

한 친구와 그녀가 서로 즐거워하는 모습을 진정으로 느낄 수 있을 때까지 그 상상을 계속했어요.

나중에는 나에게 심하게 반대하는 사람과 대화할 때 이것을 시험해보았습니다.

그들이 나를 공격할 때 의식적으로 그들에 대해 가장 큰 사랑을 느끼려 했지요.

그들에 대한 사랑의 기쁨은 너무도 좋았습니다.

난 아무 생각없이 그들과 말할 수 있는 기회를 얻은 것에 대해 아낌없는 감사를 표했고, 그들은 거기에 감동을 받곤했지요.

사랑하기 가장 어려운 상황에서 그들을 사랑할 기회를 얻은 것에 대해 가슴 밑바닥에서부터 우러나는 감사를 드렸어요.

나는 나의 적들도 사랑할 수 있게 된 겁니다.

나는 행복의 끝까지 도달하기까지는 사랑 키우기를 멈추지 않으려했습니다.

그래서 계속 더 높이 더 높이 올라갔지요.

'이보다 더 높을 수 없을 거야!' 하면서도 계속 더 높이 올라갔어요.

결국 난 행복이 무한히 커질 수 있음을 알게 되었죠.

나는 더 이상 꿈쩍도 할 수 없게 되기도 했어요.

너무나 큰 기쁨과 황홀함에 가득 차서 몸을 움직일 수조차 없었어요.

정말 아무것도 할 수 없었지요. 이런 상태가 몇 시간이고 계속되었어요.

계속 더 높이 더 높이 올라가 나중에는 몸을 다시 작동하도록 만들기 위해서 몇 시간 동안 아래로 내려오는 작업을 해야만 했습니다.

지성과 에너지의 근원에 대해 깊이 명상하면서 그것은 무한한 양으로 사용할 수 있으며, 나 자신을 단지 모든 충동과 억압, 집착, 두려움으로부터 자유롭게 할 때 찾아온다는 걸 깨달았습니다.

나는 이 에너지의 유입을 댐으로 막고 있었던 겁니다.

댐은 바로 나의 충동과 두려움이죠.

내가 할 일은 오로지 그 댐의 통나무를 느슨하게 열어주는 것뿐입니다.

그게 바로 내가 했던 일이지요.

마치 댐에서 통나무 들을 하나 하나 치워내면 물이 흐르듯이 내가 이런 것들을 제거하자 무한한 에너지가 흘러 들어온 겁니다.

통나무를 더 많이 치우면 치울수록 흐름은 더 커지겠지요?

우리가 할 일은 이 통나무들을 치워 무한한 힘이 흐르도록 하는 것뿐입니다.

이것을 알고 나자 나의 마음 바로 뒤편에 있던 힘이, 전에는 한 번도 흐른 적이 없었던 것처럼 흘러들기 시작했지요.

나의 본질에 대한 깨달음은 때로 너무나 많은 에너지를 쏟아 부어 주었고, 난 의자에서 공중으로 튀어 오르곤 했어요.

그럴 때면 나는 곧바로 현관 밖으로 걸어나가 걷고 또 걷기 시작했죠.

어쩔 땐 몇 시간씩 또 어쩔 땐 며칠씩 계속 걸었어요.

나의 몸은 그 많은 에너지를 다 담고 있을 수 없었던 모양입니다.

그래서 걸거나 뛰면서 에너지를 일부분 배출해야만 했죠.

이른 아침 뉴욕의 거리를 쉬지 않고 걷던 기억이 나는군요.

아주 빠른 속도로 걷기만 했어요.

그렇게 걷는 것 외에는 아무것도 할 수 없었지요.

그 에너지는 너무나 거대해서 나는 어느 정도를 써버려야 했던 겁니다.

나는 이 모든 에너지와 지성의 근원이 근본적으로 조화로운 것이고 그 조화야말로 우주의 법칙이라는 걸 알았습니다.

그 조화 때문에 행성들이 충돌하지 않는 거고, 매일 태양이 솟아오르며 모든 것이 저절로 돌아가는 것이겠죠.

나는 절대적인 물질주의자였죠.

만질 수 있는 것이 유일한 실재라고 믿었어요.

나의 세상에 대한 이해는 콘크리트처럼 단단했습니다.
그런데 물질은 지성이 없고, 우리의 지성이 모든 물질을 결정한다는 걸 알게 되자 나의 단단했던 물질주의적 기반이 무너져 내리기 시작했지요.
그 견고했던 기반은 단지 나의 생각일 뿐이었습니다.
20년간 쌓아온 토대가 부서지기 시작했던 거죠.
그러자 나의 몸이 흔들렸습니다. 아주 심하게 말입니다.
여러 날을 흔들리기만 했죠.
꼭 신경쇠약에 걸린 늙은이처럼 몸을 흔들어댔어요.
내가 지켜왔던 세상에 대한 견고한 시각이 다시는 돌아오지 않으리라는 걸 알았어요.
그런데 그것이 편하고 우아하게 떨어져나가지 않았던 겁니다.
며칠 동안 정말로 몸을 흔들어댔어요.
내 생각에 모든 게 다 풀어헤쳐진 것처럼 느껴질 때까지 말입니다.
그런 뒤에는 몇 달 전에 내가 가지고 있던 것과는 정반대되는 관점을 갖게 되었어요.
진정으로 견고한 것은 물질계도 아니고, 마음도 아닌, 훨씬 더 위대한 무엇이 라는 거죠.
나의 진정한 본질 존재 그 자체가 진리입니다.

그것은 한계가 없고 영원합니다.
이제껏 내가 보아왔던 나는, 나의 전부가 아니고 최소한의 나였던 거죠.
전부의 나는 존재 그 자체입니다.
그렇게 알아차리자 나는 존재 그 자체가 되어 이렇게 깨달았습니다.
'나는 이 제한적인 육체가 아닌데 그렇다고 생각했었군! 나는 한계를 지닌 이 마음이 아닌데 그렇다고 생각했었어!'
'나는 그게 아니야! 이제 다 끝났어! 바로 그거야!'라고 말하면서 나는 모든 몸의 제약과 거의 모든 마음의 한계를 풀어버렸습니다.
정말 그렇게 선언을 했습니다.
나는 몸과의 동일시를 던져버렸습니다.
그러자 나의 존재는 즉 모든 존재라는 걸 알게 되었어요.
그 전존재는 하나의 거대한 대양과 같습니다.
그것은 물방울과 같은 낱알의 몸으로 쪼개져 들어가는 게 아니죠.
모두 하나의 대양일 뿐입니다.
이 깨달음은 나로 하여금 모든 존재 모든 사람 심지어 이 우주의 모든 것들과

하나가 되게 했어요.

그리고 나면 분리와 분리에 의해 일어나는 모든 끔찍한 고통은 영원히 끝나게 됩니다.

그리고 그럴듯하게 보이는 세상의 한계들에 더 이상 속지 않게 되죠.

당신은 세상을 꿈으로 보게 됩니다.

당신의 존재는 한계가 없음을 알게 되니까요.

사실은 유일한 실재는 존재뿐입니다.

그것은 모든 것의 배후에 있는 진실하고 변함없는 무엇입니다.

이 깨달음 이전과 이후의 나의 삶은 양극단이었죠.

전에는 극도의 우울함, 비참함과 아픔이었는데 이후로는 믿을 수 없을 만큼 커다란 행복과 평온함으로 바뀌었어요.

내 인생은 너무도 조화롭고 아름다워서 하루 종일 매일 매일 모든 것이 완벽한 조화 속에 있습니다.

[그는 3개월 만에 완벽한 건강을 얻었으며 그 후로도 40년 이상을 건강하게 살았다. 게다가 그의 삶은 모든 면에서 훨씬 더 좋아졌다.

그는 그가 발견한 행복의 원리를 경제생활에 적용하여 얼마 지나지 않아 억만장자가 되었다.

그 후로는 강연과 명상법 개발을 통해 다른 이들이 마음의 신비를 풀고 풍요를 누리는 것을 돕는데 여생을 바쳤다.]

5. 사랑으로 사랑에 이르게 됩니다.

<원자>라는 단어의 정의는 더 이상 쪼개어질 수 없는 최소의 단위입니다.

1952년까지 물리학을 공부하면서, 나는 원자와 원자에 대한 최신의 이론을 따라왔어요.

<원자>는 원래 이 우주를 이루는 기본적인 입자로 생각되어져 왔지만, 이젠 그 안에 30개가 넘는 입자가 있다는 게 알려졌어요.

이젠 원자를 만물의 공통된 입자로 볼 수가 없게 되었어요.

내가 생각하기에 자연 현상에 대한 모든 총체적인 지식은 결국 제로섬 게임이 될 거예요.

우리는 중력, 자기장, 전기, 빛, 혹은 열이 무엇인지 알지 못해요.

과학은 시행착오를 통해서 발전해왔어요.

왜냐하면 오늘날의 과학은 자연 현상을 이해할 수가 없기 때문이죠.

이렇게 된 이유는 우리가 존재의 과학에 대해 이해를 하지 못하기 때문이에요.

지금의 세상은 이해의 부족으로 인해 파괴적인 과정을 거치고 있어요.

오늘날 우리는 물질을 파괴함으로써 에너지를 얻고 있습니다.

만약 우리가 물질을 계속 파괴해 나간다면 자연의 법칙에 의해서 우리는 스스로를 파괴할 거예요.

이게 오늘날 우리의 세상에서 일어나고 있는 일이에요.

눈에는 눈, 이에는 이라고 하는 보상의 법칙이죠.

우리는 대기를 오염시키고, 물을 오염시키고, 식품들을 오염시키고 있어요.

우리가 이런 식으로 계속해서 살아남을 수가 없을 겁니다.

이젠 우리가 인간과 그의 존재를 연구할 때입니다.

‘다른 모든 과학들을 바로 잡아주는 과학’이야말로 모든 과학들의 기초가 될 것입니다.

곧 머지않아 우리는 자연의 과학을 이해하고 원자를 이해해야 하고 그리하면 우리는 무한한 에너지를 가지고 있는 원자를 이용할 수가 있을 겁니다.

만약 우리가, 우리의 파괴와 증오를 놓아 보낼 수 있다면 우리는 자연과 자연 법칙의 단순함을 볼 수 있을 정도로 마음이 맑아질 겁니다.

그건 우리의 물리학자들이 만들어내는 것처럼 복잡하지가 않아요.

자연은 지금 여기, 우리가 사용할 수 있도록 존재합니다.

우리는 자연과 싸우거나 짓밟거나 파괴하기 위해 있는 게 아니에요.

‘존재의 과학’은 모든 다른 과학들이 이해하고 알 수 있도록 설명을 해줄 겁니다.

만약 우리가 자연과 조화를 이루고 우리 자신과 조화를 이룬다면, 증오하기보다 사랑을 한다면, 자연은 우리를 기꺼이 충족시켜주고 우리를 풍족하게 해주어서 모든 이들이 풍요로울 뿐 아니라 지극히 행복할 수 있을 겁니다.

자연의 모든 것들은 양면성으로 이루어져 있어요.

만약 플러스가 있다면 마이너스가 있죠. 뜨거움이 있으면 차가움이 있고, 중력이 있다면 반중력이 있습니다.

오직 중력을 이해할 때만 우리는 반중력을 이해하는 열쇠를 갖게 될 겁니다.

바로 그때에서야 우리는 이 지구를 떠나서 우주를 여행하게 될 거예요.

우리는 우주의 자기장을 따라 여행을 할 수가 있는 거죠.

오늘날처럼 인간들이 파괴적인 마음을 갖고 있는 한 자연은 우리를 이 행성에 묶어둘 겁니다.

그렇지 않다면 다른 행성으로 가서 그들을 정복할 테니까요.

우리가 더욱 많이 이해하고 더욱 사랑하고 그래서 우리의 마음이 더욱 고요해진다면 우리는 자연의 법칙을 볼 수가 있어요.

그리하면 우리는 중력을 이해하게 될 것이고, 우리는 지구를 쉽게 떠날 수가 있게 되죠.

우리는 원자로부터, 어떻게 하면 파괴적이지 않은 방법으로 무한한 자유 에너지를 얻게 되는지를 알게 될 겁니다.

전에 말한 것처럼 우리는 원자를 파괴함으로써 연구를 하고 있어요.

이것은 잘못된 접근 방식입니다.

우리는 이것을 되돌려서 건설적인 방식으로 연구를 해야 해요.

그리하면 우리는 올바른 답을 얻을 수 있을 겁니다.

우리는 저 밖의 우주를 살펴봐야 해요.

그리고 그들이 어떻게 자신을 만들어 나가는지를 배워야 합니다.

그리고 그 과정에 원자를 배워야 하고, 원자가 어떻게 구성되었는지를 안다면 무한한 힘의 비밀을 알게 될 겁니다.

우리의 물질적 우주의 원자는 광자입니다.

오늘날 우리가 측정할 수 있는 가장 작은 입자이죠.

빛의 입자가 우리의 망막에 부딪히고 빛으로 인식이 됩니다.

똑같은 입자가 중력과 자기장을 만들고 또한 원자의 에너지층을 구성하고 있어요.

물질은 한 점에 멈추어 있는 듯이 보이는 에너지에 불과해요.
물리학자들은 이것을 알고 있죠.
여기 테이블 위에 있는 커피 잔에는 멈춘 듯이 보이는 일정한 양의 에너지 덩어리가 있어요.
커피 잔이 움직이면 그것들은 에너지가 됩니다.
당신이 만약 이 잔을 친다면 알다시피 당신에게도 에너지가 돌진해 오죠.
이렇게 간단한 겁니다.
고차원의 관점에서 보자면 물질은 얼어붙은 에너지이고, 에너지는 또한 마음의 움직임에 불과합니다.
그러니 세상 모든 것들은 '마음의 작용'이죠.
모든 우주가 단지 마음의 움직임일 뿐입니다.
모든 것들이 단지 우리 마음속의 이미지일 뿐이에요!

이걸 잠드는 것으로 설명해봅시다.
당신의 마음이 잠에 들었을 때 이 세상은 어디에 있나요?
만약 당신이 깨어나지 않는다면 이 세상은 다시는 나타나지 않을 겁니다!
당신의 마음을 제외하고 도대체 어디에 이 세상이 있나요?
당신의 마음을 영원히 치워버린다면 다시는 이 세상이 나타나지 않을 겁니다.
당신이 자신의 하나임을 보게 될 때 - 당신이 당신의 진정한 자아를 보게 될 때, 당신은 이 모든 우주를 당신의 마음속의 꿈으로 보게 될 것입니다.
밤에 자면서 꿈꾸는 것과 똑같아요.
당신은 당신만의 꿈을 상상해냅니다.
그 안의 등장인물들, 행동들, 사람들 사이의 관계 등등. 당신이 밤에 꾸는 꿈에서 깨어나서, '깨어있음의 꿈'을 꾸는 동안에도 똑같은 일이 일어납니다.
모두가 당신이 만들어낸 꿈입니다.
당신은 이렇게 말하게 될 겁니다.
"오! 이런 세상에~ 모두가 다 꿈일 뿐이었어."
그리고 당신은 이 환상의 끝에서 웃게 될 거예요.
만약 당신이 이곳으로 다시 돌아온다면 그건 다른 사람들을 깨우기 위해서죠.
실재의 정의는 이런 것입니다.
결코 변함이 없는 게 실재입니다. 실재는 변할 수가 없어요.
그것은 절대적인 것입니다. - 진실은 결코 변하지가 않습니다.
언제나 진실합니다.
이 세상의 실재는 세상 뒤에 있는 <존재>입니다.

당신이 깨어났을 때 이 세상이 사라져 버리는 건 아니에요.
하지만 세상에 대한 당신의 앎은 완전히 변해버립니다.
세상을 당신의 통제를 벗어난 당신과 분리된 것으로 보는 대신에, 당신은 세상이 단지 당신의 <존재> 때문에 존재한다는 것을 알게 됩니다.
당신은 모든 것들을 이미지로 계속해서 만들어내고 있어요.
이젠 당신은 세상을 한낱 꿈으로 보게 될 거예요.
이전에는 그토록 진짜 같았었는데 말이죠.
이것이 깨달기 전과 깨달은 후의 유일한 차이점이에요.

당신이 자신의 진정한 자아를 알게 되면 당신은 스스로가 스스로에게 완전히 충족되어 있다는 것을 알게 될 겁니다.
당신은 완전히 만족하고 혹은 당신이 원하는 모든 것이 충족되어 있어요.
이제 당신은 더 이상 오아시스를 찾고자 하는 갈증을 내려놓을 수 있습니다.
당신이 스스로 존재하는 자신을 찾고자 한다면 바로 마음 뒷편을 살펴보세요.
마음은 유한한 것이기 때문에 결코 무한한 것을 품고 있을 수가 없답니다.
당신의 마음이 충분히 고요해져서 당신이 마음의 소음을 꿰뚫고서 볼 수 있을 때, 당신은 당신 자신인 진정한 <나>를 보게 될 것입니다.
마음을 더 고요히 할수록 당신은 더 성공할 수가 있어요.
당신은 완벽한 성공에 이르기까지 계속해서 나아가야 합니다.

마음은 오로지 창조만 할 수 있습니다.
우리가 마음에 품고 있는 것은 실제로 현현됩니다.
마음은 이미지로 생각을 합니다.
내가 만약 '신발'을 생각한다면 나는 단어가 아니라 신발 이미지를 생각을 하죠.
마음은 <안돼>와 <하지마> 라는 단어를 심상할 수가 없습니다.
당신이 <하지마> 라고 생각하는 한 당신은 마음속에 원하지 않는 것의 그림을 가지게 될 것이고 그래서 당신은 원치 않는 것을 창조하게 됩니다.
내가 나 자신에게 “시계 챙기는 것을 잊지 말라구, 레스터.”라고 말하면 나는 시계를 잊어버리죠.
내가 만약 "차를 흘리지 마."라고 말하면 차를 흘리게 되요.
이건 참 기묘한 일이죠.

내가 탐구 이후에 세상으로 돌아왔을 때 처음으로 접하게 된 것은 부정적인 단어들이었어요.

처음에는 나의 사전에 부정적인 단어가 없었죠.

당신은 대부분의 사람들이 얼마나 많은 부정적인 단어들을 사용하는지 놀랄겁니다.

확인해보면 흥미로운 결과를 발견하실 겁니다.

하지만 나로서는 그런 단어들을 사용하지 않는 게 더 자연스러워요.

그래서 내가 세상으로 다시 돌아오기로 했을 때 나는 <하지마>를 배워야만 했어요. 이제는 제법 익숙한 습관이 되었어요.

이게 다른 사람들과 같이 지내는데 도움이 되더군요.

하지만 기억하세요. 마음은 오로지 창조만 한다는 것을.

만약 당신이 무언가를 하지 않는 것을 한다면, 당신은 무언가 원치않는 것을 마음에 품고 있다는 것이고 결국은 그것을 창조해냅니다.

당신도 이제 알다시피 <하지마>는 마음속의 그림이 될 수가 없기 때문에 당신은 <don'ting>을 하고 있는 것이에요. (이것이 마음속의 그림이 됩니다.)

만약 당신이 "Don't fall"이라고 말한다면 "fall"이 그림이 되는 거죠.

우리는 긍정적으로 생각하는 법을 배워야 합니다.

내가 사람들에게 "당신이 생각하고 있는 부정적인 것의 반대되는 것을 보여줘 봐요."하면 그들은 그렇게 하지 못합니다.

하지만 당신은 부정적인 습관을 긍정적인 습관으로 고칠 수가 있어요.

다만 습관적으로, 부정적인 생각보다 긍정적으로 생각하는 것에 더 많은 힘을 실어주세요.

하나의 강력한 생각은 수백 가지의 잠재의식적인 부정적인 생각들을 일시에 없애버릴 수 있어요.

'생각의 파워'에 차이는 왜 만들어질까요?

당신이 생각 뒤에 심는 결심, 결단, 의지력의 정도가 그 차이를 만듭니다.

만약 당신이 "나는 무인인가?"라는 생각을 붙들고 진정한 당신이 스스로 모습을 보일 때까지 밀고, 나간다면 이것이야말로 완전한 자유에 이르는 가장 빠른 길이 될 겁니다.

만약 당신이 다른 모든 생각들을 거절하고 "나는 무엇인가?" 라는 생각만을 유지해 나간다면 몇 주 안에 해답을 얻게 될 겁니다.

당신이 무슨 일을 하든, 어떤 상황이 오더라도 항상 "나는 무엇인가?"라는 것을 마음의 배경으로 삼아보세요.

이렇게 해도 성공하지 못했다면, 다음으로 할 수 있는 단계는 당신의 예고 감각을 내려놓는 겁니다.

더 이상 예고가 없을 때 남는 것은 무한한 당신 자신입니다.
만약 예고를 단번에 내려놓는 것이 너무 벅차다고 생각이 된다면, 예고의 결과물들을 하나씩 내려놓으세요.
당신의 성향, 기질, 좋아하는 것들과 싫어하는 것들 등등. 모든 사람은 누구나 자신의 성향이나 기질 등을 진정으로 원한다면 쉽게 내려놓을 수 있어요.
작은 것들부터 시작해서 내가 말했던 것처럼 큰 것들로 나아가세요.
예를 들어 길을 오른쪽으로 걷는 습관 같은 사소한 것들을 왼쪽으로 걷는 것으로 바꿔보는 거죠.
8시간씩 매일 자는 습관을 6시간 정도 자는 걸로 바꿔본다든지요.
내가 마스터라는 것을 보인답시고, 오래되고 비중이 큰 습관들을 한 번에 완전히 없애버릴 필요는 없어요.

다른 사람으로부터 지지나 동의를 구하는 습관은 참 다루기 힘든 문제입니다.
모든 사람들이 남들의 지지나 동의를 구하려고 해요.
어리석은 노력과 시간 낭비죠.
당신이 탐구를 할 때 - '나는 무엇인가?'라는 궁극의 의문을 가지고 하든 혹은 예고의 감각 성향 등을 내려놓으려 하든 - 홀로 있는 시간이 필요하다는 것을 말하고 싶어요.
홀로 있는 시간은 당신의 마음을 고요하게 만들어줍니다.
하지만 홀로 있음은 도시 한복판에서도 할 수가 있어요.
당신이 어디에 있든 상관없죠.
나는 뉴욕시 한복판 116번지 59번가에서 홀로 있었답니다.

우리가 매일의 일상에서 다른 모든 사람들과의 관계와 만남을 통해서 성장하는 것은 가능하답니다.
우리는 여기에 성장하기 위해 온 것이지 테스트를 받으러 온 게 아니에요.
여기 지구는 뭔가를 보여주기 위한 곳이 아니라 배움을 위한 곳입니다.
학교 같은 곳이죠.
각각의 별들은 서로 다른 단계의 가르침이 있는 교실 같은 것입니다.
여기 지구는 말하자면 일종의 대학원 과정과도 같은 곳이에요.
여기는 가장 난이도가 높은 곳이고 그래서 가장 큰 성장을 할 수가 있는 곳이죠.
우리 모두는 아주 진화한 영혼들이랍니다.
우리가 이렇게도 지극히 어렵고 힘든 곳을 거주지로 삼았다는 점에서 말이에요.
우리는 보다 더 높은 코스 더 험난한 코스를 원했고 그리고 이렇게 해냈어요!

대다수의 사람들의 사랑에 대한 개념은 실제로는 어느 정도까지는 증오입니다. "나는 당신이 필요해. 난 당신을 가져야겠어. 당신 없인 살 수가 없어. 당신은 내꺼라구." 이런 것들은 사랑이 아닙니다.

사랑은 다른 이가 원하는 것을 가지도록 해주는 겁니다.

내가 원하는 게 아니라요.

우리가 이 세상에서 사랑이라 부르는 것은 대개 육감적이고 이기적인 감정입니다. -일종의 거래죠.

‘내가 나에게 내가 원하는 것을 해준다면 당신을 사랑하지만, 당신이 그렇게 하지 않는다면 난 당신을 사랑하지 않아.’

대부분의 사람들에게 알려지지 않은 것이 있는데 그건 우리의 사랑이 직접적으로 표현되는 것이 가능하다는 것입니다.

그리고 감각들을 통해서 제한되지 않는다면, 그건 아무런 한계가 없는 것이고 그러므로 우리의 기쁨 역시 아무런 한계를 가지지 않아요.

우리의 기쁨은 우리가 섹스에서 경험할 수 있는 가장 큰 오르가즘의 수천 배 이상이 될 수 있고 그렇게 되어야 해요.

난 섹스와 관련해서 2가지를 제안하고 싶습니다.

첫째로 제가 앞서 말한 것을 이해하세요.

둘째로 중용을 지켜야 합니다.

필요하다면 섹스보다 더 큰 지속적인 기쁨을 찾아낼 때까지는 자제를 할 필요도 있습니다.

그렇다면 당신은 당신의 기쁨에 한계를 부여하고 싶지 않기 때문에, 섹스를 놓아주는 게 훨씬 더 쉬워집니다.

당신은 궁극의 기쁨에 도달할 때까지 계속해서 기쁨을 확장시켜 가길 원하게 될 겁니다.

인간은 실로 무한한 존재이지만 스스로를 정반대로 생각하고 있습니다.

당신의 마음을 고요하게 하고는 마음 너머에 있는 것을 찾으세요.

당신의 전지전능함요.

당신이 어디에 있든 당신에게 일어나는 모든 일들, 모든 관계들을 성장하는 방편으로 삼을 수 있어요.

단지 탐구하는 것을 멈추지만 않으면 됩니다.

탐구하는 것은 24시간 계속되어야만 합니다.

당신이 하고 있는 행동의 대부분은 스스로를 부자유하게 만드는 것들입니다.
그것을 잘 살펴보고 그것을 놓아주세요.
당신이 사랑이 아닌 것을 볼 때마다 언제나 그것을 사랑으로 바꾸세요.
당신이 모든 것을 사랑할 때 당신은 자유롭습니다.

어떤 일도 어떤 사람도 당신을 방해하지 않을 그런 장소를 하나 장만하세요.
당신에게 일어나는 모든 일에 완전히 전적으로 책임을 지세요.
당신의 무의식적인 원인이 되는 생각을, 의식의 표면에 떠올리고 그것을 내려
놓고 풀어주는 습관을 기르세요.
나는 무언가가 불쾌한 일이 나에게 생길 때마다 이렇게 하는 습관을 길렀어요.
"내가 무엇 때문에 이것을 불러 일으켰을까?" 그 즉시 원인이 되는 생각이 떠올랐고, 나는 그것을 살펴볼 수 있게 되었고 또 그것을 내려놓았어요.

나는 빌과 함께 LA를 향해 운전을 하고 있었어요.
우리는 밤낮으로 운전을 했고 나는 피곤했습니다.
우리가 San Bernardino 근처에 도달했을 때 빌이 말했어요.
"레스터 눈이 아프지 않아요?"
나는 피곤했기 때문에 대답은 하지 않았지만 듣고는 있었죠.
그때 라디오에서 그 지역에 안개가 많이 낀다고 예보를 했어요.
빌이 두 번째로 물었죠.
"레스터 눈이 아프지 않아요?"
역시 너무 피곤해서 난 대답을 하지 않았어요.
하지만 그의 생각이 나의 잠재의식 속으로 파고 들어왔어요.
그 다음 날 내 눈은 화끈거리고 눈물이 쏟아졌어요.
내가 모텔에 누워서 눈을 감고 있을 때 스스로 물어봤어요.
"내가 왜 이걸 만들었을까?"
그때 빌이 처음 물어봤던 것을 들었고, 나는 그것을 되돌렸습니다.
그 다음으로 라디오 방송을 들었고 그것도 되돌렸습니다.
그리고 빌이 두 번째로 물어본 것을 들었고 다시 한번 되돌렸습니다.
나는 눈을 떴고 이제 더 이상 눈이 화끈거리지도 눈물이 나지도 않았어요.
그리곤 끝이었죠!
당신은 당신이 듣게 되는 모든 부정적인 것들을 되돌려 놓아야 합니다.
그렇지 않다면 그것들이 당신의 잠재의식으로 파고 들어갈 겁니다.
당신은 부정적인 말을 내려놓고 긍정적인 확언을 함으로써 그것들을 되돌릴

수가 있어요.

"내 눈은 괜찮아. 내 눈은 완벽해." 만약 빌이 처음 내 눈이 어떠냐고 물어봤을 때 내가 "내 눈은 괜찮아"라고 대답했었다면 모든 게 다 괜찮았을 겁니다.

나는 무의식적으로 그 안개가 내 눈을 화끈거리게 하고 눈물이 나게 하도록 만들지 않았을 겁니다.

이 세상에는 부정적인 말들이 너무나 넘쳐나기 때문에 마음을 고요하게 하는 게 힘듭니다.

당신은 정말로 홀로 있어야 해요.

하지만 당신은 뉴욕시에서도 홀로 있을 수가 있어요.

세상으로부터 홀로 있음이란 '외부의 세상으로 향하는 방향을 돌려서 당신의 내면으로 깊이 침잠해서 당신의 진정한 자아를 탐구하는 것'입니다.

당신은 계속 해서 안으로 안으로 주의를 기울이는 것이죠.

그러면 어느 날 우리는 꿈에서 깨어나고서 그것이 단지 꿈이었다는 것을 알게 되고는 세상 모든 것에 대해서 웃음을 날릴 겁니다.

모든 스승들은 결코 하나됨 혹은 전체의 통찰력을 잃는 법이 없습니다.

그러나 그들은 아직 잠들어 있는 그들의 자아의 나머지가 깨어나도록 도와 주기 위해서 분리의 게임을 연기할 수는 있어요.

이건 너무나 단순하고 간단한 거랍니다.

당신이 깨달게 되면 분리에서 하나됨으로 관점이 바뀝니다.

너무나 너무나 간단하고 또 간단하고 단순해요!

이전에는 모든 것들이 당신과 분리되어 있었어요.

그 이후에는 모든 것이 당신 안에 있습니다.

이전에는 세상은 정말이지 진짜처럼 보였어요.

그 이후에는 당신은 인생의 파노라마를 한낱 꿈으로 보게 될 겁니다.

당신은 이것이 그저 꿈임을 알게 되고 꿈이 작동하는 대로 놓아줄 겁니다.

그리고는 마침내 당신이 이 꿈을 떠날 때가 오면, 당신은 당신의 모든 힘을 한 곳으로 모으고 얼굴에 한가득 미소를 머금은 채 의식적으로 몸을 빠져나와서는 당신의 불멸 속으로 들어갈 겁니다.

우리의 진정한 존재, 우리의 진정한 자아는 극장의 스크린과도 같아요.

당신의 진정한 존재는 변함없는 스크린이고 이 세상은 그 위에 펼쳐지는 이미지들의 쇼랍니다.

우리의 진정한 자아는 결코 움직이는 법이 없지만 스크린 위의 그림들은 움직이죠.

그 스크린은 우리의 진정한 자아처럼 변함없고 건드려진 적이 없고 완벽합니다. 하지만 스크린 위에 비치는 것처럼 우리의 자아 위에 비치는 것들이 이 모든 움직임들입니다.

당신이 언젠가 깨어나서, 우주의 모든 '시네마 쇼'가 영화와 같은 것임을 알게 된다면 그때부터 이 우주의 움직임을 영화처럼 보게 될 겁니다.

내가 바라는 것은 모든 이들이 누구나 가능한 이 '지고의 상태'를 성취해서 이 땅위에서 모든 사람들이 꿈꾸는 - 아름답고 편안한 삶을 살고 모두가 서로를 사랑하고 존중하는 천국을 맛보는 것입니다.

나의 모든 소망은 모두가 내가 아는 것을 완전히 알아서 모든 비참함과 불행이 끝나고 사랑, 아름다움, 기쁨으로 가득하게 되는 것입니다.

6. 사랑

우리 인간이 하는 사랑은 대부분의 사람들이 생각하는 그런 사랑입니다. 그러나 신성한 사랑, 진정한 사랑은 이 우주의 모든 존재들을 전적으로 온전히 있는 그대로 받아들이는 변치 않고 영원한 그런 사랑입니다.

신의 사랑이란 다른 이들이 그들이 원하는 모습 그대로 있기를 원하고 또 받아들이는 그런 사랑입니다.

신성한 사랑은 모든 이들을 똑같이 보고 받아들입니다.

그리고 제가 생각하기에 이것이 우리의 사랑이 신성한 것인지 아닌지를 판가름하는 기준입니다.

우리가 만나는 모든 사람을 똑같이 사랑하고 있나요?

우리를 반대하고 우리에게 적대적인 사람을, 나를 지지해주는 사람을 사랑하듯이 사랑하고 있습니까?

진정으로 신성한 사랑은 조건에 구애받지 않고 모든 이에게 똑같이 사랑을 베풁니다.

이것에 대한 가장 위대한 보기가 그리스도의 가르침입니다.

너의 반대편 뺨을 내 주어라. 그대의 원수를 사랑하라.

한 국가의 차원에서 이러한 사랑을 실천한다면 우리의 적들은 완전히 무력해질 것입니다. 단지 사랑함으로써요.

그들은 우리에게 해를 끼칠 아무런 힘도 갖지 못하게 될 겁니다.

하지만 우리의 나라 전체가 이렇게 해야 하고 적어도 대다수의 사람들이 적을 사랑하는 것을 실천해야만 합니다.

진정한 사랑은 우리가 꺾다 꺾다할 수 있는 게 아닙니다.

우리는 그러한 사랑을 할 수 있거나, 아니면 할 수 없거나 둘 중하나입니다.

한 사람을 사랑하면서 다른 이를 미워한다는 것은 있을 수 없는 일입니다.

우리가 누군가를 미워하는 것만큼 우리는 다른 이들을 역시 사랑하지 않는 셈입니다. 우리의 사랑은 누군가를 미워하는 증오보다 더 클 수가 없습니다.

일반적으로 사람들이 사랑이라 칭하는 것은 단지 욕구 혹은 필요에 불과합니다. 우리가 이 사람은 사랑하지만 다른 사람은 사랑하지 않는다는 말은 우리가 이 사람은 나에게 필요가 있는 사람이고 그러므로 우리는 그에게 좋은 사람이 됩니다.

우리가 원하는 것을 얻기 위해서죠.

하지만 이런 것은 사랑이 아닙니다.

인간들의 사랑은 이기적이지만 신의 사랑은 완전히 자기를 비운 사랑입니다. 자기를 비운 이러한 사랑은 우리의 가장 큰 상상보다 훨씬 더 큰 무한한 기쁨입니다.

이것을 당신 스스로 발견하도록 하세요.

진정한 사랑은 우리가 다른 이들에게 느끼는 사랑입니다.

그것은 우리가 우리 자신을 그들에게 얼마나 주느냐에 달려 있습니다.

온전한 사랑은 스스로를 모든 존재와 하나라고 생각합니다.

우리가 모든 사람과 하나 됨을 알 때 우리는 자신에게 대하듯 다른 이를 대하게 될 겁니다.

사랑은 모든 것을 치유하고 달래주는 향유와 같고 위안과 같은 것입니다.

당신이 사랑할 때면 당신은 다른 이를 사랑으로 고양시키고 있는 것입니다.

당신이 줄 수 있는 가장 큰 것은 바로 당신의 사랑입니다.

그것은 어떠한 물질적인 것보다 위대합니다.

당신이 '모든 사람이 자신의 눈에서는 옳은 일을 하고 있다'는 것을 보고 이해하게 될 때 그리고 그가 그렇게 하도록 허락하고 받아들일 때 당신은 사랑이 무엇인지 이해하는 사람입니다.

우리가 사랑할 때 우리는 행복할 뿐 아니라 우리의 인생을 조화롭게 하고 있습니다.

행복은 우리가 사랑할 수 있는 능력에 달려 있습니다.

우리가 만약 온전히 사랑한다면 우리는 지금 완벽하게 행복합니다.

오직 사랑이 충분하거나 사랑이 없거나 둘 중 하나일 뿐입니다.

지금 이 순간 우리가 사랑하고 있지 않다면 우리는 그 반대의 것을 하고 있는 셈입니다.

가장 높은 사랑은 당신이 바로 다른 이가 될 때입니다.

그와 하나되는 것은 사랑의 가장 지고한 형태입니다.

당신이 원수까지도 사랑한다면 당신에게 더 이상 원수란 없을 겁니다.

사랑의 힘과 효과는 분명한 것입니다.

한번 해보세요!

당신 자신의 중심에서 본다면 사랑, 받아들임, 하나됨, 이해, 교류, 진실, 신, 참자아 이 모든 단어들은 같은 것입니다.

우리 인간들에 '본연의 상태'는 오로지 사랑입니다.

우리의 문젯거리들은 단지 우리의 본래 타고난 사랑을 가리웠기 때문에 나타날 뿐입니다.

사랑을 하게 되면 ‘자기 없음’이 당신에게 가장 큰 선함이라는 것을 알게 될 것입니다.

사랑은 노력 없음이고, 미워함은 아주 많은 수고와 힘을 필요로 합니다.

모든 문젯거리에 사랑을 적용해 보세요.

그것들이 사라질 것입니다.

우리 인간이 하는 사랑은 다른 사람에게 무언가를 필요로 합니다.

하지만 신의 사랑은 다른 이에게 내어주는 것입니다.

사랑과 행복은 같은 것입니다.

우리가 행복하지 않다면 그건 지금 사랑하지 않고 있다는 말입니다.

소유의 개념은 바로 사랑이라는 것의 의미와 정반대되는 것입니다.

사랑은 자유롭게 하고 소유는 가두어두려 합니다.

사랑은 다른 이와 하나됨을 느끼는 것입니다.

충만한 사랑이 있을 때, 당신은 다른 이와 하나되는 것을 느낄 것입니다.

그리하면 다른 이를 대하는 것이 바로 당신을 대하는 것이 됩니다.

당신은 다른 이의 기쁨을 기뻐하게 될 것입니다.

사랑에는 엄청난 파워가 있습니다.

우리는 사랑 뒤에 있는 파워가 의심할 여지없이 수소 폭탄보다 더 강력하다는 것을 알게 될 것입니다.

오직 사랑만을 가진 한 사람이 온 세상을 대적할 수도 있습니다.

왜냐하면 사랑은 그토록 강한 것이니까요.

이 사랑은 우리의 참자아 바로 그것입니다.

이러한 사랑이 바로 신입니다.

사랑은 우주의 모든 힘을 나에게 줄 뿐 아니라 우주의 모든 기쁨과 앎을 나에게 줍니다.

우리가 사랑하는 능력을 키우는 가장 좋은 방법은 바로 우리 자신을 깊이 이해함으로써입니다.

제 생각에 모든 사람이 누군가를 사랑하는 멋진 경험을 알고 있을 겁니다.

그러니 당신이 30억 명의 사람을 사랑한다고 생각해 보세요.

아마도 30억 배는 더 행복해지지 않겠습니까?

사랑은 우리 안에서 계속 성장하는 태도입니다.

우리는 먼저 우리 가족들을 사랑하는 것에서 시작을 해야 합니다.

모든 가족들에게 그들의 자신만의 방식으로 존재하도록 허용하세요.
그리고 이것을 친구들과 낯선 이, 나아가서는 모든 이들에게 적용하는 겁니다.
우리가 더 많이 사랑을 연습할수록 우리는 더 많이 사랑하게 되고, 더 많이 사랑할수록 우리는 더 많이 사랑을 실천하게 될 겁니다.
사랑이 사랑을 계속 낳는 것이죠!
우리가 사랑을 하게 될수록, 우리는 우주의 조화와 더 많이 접하게 되고 우리의 삶은 더욱 환희로 가득하고 더 아름답게 될 것입니다.
이것은 하나의 싸이클을 형성할 것이고, 당신은 그 싸이클 안에서 위로 비상하게 될 것입니다.

사랑을 받는 유일한 방법은 사랑을 줌으로써입니다.
왜냐하면 우리가 주는 바로 그것을 우리가 받기 때문입니다.
이 우주에서 가장 손쉬운 일이 바로 모든 이를 사랑하는 것입니다.
즉 일단 우리가 사랑이 무언지를 알게 되면 가장 쉬운 일이 되는 것이죠.
모든 이를 사랑하지 않는 것은 엄청난 노력을 필요로 하는 일입니다.
그리고 당신도 우리의 매일의 일상에서 이것을 알 수가 있어요.
하지만 우리가 사랑을 할 때 우리는 모두와 하나가 되고, 우리는 평화롭게 되며, 모든 것이 완벽하게 맞아 떨어지게 됩니다.
높은 영적 차원의 사랑에서는 자기희생이란 없습니다.
우리가 모든 이를 사랑할 때 우리 자신을 해칠 필요가 없고 우리는 그렇게 하지도 않을 것입니다.

사랑에는 상호관계의 느낌이 있습니다. 양쪽 모두가 다 옳다는 것이죠.
당신이 사랑하고 있다면 당신은 그 법칙을 따르고 있습니다.
우리의 잘못된 태도로 인해 우리는 사랑을 질식시키고 있습니다.
사랑은 우리의 기본적인 품성이고 자연스러운 것입니다.
사랑이 그토록 쉬운 이유가 바로 이것입니다.
사랑에 반하는 것은 노력을 필요로 합니다.
우리는 우리 자신의 참자아로부터 떨어져 나와서는 그것을 가리우고, 사랑에 반대되는 관념들로 질식시켜 버렸습니다.
그리하여 우리가 사랑하지 않고 있기 때문에 그 사랑하지 않음이 우리에게 다시 되돌아오게 되는 거죠.

우리가 사랑할 때 우리는 최상의 기쁨을 느끼게 됩니다.

진정한 사랑이 우주에 충만합니다.

한 사람만을 사랑하는 것이 아니라 우주의 모든 존재들을 사랑하는 사랑 말입니다.

사랑하지 않음 바로 그 뒤편에, 우리의 존재인 무한한 사랑이 항상 있습니다.

당신은 그 사랑을 조금이라도 증가시킬 수도 없어요.

당신이 할 수 있는 일이란 단지, 증오와 사랑하지 않음이라는 껍질을 벗겨내어 이 무한한 사랑의 존재가 더 이상 감추어져 있지 않게 하는 것뿐입니다.

사랑은 우리가 가는 이 길에 절대적으로 필요한 것입니다.

만약 우리가 완전한 깨달음을 얻고자 한다면 우리는 우리의 사랑이 완전해 질 때까지 그것을 커지게 해야만 합니다.

당신이 진정으로 사랑한다면 당신은 결코 분리감을 느끼지 않게 됩니다.

거기에 떨어져 있는 거리란 존재하지 않습니다.

왜냐하면 사랑은 당신의 가슴 바로 거기에 항상 있기 때문이죠.

오직 성장함을 통해서 우리는 사랑이 무엇인지 진정으로 이해하게 됩니다.

당신이 진정으로 사랑하게 된다면 타인들을 온전히 이해할 수가 있게 됩니다.

사랑은 항상 하는 태도입니다.

사랑은 변하지가 않아요.

사랑은 쪼개어질 수 있는 게 아닙니다.

모든 사랑 -인간들의 사랑을 포함해서-은 신성한 사랑에 그 근원을 두고 있습니다.

당신이 사랑할 때면 당신은 사랑하는 그를 위해 최선의 것만을 생각하게 될 겁니다.

당신이 더욱 사랑할수록 당신은 더욱 이해하게 될 겁니다.

진정한 사랑과 거짓된 사랑을 구별하는 하나의 단어가 있습니다.

그것은 내어줌입니다.

당신이 사랑으로 고양되어 있을 때 당신은 사랑하는 이를 포용하듯이 한그루의 나무를 포용할 수 있습니다.

당신의 사랑은 모든 것들에 스며들고 있죠.

우리의 거짓 자아를 버리는 것이 우리가 할 수 있는 가장 최상의 것입니다.

우리가 거짓 자아에서 완전히 벗어날 때 우리는 자동적으로 참자아에 있게 되니까요.

사랑은 바로 참자아의 상태입니다. 당신이 바로 그것입니다.

온전한 사랑이 아닌 모든 것은 어느 정도는 증오입니다.

당신은 당신이 어떤 것에도 반(反)할 수 없다는 것을 보실 수 있겠습니까?
모든 것이 신입니다. 우리의 원수조차 신입니다.
당신이 부분으로 한정짓는다면 당신은 신에서 멀어지고 있어요.
사랑은 분리 될 수 없는 것입니다.
사랑은 모든 것을 위한 것이 되어야 합니다.
영적인 진보에서 가장 뛰어난 것은 바로 사랑입니다.
당신이 사랑할 수 있는 능력은 당신의 이해의 깊이에 의해 결정됩니다.
당신이 누군가를 신뢰하지 않는다면 당신은 그를 온전히 사랑하고 있는 게 아닙니다.
만약 우리가 이 세상을 있는 그대로 사랑한다면 우리는 그것을 바꾸려 들지 않을 겁니다.
우리는 그저 세상을 지금 모습 그대로 존재하도록 받아들여줄 것입니다.
다른 이들을 바꾸려드는 것은 우리 자신의 에고를 투영하는 것이니까요.
더욱 사랑하게 될수록 우리는 생각을 많이 할 필요가 없게 됩니다.
사랑이 되는 것이 사랑을 하는 것보다 더 고차원의 것입니다.
신의 진정한 헌신자는 사랑 이외에는 선택의 여지가 없습니다.
신이 바로 사랑이니까요.
사랑이 바로 당신의 참자아입니다.
그것이 가장 높은 사랑입니다.
사랑은 함께함입니다.
사랑이 바로 참자아입니다.
참자아가 사랑하는 게 아니라 참자아가 바로 사랑입니다.
오직 이원성의 환상에서만 사랑함이 있을 수가 있죠.
사랑함이 아니라 사랑 바로 그것이 되는 것이 당신을 신으로 인도합니다.

7. 사랑에 관한 모든 것

오늘 밤에는 사랑에 대해서 말하고 싶군요.

사랑이란 단어는 제가 그다지 쓰고 싶어 하지 않는 단어입니다.

왜냐하면 너무나도 오해받고 있는 말이거든요.

또한 저는 이러한 성장의 방법을 통해서나 혹은 오직 성장을 통해서만, 우리는 사랑이 무엇인지 이해할 수 있다고 생각해요.

사랑을 정의하는 것은 그저 우리가 기존에 알고 있는 말들에 몇 가지를 덧붙이는 것에 불과하고 진정한 의미를 전달하지는 못합니다.

하지만 사랑이야말로 이 길을 가는데 있어서 반드시 필요한 것입니다.

만약 우리가 완전한 깨달음을 얻으려 한다면 말이죠.

우리는 우리의 사랑이 완전해질 때까지 계속해서 키워나가야 합니다.

지금 제가 이야기하려는 사랑은 섹스와는 아무런 관련이 없습니다.

섹스는 그저 육체적인 즐거움일 뿐이죠.

우리는 - 대부분의 우리는 - 이 둘을 혼동합니다.

하지만 이 둘은 완전히 다른 것입니다.

그 둘은 연결이 되어있을 수도 있지만 반드시 그럴 필요는 없습니다.

우리가 지금 여기서 말하려는 사랑은 예수의 사랑과 같은 그런 것입니다.

이 사랑은 완전합니다.

그는 이렇게 표현했죠. "원수를 사랑하라."

제가 생각하기에 사랑에 대한 가장 적합한 정의는 사랑은 받으려는 어떠한 기대도 없이 그저 주려는 감정입니다.

이것은 매우 자유로운 베품입니다.

그리고 이것은 지속되는 일종의 태도입니다.

적어도 우리가 말하고 있는 이 사랑에는 여러 종류가 있는 게 아니며 상황에 따라 달라지는 게 아닙니다.

우리는 이 사랑을 모든 사람에게 적용해야 합니다.

우리 가족들뿐 아니라 낯선 이들에게도 똑같은 사랑을 주어야 하죠.

이건 좀 이상하게 들릴지도 모르지만 진실입니다.

우리가 낯선 이들을 사랑하는 딱 그만큼 우리는 우리 가족들을 사랑할 수 있습니다.

소유의 관념은 정확히 사랑과 반대되는 것입니다.

사랑에 있어서 거기에는 소유하거나 울타리로 가두거나 하는 그런 것이 전혀 없습니다.

우리가 주려고 할 때 우리는 어떠한 태도를 취하는 것이고 우리는 다른 이들이 그들이 원하는 것을 가지기를 원합니다.

아마도 부모님의 사랑이 이에 가장 가까운 것이라 하겠죠.

어머니는 아이를 위해서라면 자신을 돌보지 않고 기꺼이 희생하고 무엇이랴도 주려고 할 것입니다.

사랑에 대해서 다른 정의들도 많이 있지만 나는 받아들임 내지는 허용도 아주 좋은 단어라 생각합니다.

우리가 사람들을 사랑할 때 우리는 그들을 있는 그대로 받아들입니다.

우리가 세상을 사랑할 때 우리는 세상을 있는 그대로 받아들입니다.

우리는 그것들을 바꾸려 하지 않고 있는 그대로 허용하고 받아들입니다.

우리는 세상이 지금 그대로 존재하도록 허용합니다.

마찬가지로 우리는 모든 사람들이 지금 그대로 존재하도록 허용합니다.

그들이 원하는 대로 존재할 수 있도록 받아들이세요. 바꾸려 들지 마시구요.

우리는 그들이 우리가 원하는 식으로 있기를 원합니다.

그들을 바꾸려 하는 것은 우리 자신의 예고를 투사하는 것일 뿐입니다.

그러니 사랑은 우선 느낌입니다.

서로서로 그리고 모든 이들과 하나되는 느낌이죠.

충만한 사랑이 있을 때 당신은 스스로를 다른 이와 똑같이 느끼게 됩니다.

다른 사람을 대하는 방식이 스스로를 대하는 방식과 같아요.

사랑에는 완전한 하나됨이 있습니다.

항상 끊임없이 감사하는 상태는 완전한 사랑과도 같습니다.

우리는 모든 것에 대해서 그저 감사하게 됩니다.

우리는 심지어는 선한 것에서 뿐 아니라 선하지 못한 것에조차 신에게 감사하게 됩니다.

이 상태를 이해하려면 우리는 지고한 사랑의 경지에 이르러야 합니다.

오직 그때에서야 우리가 선하지 못한 것에조차 신에게 감사하는 게 어떤 의미인지 알게 됩니다.

이것의 실제적인 측면은 우리가 감사하는 상태를 더욱 연습하면 할수록 우리는 더더욱 사랑하게 된다는 것입니다.

이것을 연습해 보시고 이게 참진리라는 것을 깨우치세요.

사랑은 단지 느낌만인 것은 아닙니다.

사랑에는 오늘날 세상 사람들이 거의 이해하지 못하는 어마어마한 힘이 있습니다.

세상의 사람들이 이것을 거의 이해하지 못하고 있어요.

우리는 이러한 사랑의 예를 마틴 루터킹에게서 찾아볼 수 있습니다.

그가 공격을 당했을 때조차도 그는 그를 공격한 사람에게 오직 사랑만을 주었습니다.

그는 비폭력을 가르쳤습니다.

이 비폭력의 가장 큰 가르침은 영국을 상대로 싸워서 이긴 마하트마 간디에게서도 찾아 볼 수 있습니다.

그는 어떠한 무기도 사용하지 않고서 그의 가르침을 통해서 이것을 해내었습니다.

“영국인들은 우리의 형제들입니다. 우리는 그들을 사랑해야 합니다. 영국과 영국 군인들에게 폭력으로 저항하지 말고 그들을 사랑하세요.”

간디는 이것을 잘 이해하였고 인도에서 이 비폭력 무저항 운동이 성공할 수 있도록 하였습니다.

당신이 사랑이 무엇인지 알게 된다면 사랑의 힘은 의심할 여지 없이 수소 폭탄보다 훨씬 더 강력하다는 것을 알게 될 겁니다.

사랑은 그것이 오로지 사랑으로 표현되었을 때 우리가 생각할 수도 없을 만큼 이 우주에서 가장 강력한 힘입니다.

오직 사랑만을 가진 사람은 세상 전체와도 맞설 수가 있습니다.

왜냐하면 사랑은 그토록 강한 것이니까요.

이러한 사랑은 바로 다름 아닌 우리의 참자아 즉 신입니다.

사랑은 신입니다. 우리가 오로지 사랑뿐일 때 우리는 곧 신입니다.

성경을 인용하자면 “신은 사랑이다. 신은 전능하시다.”라는 것이죠.

사랑은 이 우주의 모든 힘을 줄 뿐 아니라 모든 기쁨과 지식을 우리에게 줄 것입니다.

그러면 어떻게 이것을 실제로 일어나게 할 수 있을까요?

우리가 사랑을 할 수 있는 능력을 성장시키는 가장 좋은 방법은 지혜와 이해를 통해서입니다.

하지만 우리는 우리의 일상생활에서도 우리의 사랑을 성장시킬 수가 있어요.

첫째로 할 수 있는 것은 가족들을 사랑하는 겁니다.
우리는 우리 가족들을 더욱 더욱 더 사랑하려고 해야 합니다.
모든 사람들이 누군가를 사랑하는 멋진 경험을 한 적이 있을 겁니다.
그러니 당신이 30억명의 사람들을 사랑한다고 상상해보세요.
아마 30억 배는 더 행복해질 것이 아니겠어요?
그러니 가정에서 우리의 가족들이 지금 모습 그대로 있도록 허용하고 사랑함으로써 우리는 이 연습을 시작할 수가 있어요.
제 생각에 이것이 아마도 가장 어려운 일일 텐데요.
특히 아이들에게 그들이 있는 그대로 있을 수 있도록 해주는 건 어려울 겁니다.
하지만 모든 아이들은 완전하고 전체적이며 무한한 존재이며 신의 아이들입니다.

다음으로 우리는 이웃을 사랑하도록 해야 합니다.
그러고 나면 좀 더 큰 그룹으로 갑니다.
우리 주. 우리 나라. 그리고 우리는 전 세계의 모든 사람들을 사랑하게 되죠.

Q: 러시아인들도 말입니까?

Lester: 러시아인들도요.

Q: 그리고 중국인들도요?

Lester: 저는 로버츠가 그와 같은 이야기에 대해 몇주 전에 이야기하는 것을 들었습니다.

사람들이 물어보기를 “만약 예수 그리스도가 오늘날 돌아온다면 그는 공산주의자들에게 어떤 태도를 보일까요?” 라고 했을 때 그는 대답하기를

“예수는 사람들이 기대하는 식으로 행동하지 않을 겁니다.

그는 누구에게도 어떤 것에게도 적대하지 않을 것입니다.

그는 공산주의자를 미워하지 않을 것입니다.

그는 악한 일을 하고 잘못된 일을 하는 것에는 반대하겠지만 어떠한 사람에게도 반대하는 말을 하지는 않을 것입니다.”

저는 만약 우리가 사랑의 힘을 이해한다면 그리고 미국인들의 대다수가 러시아인들을 사랑한다면 어떠한 무기를 사용하지 않고서도 미국이 러시아를 이길 수가 있을 것이라고 믿습니다.

그리고 우리가 전 세계의 모든 사람들을 사랑하게 되면 우리 세상의 바깥에 수많은 존재들이 있다는 것을 알게 될 겁니다.

제 생각에 이 세상의 모든 이들을 사랑하는 것이 이 우주에 있는 우리의 형제 자매들을 만나게 해 줄 것입니다.

왜냐하면 이 우주에는 수많은 차원이 있고 수많은 존재계가 있기 때문이죠.

우리가 이 행성 안에서 사랑할 수 있는 능력이 없기 때문에 우리는 그들을 차단하고 있어요.

자 다시 사랑을 하는 연습의 주제로 돌아옵시다.

우리가 사랑을 하는 연습을 더욱 많이 할수록 우리는 더욱 더 많이 사랑할 수 있게 되고 우리는 더욱 사랑을 실천할 수가 있죠.

우리가 더욱 사랑할수록 우리는 우주의 하모니와 더 많이 만나게 되고, 우리의 삶은 더욱 환희로 가득 차고, 더욱 풍부해지고 모든 것이 될 것입니다.

이것은 당신이 더욱 위로 위로 사랑을 주고받는 사이클을 순환시키는 것과 같아요.

사랑이 사랑을 낳고, 사랑이 사랑과 사랑에 빠지는 겁니다!

또 한 가지가 더 있는데 만약 우리가 사랑받고자 한다면 사랑하면 됩니다.

이것이 가장 좋은 방법일 뿐 아니라 제 생각에는 사랑을 받는 유일한 방법입니다.

그러나 사랑을 주지는 않고 받기만 하려고 한다면 이것은 우리에게 사랑을 가져다 주지도 않거니와 우리를 만족시킬 수가 없어요.

이것이 매우 많은 사람들이 잘못 생각하고 있는 기본적인 착각입니다.

그들은 살면서 사랑 받으려고 하지만 실제로 사랑받고 있을 때도 그것을 느끼지 못하고 있습니다.

그 사랑의 느낌은 우리 안에 있어야 합니다.

만약 내가 당신을 사랑한다면 멋진 기분을 느끼는 사람은 바로 나입니다.

당신이 나를 사랑한다면 멋진 기분을 느끼는 사람은 바로 당신이죠.

멋진 기분을 느끼는 사람은 사랑하는 사람 바로 그 자신입니다.

그러니 사랑을 받기를 원하는 것은 결코 충족되지 않는 방향으로 가는 셈인 것이죠.

사랑하는 사람. 그저 주는 사람이 가장 행복한 사람입니다.

그의 가슴으로부터 사랑을 그저 주는 자는 축복 받은 사람이니 그는 더욱 행복해질 것입니다.

우리는 모든 사람을 똑같이 사랑해야 합니다.

우리가 한 사람을 다른 사람보다 더욱 사랑한다고 할 때 그때 우리가 우리의 내면을 거슬러 잘 찾아가보면 우리가 더욱 사랑하는 그 사람이 나에게서는 더욱 필요하다고 생각하는 사람이고, 우리가 뭔가 가지길 원하는 것이 있고 그래서 그 사람을 더욱 사랑한다고 말하는 것을 알아차릴 수 있을 겁니다.

하지만 이것은 사랑의 탈을 쓴 것일 뿐입니다.

실제로는 사랑은 이런 식으로 쪼개질 수가 없어요.

만약 당신의 사랑을 시험해 보고 싶다면 당신의 원수를 보세요.

이건 정말 대단한 시험거리입니다.

이게 힘들다면 낯선 사람을 한번 보세요.

그 낯선 사람에 대한 당신의 태도가 어떤 것인지 확인해 보세요.

모든 어머니가 나의 어머니가 되고, 모든 아버지가 나의 아버지가 되고, 모든 아이들이 나의 아이들이 되어야 합니다.

이러한 삶의 태도는 우리가 이해를 통해 얻을 수 있는 것입니다.

이것이 바로 진정한 '사랑'의 의미인 것입니다.

Q: "레스터. 당신이 말씀하신 것처럼 주기만 하는 사랑을 우리가 하다 보면, 사람들은 그저 우리에게서 더욱 얻어가기만 하고 우리를 이용해 먹고는 마침내 우리는 감정적으로 정신적으로 재정적으로 상처입고 영망이 될 수도 있을 것 같은데요?"

Lester: 그건 불가능해요. 만약 우리가 진정한 사랑을 한다면 말이죠.

우리가 진정한 사랑의 태도를 가지고 있다면 이런 일은 일어나지 않아요.

저도 이런 식의 이야기를 매우 많이 들었어요.

우리가 알아야 할 필요가 있는 것은 진정한 사랑이 무엇이나 하는 것입니다.

우선 첫째로 사랑을 주는 것은 무언가 물건 따위를 주는 게 아닙니다.

베풀어 준다는 것은 일종의 태도입니다.

우리는 항상 사랑의 태도를 가질 수가 있어요.

지금 대부분의 사람들이 준다는 것은 사랑으로 주는 게 아니고, 무언가 자신들이 얻을 게 있다는 생각에서 주는 것입니다.

“나를 좀 봐. 내가 착한 일을 하고 있어.” 혹은 “신문에 내 이름이 오르내리겠는 걸.” 이런 것들이죠.

보다시피 이런 타입의 사랑은 우리를 곤란에 빠지게 해요.

사람들은 우리에게서 모든 것을 빼내가기만 할 거예요.

왜냐하면 우리가 무언가 대가(對價)를 바라고 있기 때문이죠.

우리는 이 과정에서 자신을 먼저 우선시하기 때문에 결국 그들이 우리를 끌어 내리는 거죠.

Q: 레스터. 옆집 이웃을 사랑하는 것보다 5000마일 떨어진 곳에 있는 누군가를 사랑하는 게 더 쉽지 않나요?

Lester: 이 우주에서 가장 쉬운 일은 모든 사람을 사랑하는 것입니다.

전 그렇게 생각해요.

이것이 제가 발견한 것입니다.

일단 우리가 사랑이 무엇지를 알게 되면 이게 가장 쉬운 일이 됩니다.

모든 사람을 사랑하지 않는 것이야말로 엄청나게 어려운 것이고, 우리에게 고통을 줍니다.

하지만 우리가 사랑을 할 때 우리는 그들과 하나가 되고, 우리는 평화롭고 모든 것은 아름다울 정도로 맞아 떨어집니다.

중요한 것은 사랑을 제가 지금 정의하려는 그런 방식으로 행하는 것입니다.

하지만 세상 사람들이 말하는 그런 식의 사랑이라면 당신이 말한 것이 옳습니다.

하지만 나는 그런 것들을 사랑이라고 부르지는 않겠어요.

Q: 그러면 뭐라고 부르실 건가요?

Lester: 이기심입니다.

하지만 지고의 사랑 영적인 사랑은 자기희생이라는 것이 없습니다.

우리가 모든 이를 사랑할 때 자기 자신을 희생할 필요가 전혀 없습니다.

당신은, 사랑에는 일종의 상호 작용 같은 게 있다는 걸 알게 될 겁니다.

당신이 사랑하면 또 당신이 그 사랑을 고수하면 사람들이 당신을 이용해 먹지 못합니다.

당신이 사랑을 할 때면 당신은 우주에서 가장 강력한 힘을 쓰고 있는 거예요.

지금 제가 말하는 것은 예수와 같은 그런 사랑을 말하고 있는 겁니다.

실제로 어떤 사람이 당신을 해치려 하는데 당신이 그 사람에게 사랑만을 느낀다면, 그들이 자신을 해치게 되는 것을 알게 될 겁니다.

그들이 만약 계속해서 그렇게 한다면 아마 그들은 거의 스스로를 파멸하게 될 지도 몰라요.

그들은 당신에게 더 이상 어떻게 해를 끼치지 못하게 될 겁니다.
우리는 이제껏 우리가 알아왔던 것이 아닌 내가 사랑이라 부르는 이것을 계속
해서 연습을 해야만 해요.

Q: 그것은 기본적인 태도입니다.

이것은 우리가 물리적으로나 정신적으로 행해야 하는 그런 건 아닌 건가요?

Lester: 이것은 우리가 이것을 발전시키고자 할 때 당신 안에서 성장하는 지속
적인 태도입니다.

그러나 우리는 이 사랑을 실천해야만 합니다.

전에도 말했듯이 우선 우리 가족을 사랑하는 것부터요.

할 수 만 있다면 가족 구성원들 모두를 존재 그 자체로 받아들이세요.

만약 그렇게 할 수 없다면 당신이 그렇게 할 수 있을 때까지 계속 시도해 보
세요.

그리고 나면 그것을 친구들과 또 낯선 이들 또 모든 이들에게까지 적용을 해
보세요.

이렇게 함으로써 당신이 점점 사랑을 키워나갈 수 있다는 것을 보세요.

Q: 어떤 면에서 그것은 우리 모두에게 있는 것이죠.

하지만 수많은 태도들에 의해 겹겹이 가리워져 있는 게 아닐까요?

Lester: 네. 그것은 잘못된 태도들에 의해 질식되고 있죠.

자~ 내가 말한 사랑은 모든 이들의 기본적인 천성입니다.

이것은 타고난 거예요. 그래서 쉬운 겁니다.

그 반대되는 것은 노력을 필요로 해요.

우리는 우리의 자연스러운 참자아로부터 벗어납니다.

우리의 참자아에 사랑의 반대되는 개념들을 덧씌우고 질식시키고 있어요.

Q: 사랑을 한다는 것은 이기적인 것에 가깝지 않나요?

우리가 누군가를 사랑할 때면 우리 자신이 너무나 멋진 느낌을 가지잖아요?

Lester: 저는 이런 식의 논쟁은 하고 싶지는 않군요.

하지만 당신이 말씀하신 의미라면 그렇습니다.

하지만 일반적인 의미에서는 그렇지 않아요.

Q: 내가 누군가를 사랑하게 되면 나는 너무 기분이 좋죠.
너무나도 멋진 느낌이거든요.

Lester: 맞아요. 당신이 사랑이 뭔지를 발견하게 된 후에는 그게 맞습니다.
사랑은 이 우주에서 가장 위대한 것입니다.
사랑은 우리의 본성이기 때문에 모든 사람들이 첫째로 원하는 것입니다.
모든 사람들은 기본적으로 지극히 사랑하는 존재입니다.

Q: 선생님께서 말씀하시는 사랑이라는 게 이런 거라 할 수도 있을까요?
예를 들어 우리의 마음이 고요해지고 생각들이 고요하게 집중되면서 다른 이
들을 있는 그대로 받아들여서 그래서 마음이 고요해지는?

Lester: 네. 네. 그래요.

우리가 더 많이 사랑할수록 우리는 생각을 할 필요가 점점 없어집니다.
내가 만약 당신을 사랑하지 않는다면 나는 당신으로부터 나를 보호하기 위해
경계를 해야 하죠.
내가 만약 세상을 사랑하지 않는다면, 나는 항상 세상으로부터 나 자신을 보호
해야만 하고 이러한 것들은 점점 더 많은 생각들을 불러일으킵니다.
그리고 나를 극히 방어적으로 만들게 되고, 무의식적으로 이런 방어물을 구축
하게 됩니다.
그리하면 이제 나는 생각 덩어리들에 불과하고 나 자신을 세상으로부터 지켜
야만 합니다.
이제 내가 세상을 사랑하게 되면 세상은 나를 해치지 않을 것이고 내 생각들
은 고요해질 수가 있어요.
마음은 평화롭게 될 것이고, 그리하면 바로 거기에 무한한 참자아가 있습니다.
바로 이것이 지극한 기쁨이죠.

Q: 다른 말로 하자면 이러한 평화를 가져오는 것은 외부의 대상이 아니라, ‘우
리의 마음이 고요해짐을 통해서 우리의 존재가 드러나게 되는 것’이고 이것이
바로 사랑의 체험이군요. 그렇습니까?

Lester: 그렇습니다.

Q: 한줄기 빛이 비치는 거군요!

Lester: 그렇습니다. 우리는 우리의 무한한 존재와 무한한 기쁨에 우리의 생각들을 덮어 씌워버렸어요.

한계 없는 우리의 자연스러운 상태에 한계라는 생각들을 덮어씌운 거죠.

그 생각들이 이 무한한 참자아를 질식시키고 있습니다.

그 생각들이 기뻐할 수 있는 능력을 질식시키고 있어요.

그래서 우리가 해야 할 일은 생각을 고요하게 하거나 모든 생각을 놓아주는 겁니다.

그리하면 이제 남는 것은 원래의 우리자신인 무한하고 영광스러운 <존재>입니다.

우리 자신으로 있는 것 이것이 우리의 자연스러운 상태입니다.

이상하죠?

그것이 바로 우리의 자연스러운 상태라구요.

이것이 우리의 자연스러운 상태였고, 자연스러운 상태이고, 앞으로도 그럴 것입니다.

우리는 지금 이 순간 바로 그것입니다. 하지만 보지 못하고 있죠.

우리 자신인 바로 그 무한한 영광스러운 존재는 절대적으로 완벽하며 결코 변하지 않습니다.

항상 거기에 있어요.

단지 우리가 그것을 보지 않고 그것에서 눈을 돌리고는 멀리 다른 곳을 찾아 헤매고 있을 뿐입니다.

우리가 해야 할 일은 이제 우리의 마음을 안으로 돌려서 그것을 들여다보는 거예요.

더 많이 들여다 볼수록 우리는 우리의 참자아를 더 많이 보게 될 겁니다.

모든 것이 오직 한 방향을 가리키고 있는 것 같아요.

그렇지 않나요?

우리가 인생에 대해서 그리고 우주에 대해서 더 많이 이해하면 할수록 그렇습니다.

모든 것들이 점점 더 아귀가 맞아 들어가고 단순하고 또 단순해져서는 마침내 신이라 불리우는 '절대적인 단순함'에 이릅니다.

신은 지극히 단순한 것입니다.

하지만 이외의 것들은 무지 복잡하기만 하죠.

복잡함이 커지면 커질수록 우리는 신으로부터 점점 더 멀어지기만 할 뿐입니다.

그것이 '신은 하나이고 오직 신만이 유일한 것이고 두 번째가 없다'라고 하는 것입니다.

이 정도면 사랑이라는 단어에 대한 설명이 될까요?

Q: 간절한 바람을 가지고 있는 사람이 있는데 내가 그와 함께 함으로써 뭔가를 잃게 된다면 그것은 사랑이 아니죠.

하지만 만약 사랑이 완전하다면 그들이 무엇을 원하든 나는 그와 같은 것을 원할 것입니다.

왜냐하면 그들의 느낌이 나의 느낌이고 이것은 오직 하나의 느낌이기 때문이죠. 그리하면 나는 두려워하지 않게 됩니다.

Lester: 그것을 함께함이라고 부릅시다. 아주 좋은 단어네요.

이게 당신이 말하려는 게 맞죠?

Q: 저에게 이런 생각이 떠올랐습니다.

제가 저의 존재를 알게 된다면 저는 상처받을 수가 없습니다.

그러니 다른 누가 저를 해칠 수가 있겠어요?

Lester: 그렇습니다.

우리가 완전히 사랑하고 있을 때 상처를 받는다는 것은 불가능합니다.

우리가 사랑할 때 우리는 오로지 너무나 멋진 기분만을 느낍니다.

실제로 우리가 사랑할 때 우리는 최고의 행복을 느낍니다.

Q: 만약 우리가 다른 사람보다 어떤 사람과 함께함을 더 느낀다면 우리는 분리감을 느끼기 시작하는 건가요?

Lester: 그렇습니다. 그것은 완전한 사랑은 아닙니다.

부분적인 사랑이죠. 그리고 그 사랑이 부분적일수록 행복감은 줄어듭니다.

우리가 완전히 사랑할 때 우리는 모든 존재를 사랑합니다.

우리는 '모든 것이 완벽하고 모든 사람이 옳다'라고 하는 너무나도 멋지고 따스한 태도만을 가지게 될 것입니다.

우리는 오로지 완벽만을 봅니다.

그리고 그런 눈으로 세상을 볼 것입니다.

우리가 미워할 때면 우리는 똑같은 세상을 정반대의 눈으로 볼 것입니다.

Q: 선생님께서 준다는 것을 말씀하실 때 어떤 사물을 준다는 것인가요?

혹은 영적인 이해를 준다는 것인가요?

Lester: 사랑은 내어준다는 태도입니다.

이러한 태도를 가지고 물건을 준다면 그것은 사랑입니다.

만약 제가 당신이 저를 좋아하기를 원해서 무언가를 준다면 그건 사랑이 아닙니다.

그건 저의 에고를 강화시키는 것에 지나지 않아요.

가장 위대한 내어줌은 이해와 지혜를 주는 것입니다.

제가 만약 배고픈 이에게 밥을 준다면 몇 시간 지난 후에 그는 또다시 배가 고파질 것입니다.

하지만 제가 그에게 어떻게 밀을 수확할 수 있는지를 가르쳐 준다면 그는 결코 다시는 배고픔을 느끼지 않을 것입니다.

마지막으로 이 구절을 인용하고 싶습니다.

“사랑은 오래 참고 온유합니다.

사랑은 시기하지도 뽐내지도 아니합니다.

사랑은 교만하지도 무례하지도 않습니다.

사랑은 자신의 유익을 구하지 않으며 성내지 아니합니다.

사랑은 옳지 않은 것에 기뻐하지 않으며, 진리인 것에 기뻐합니다.

사랑은 모든 것을 참으며, 모든 것을 믿으며, 모든 것을 소망하며,

모든 것을 견디어냅니다.”

8. 사랑의 힘 1

사랑할 때 우리는 결코 상처받지 않습니다.

우리가 항상 사랑할 때 우리는 모든 존재를 사랑합니다.

우리는 모든 것이 좋고 모든 사람들이 옳다는 놀라운 정도로 따스한 삶의 태도를 가지게 됩니다.

우리는 장밋빛 색안경을 쓰는 것과 같아요.

우리가 사랑할 때 세상을 그렇게 보게 됩니다.

우리가 미워할 때는 우리는 똑같은 세상을 완전히 반대로 봅니다.

그러니 사랑의 힘에 대한 이 조그마한 비밀을 배우는 것은 어마어마한 일입니다.

처음에 내가 사랑에 대해서 말을 할 때는 저는 뭐라 해야 할지 몰랐어요.

그다지 할 말이 없었거든요.

하지만 여러 차례의 모임에서 이야기한 것들이 묶여서 책으로 나왔어요.

그 첫 번째가 "사랑은 되돌려 받으려는 어떠한 생각도 없이 그저 주려는 느낌이다."였고 전 여기서부터 시작했어요.

"사랑은 어떠한 집착도 없는 나눔이다.",

"오직 사랑함을 통해서만 우리에게 사랑이 온다."

더 많이 사랑하면 사랑할수록 더 많은 사랑이 우리에게 찾아옵니다.

나는 이 점이 바로 많은 사람들이 잘못 생각하고 있는 부분이란 것을 압니다.

사람들은 언제나 사랑을 받기를 원합니다.

그들이 사랑받고 있다는 것을 느끼지 못하면서요.

심지어는 그들이 실제로 사랑받고 있을 때조차 그렇습니다.

그 이유는 바로 그 사랑의 느낌이 우리 안에 있어야만 하기 때문입니다.

내가 당신을 사랑할 때 나는 멋진 느낌을 가집니다.

당신이 나를 사랑한다면 당신은 멋진 느낌을 가질 겁니다.

전에 말했듯이 기분 좋게 느끼는 쪽은 사랑하는 쪽입니다.

그러니 사랑 받기를 원하는 것은 결코 충족될 수 없는 방향으로 나아가는 것이죠.

사랑에 대해서는 사람마다 관념이 다 다릅니다.

그들 각자가 생각하는 대로 현실을 창조하죠.

사랑은 어떤 행동을 필요로 하는 것이 아닌 느낌이자 태도입니다.

물론 행동을 취할 수도 있죠.

당신은 당신이 가진 것을 다 내어줄 수도 있지만 그게 반드시 필요한 것은 아닙니다.

중요한 것은 사랑하는 태도입니다.

Q: 아이들도 사랑을 하나요?

Lester: 아이들은 우리들보다 조금은 더 사랑합니다.

하지만 그리 많이는 아닙니다.

왜냐하면 아이들은 이 세상에 태어날 때 이미 수백만년 동안의 성향과 태도를 가지고 오기 때문입니다.

아이는 이제 처음 세상에서 출발하는 것이 아닙니다.

아이의 생은 지난 과거생의 총합입니다.

하지만 아이들은 아직 이 잔인한 세상을 만나지 못했기 때문에 그만큼 사랑의 반대되는 관념을 가지고 있지 않고, 그런 점에서 아이들은 어른들보다 더 사랑한다는 것이고 그 외에는 똑같습니다.

아이들이 우리에게 원하는 것은 사랑이고 우리는 아이들을 속일 수는 없습니다.

그들은 우리의 느낌을 알고 그것을 느낍니다.

우리는 자신을 말로 속일 수는 있어도 아이들을 속일 수는 없습니다.

아이를 사랑하는 것은 그 아이가 일생 동안 행복한 삶을 살아가게 하는 사랑을 발달시켜 줍니다.

하지만 아이들을 사랑하기 전에 우리는 먼저 사랑이 무엇지를 알아야 하고 사랑할 수 있는 능력을 키워야 합니다.

사랑은 받아들임입니다.

사랑은 사람들을 있는 그대로 받아들이는 것입니다.

사랑은 다른 이를 그가 자신의 방식으로 있기 때문에 그를 사랑하는 것입니다.

사랑은 믿고 신뢰하는 것입니다.

우리가 사람들을 사랑할 때 우리는 항상 그들을 믿습니다.

당신이 누군가를 믿지 않는다면 당신은 그를 사랑하지 않는 것입니다.

이것을 보기는 쉽지가 않고 당신 스스로가 이것을 알아차려야 합니다.

세상에서 가장 비열한 사람이라도 그를 믿어보십시오.

그는 당신에게만큼은 정직해질 것입니다.

사랑은 평화로운 느낌입니다.

이전에 말했듯이 우리가 사랑할 때 우리에게는 적이 없기 때문에, 우리는 경계할 필요가 없고 우리는 편안해집니다.

사랑은 일체감입니다.

사랑은 다른 이와 일체감을 느낌으로서 하나가 되는 것입니다.

사랑은 모든 인류가 자신의 모든 행동 하나하나를 통해서 구하고자 하는 것입니다. 아주 강력한 것입니다.

사랑은 하나됨입니다.

그것은 다른 이와 하나됨으로써 내가 바로 그 사람이 되는 것입니다.

당신은 마치 그가 당신인 것처럼 느낍니다.

당신은 그와 하나가 되는 거죠.

Q: 만약 내가 나의 존재와 오직 선함만이 나에게 온다는 것과 나는 이 사랑의 영이라는 것을 깨우친다면 왜 내가 다른 사람과 일체감을 느껴야 할 필요가 있을까요?'

Lester: 만약 당신이 그러한 것을 깨우친다면 당신은 자동적으로 모든 사람과 하나됨을 느낍니다.

그것은 함께 가는 것입니다.

Q: 지금 선생님이 말씀하시는 하나됨은 영혼의 차원에서 말씀하시는 것이고 우리가 말하는 것은 육신의 차원이죠?

Lester: 내가 하나됨이라고 말할 때는 당신이 바로 나입니다.

내가 이렇게 알 때 나의 하나됨은 완벽합니다.

만약 당신이 나라면 나는 당신의 모든 생각과 느낌을 다 알게 됩니다.

완벽한 하나됨은 이렇게 되는 것입니다.

실제로 이렇게 됩니다.

Q: 저는 최근에 친구나 아는 사람들을 만날 때 이런 연습들을 하는데요.

어떤 사람이 와서 그들이 어떤 일을 이루었다고 하면, 나는 그들의 손을 붙잡고 내가 얼마나 행복한지를 말해줍니다.

내가 이렇게 말할 때 그들이 얼마나 놀라는지를 보면, 내가 이 연습들을 성공적으로 하고 있다는 것을 알게 되죠.

그들은 단순하게 말하는데 나는 그들의 행운과 행복에 정말 기뻐합니다.

왜냐하면 나 역시도 무언가를 얻은 느낌이거든요.

Lester: 사랑의 효과와 힘은 명백합니다. 한번 해보세요.

여기저기에 적용을 해보세요.

매우 강력한 효과를 틀림없이 보게 될 겁니다.

Q: 전 선생님이 말씀하신 사람들을 단지 그의 장점이나 혹은 나에게 좋은 점 때문이 아닌 있는 그대로 받아들인다는 말씀이 참 좋습니다.

하지만 그 사람들이 뭔가 나쁘게 영향을 미친다면 그들을 사랑할 수 가 없게 됩니다.

Lester: 폴. 우리는 그 사람들을 단지 실수투성이인 인간으로만 봐서는 안됩니다. 만약 당신이 절대적인 진실을 알게 된다면, 당신은 그들을 무한하고 완벽한 존재로 보게 될 겁니다.

전 이것이 진실이라고 말할 수 있습니다.

모든 사람은 누구나가 무한하고 완벽한 존재입니다.

우리가 그들을 그렇게 보지 않는다면, 그것은 우리가 다만 진실을 보지 못하고 있는 것일 뿐입니다.

그리고 당신은 당신의 관념에 어떤 일을 저질렀는지 알게 될 겁니다.

당신은 그들이 '옳지 못하다'라고 본 것이고 바로 그것 때문에 당신은 상처받게 될 것입니다.

Q: 하지만 만약 선생님이 그들을 완벽한 존재로 보고 그들은 자신의 올바름에서 행동하고 있고 등등 이렇게 보고 있는데도 그들이 겉으로 보기에 선생님에게...

Lester: 네. 겉으로 보기에...

Q: 겉으로 보기에 그들이 선생님에게 그리고 선생님의 가족에게 적대적인 영향을 끼친다면 뭐라고 하실 건가요?

제가 보기엔 그들이 올바르게 행동하고 있지는 않은 것 같거든요?

Lester: 당신의 관점을 바꿔보세요.

당신의 생각을 바꿔보세요.

당신의 내면에 있는 것을 바꿔 보세요.

그리하면 즉시 외부 세상에 변화가 옵니다.

Q: 저의 생각을 바꿔보라구요? 흠.

Lester: 만약 당신이 바깥 세상이 마음에 들지 않는다면, 당신은 내면을 바꿔야 하고 그 즉시 세상은 바로 잡히게 됩니다.

당신이 있기 원하는 그곳으로 지금 가세요.

Q: 만약 우리가 이러한 사랑의 태도를 한 사람에게뿐 아니라, 이 나라 그리고 전 세계에 이르기까지 적용하는데도 이 세상이 안 바뀐다면요?

세상에서 말하는 소위 진보라는 것은 있는 그대로의 현실에 대한 불만족에서 나오는 게 아닌가요?

Lester: 아닙니다. 그 반대입니다. 불만족이란 것은 오히려 장애물입니다.

사랑이 있는 곳에 가장 큰 진보가 있습니다.

전에 제가 말한 것 중에 모든 사람이 자신의 모든 행동을 통해 찾고 있는 것은 바로 '사랑'이라고 말했죠.

만약 당신이 자신이나 다른 사람들의 행동을 살펴본다면 그들은 무엇을 찾고 있을 것 같습니까?

그들이 찾고 있는 것은 바로 사랑입니다.

사랑이야말로 궁극입니다.

가장 큰 진보는 바로 사랑입니다.

우리의 삶은 너무나도 복잡해지기만 하고, 오늘날 우리가 더욱 행복해지지 않았기 때문에 진보라 할 수가 없습니다.

Q: 전 다른 관점에서 보는데요.

제가 생각하기에는 그 어느 때보다 오늘날이 더 낫다고 봅니다.

전체적으로 보자면요. 예를 들어 의학적인 관점에서 보자면 오늘날 우리는 고통을 덜 받고 있죠.

뭐 정신적인 고통이라면 좀 더 많아졌다고 할 수도 있겠지만요.

Lester: 가장 큰 고통은 정신적인 고통입니다.

이 시대에는 그 어느 때보다 더 많은 불만과 고통이 있습니다.

Q: 하지만 제 생각에는요.

제가 비록 전문가가 아니지만 그건 아마도 이런 시대에 적응하거나 받아들이려 하지 않는데서 오는 것 같은데요.

Lester: 저라면 그것은 사랑의 부족 때문이라고 하겠습니다.

다른 식으로 표현을 해보죠.

우리는 먹고 살려고 하는 것에 너무나도 바쁘기 때문에 자기 자신과 함께 시간을 보내지 못했기 때문입니다.

이제 우리는 홀로 성찰할 수 있는 시간을 가지게 되었죠.

30년 전에 우리가 생각하기를, ‘오~ 저런 것들을 가지게 되면 얼마나 행복할까?’ 하던 것들을 오늘날 우리는 가지게 되었습니다.

우리가 그것들을 가지게 되었지만 여전히 행복하지 못하다는 것을 알게 되었어요. 물론 이것은 행복이란 사물에 있는 게 아니라 그것을 알게 해주기 때문에 나쁜 건 아닙니다.

우리는 겉으로 보기에 불완전해 보이는 것에서 완벽함을 볼 수 있어야만 합니다.

왜냐하면 우리는 최고의 경지를 목표로 하고 있기 때문입니다.

제가 지금 하는 말이 그다지 만족스럽지는 않죠. 풀?

Q: 글썄요. 저는 제가 무언가를 들었을 때 그것을 바로 받아들인다기보다는... 시간을 두고서 천천히...

Lester: 제가 하는 말은 당신에게 건네줄 수가 없는 것들입니다.

제가 말을 할 수는 있지만 당신은 그것을 가지고 스스로 작업을 해야 하고, 당신이 제가 보는 것을 볼 수 있다면 당신도 알게 될 것입니다.

하지만 지금 그렇게 하지 못한다 해도 음, 언젠가는 그렇게 할 수 있을 겁니다. 당신에게는 충분한 기초가 있어요.

당신이 전에 말한 것처럼 사람들을 있는 그대로 받아들일 수 있다면 쉽습니다.

Bob: 어떤 사람이 무언가를 원하는 것처럼 보이는데, 제가 만약 모든 것이 완벽하다는 것을 알고 있거나 하다면 그 사람이 무엇을 원하든 상관이 없을 겁니다. 그가 원하는 것을 제가 줄 수도 있을 것이구요.

오직 완벽만이 있다는 것을 안다면 모든 것은 완벽으로부터 올테니까, 아무런 문제가 없는 거죠.

하지만 만약 제가 걱정이나 두려움을 가진다면 저는 완벽함과 신외에 무언가를 보기 때문에 참자아와 분리가 되고 맙니다.

Lester: 풍요로 가는 열쇠 중 하나는 바로 내어주는 정신입니다.

내가 끊임없이 받을 수 있는 비결은 바로 계속해서 내어주고자 하는 느낌입니다.

이것이 바로 풍요로움의 비결입니다.

매순간 감사함을 느끼는 태도 또한 아주 좋습니다.

Q: 그것이 사랑인가요?

Bob: 감사함 같은 것은 저에게는 그다지 와닿지가 않습니다만.

Lester: 그러면 그건 그만 뒤도 됩니다. 다른 단어들도 많으니까요.

보세요. 제가 말한 모든 말들은 저에게는 다 같은 말들입니다.

제가 말하는 거의 모든 것들이 항상 똑같은 것을 다른 표현으로 말하고 말하고 다시 말하는 것뿐입니다.

결국에는 이 모든 것들이 하나로 귀결될 것입니다.

그러니까 마음에 드는 단어를 하나 붙드시고 마음에 들지 않는 것들은 렛고우 하세요.

Q: 어쨌든 선생님께서 사용하는 단어의 개념들은 선생님이 깨우치신 것이고 선생님만의 개념으로 말씀하시는 것이죠.

Lester: 저에게 있어서 이 단어들은 모두 같은 것을 의미합니다.

사랑은 받아들임이고, 하나됨이고, 이해이고, 교류이고, 진리이고, 신이고, 당신이고, 나입니다.

이 모든 것들은 같은 것들이고 -모든 사람이 같은 관점에서 즉 자신의 중심에서부터 그것을 볼 수 있다면 같은 것입니다.

당신의 중심, 당신의 참자아, 진짜 자기 자신은 같은 말입니다.

Q: 우리의 모든 학교 교육이 우리에게 주었던 것을 우리는 이제 통합하려고 하고 있는 거군요.

Lester: 바로 그 때문에 저는 교육이란 것이 실제로는 학습된 무지의 시스템이라고 부르는 겁니다.

오늘날의 교육은 모두 잘못된 것입니다.

삶에서 중요한 것들을 가르치지 않고 있습니다.

대학에 가더라도 행복·사랑·인생 같은 것을 배우지 않습니다.

이것들은 모든 사람들이 찾고 있는 매우 중요한 주제들이지만 이 나라 어디에도 이것에 관한 수업이 단 하나도 없습니다.

Q: 아마 가르칠 만한 자격이 있는 선생님이 없어서이겠죠.

Lester: 사랑은 주려고 하는 태도이지 실제로 무언가를 주는 것과는 관계가 없습니다. 물론 무언가를 주는 것도 포함은 되지요.

하지만 무언가를 주는 것이 사랑의 정반대일 수도 있습니다.

제가 당신이 나를 좋아하도록 하기 위해서 무언가를 준다면 그것은 내 안의 사랑이 아니라 나의 에고입니다.

Q: 그런 식으로 사랑을 구하려 하는 것이죠.

Lester: 그것을 끝까지 살펴보고 모든 사람에게 적용해보면 모든 사람이 모든 행동에서 사랑을 찾고 있다는 것을 알게 될 겁니다.

Q: 하지만 만약 어떤 사람이 자신이 가진 것이 충분하지 않아서 무언가를 주기를 망설여 한다면...

Lester: 사랑은 태도입니다.

실제로 무언가를 주거나 주지 않거나와는 관계가 없습니다.

Q: 만약 제가 심장병 재단에 돈을 기부하고자 한다하더라도, 저는 마음으로는 불완전한 것에서도 완벽함을 보아야 하는 것이겠죠?

Lester: 당신이 그렇게 한다면, 당신은 이 우주의 모든 원자 하나하나에 영향을 미치고 있는 것입니다.

당신은 다른 사람들이 알든 모르든 가장 강력한 힘을 불러일으킴으로써 모든 사람에게 영향을 주게 됩니다.

모든 사람들을 사랑하는 것은 그들을 완벽한 존재로 만들어 줍니다.
그리고 당신이 그러한 태도를 가지고 있는 한 심장병 재단에 돈을 기부하는 것보다 더 큰 일을 할 수 있습니다.
하지만 제가 지적하고 싶은 것은 당신이 돈을 기부하느냐 아니냐가 중요한 게 아니라는 것입니다.

정말 중요한 것은 당신의 태도입니다.
당신은 자신을 수혜자로 생각하고 싶어 하거나 혹은 돈을 기부한다는 영광을 위해 그렇게 할 수도 있습니다.
하지만 이런 것은 당신에게 아무런 도움이 안 됩니다.
혹은 당신은 방금 말한 것과 같은 태도를 취하면서 돈을 기부하지 않을 수도 있지만 그것이 훨씬 더 도움이 되는 것입니다.
그러니까 제일 중요한 것은 태도입니다.

사랑은 모든 문제의 해결책입니다.
사랑이야말로 모든 문제들의 해결책입니다.
그것이 어떠한 문제이든 당신이 그것에 가능한 한 모든 사랑을 적용하는데 성공한다면 그 문제는 즉시 사라져 버릴 것입니다.
다만 상황을 악화시키지만 말고, 그저 ‘모든 것이 괜찮고 모든 것이 잘될 것’이란 것을 알고 사랑을 느끼기만 하면, 당신은 아무리 어렵다 하더라도 그 문제가 스스로 용해되는 것을 보게 될 것입니다.
문젯거리들이 있을 때 우리가 더욱 사랑하면 그것들이 그냥 사라져 버릴 것입니다. 사랑이 완전할 때 모든 문젯거리들은 즉시 용해되어 버립니다.

사랑은 대화입니다.
대화과 사랑은 함께 가는 것입니다.
대화는 서로 생각을 나누는 것입니다.
제가 “프랭크 타라라라라” 이렇게 이야기하면 당신은 “오 예. 타라라라” 이렇게 말합니다.
보세요, 저로부터의 생각이 프랭크에게 가고 그것을 알아 본거죠.
이게 대화입니다.
우리는 같은 것을 눈과 눈으로 보고 있습니다.
이제…

Q: 잠깐만요 여기서 그 눈이란 이야기는 잠시 잊고 말해보면…

Lester: 제가 표현하려고 했던 것은 육체의 눈이 아니라…

Q: 오케이. 그러니까 이 사람들이 이해한 것은…

Lester: 나, 나

Q: 나, 나

Lester: 여러분들은 이것을 여러분의 생활에서 실험해볼 수가 있어요.

만약 누군가와 대화를 많이 나누게 된다면 당신은 두 사람 사이의 사랑을 키워가는 겁니다.

단지 대화하는 것을 연습해보세요.

사람들에게 뭔가를 말하고 그것을 반복하면 그들이 뭔가를 알아듣게 되고, 이런 식으로 계속 하면 두 사람 사이의 사랑이 점점 더 커져 가게 됩니다.

사랑을 키우고 대화도 키우는 것이죠.

당신이 더욱 많이 사랑할수록 당신은 사람들과 더욱 대화할 수 있게 됩니다.

당신에게 적대시하는 사람과 함께 더욱 대화를 많이 나눠보세요.

당신은 사랑을 발견하게 될 겁니다.

사랑이 커짐에 따라 다른 일도 일어납니다.

우리가 더욱 사랑할 수 있게 됨에 따라 우리는 세상에서 일어나는 일을 있는 그대로 볼 수 있게 됩니다.

만약 당신이 세상에서 당신의 현실을 늘려가는 연습을 한다면 당신의 사랑 역시 커져 갈 것입니다.

똑같은 방식으로 당신이 대화를 늘려 간다면 당신의 사랑 또한 커져 갈 것입니다.

혹은 반대로 우리가 더욱 사랑하게 되면 우리는 세상을 있는 그대로 보게 될 것입니다.

Q: 사고 같은 건 없을 거구요.

Lester: 해리, 만약 당신이 사랑을 완전하게 가지고 있다면 결코 사고 같은 건 없습니다.

자~ 사랑은 대화입니다.

다른 이를 지지해주고 그 사람이 원하는 것을 원하는 것이죠.

그게 사랑입니다.

다른 이에게 줄 수 있는 가장 큰 도움은 그 사람이 진리를 이해할 수 있도록 도와주는 것입니다.

이런 식으로 우리는 다른 이에게 '행복의 공식'을 줄 수가 있는 거죠.

9. 사랑의 힘 2

사랑은 우주를 묶어주는 힘입니다.

사랑은 끌어당기고 통합시키고 만들어 세우는 힘입니다.

사랑은 모든 것에 영향을 주고 모든 것에 적용이 됩니다.

의회가 세상을 바로 잡을 수는 없지만, 사랑으로 가득한 한 사람은 그렇게 할 수 있습니다.

오직 사랑하는 태도를 가진 다수의 사람만이 세상을 더욱 살기 좋고 조화로운 곳으로 만들 수 있습니다.

거의 대부분의 사람들이 예고를 인정해주는 것을 사랑으로 착각하고 있습니다.

하지만 그것은 사랑이 아니기 때문에 우리를 만족시킬 수 없습니다.

결과적으로 그것을 더욱 필요로 하게 되고 요구하게 되는 것이죠.

그리고 이것은 오직 좌절만을 가져올 뿐입니다.

사람들은 ‘이것이 사랑이다’라고 느낄 수 있기 위해서 서로를 필요로 합니다.

우리가 사랑을 할 때면 다른 이에 대한 집착도 없고, 그 사람을 가두어 두려고 하지도 않습니다.

인간의 사랑이란 그 사랑을 다른 이와 함께 하고자 하는 것이 아니라 자신만의 만족을 위한 것입니다.

진정한 사랑은 그 사랑을 더욱 함께 하고자 하고 더욱 기뻐지는 것입니다.

사랑에는 갈망이 없는데 왜냐하면 갈망은 분리를 의미하기 때문입니다.

사랑은 하나임이므로 분리를 허락하지 않습니다.

진정한 사랑은 결혼을 통해 얻을 수 있는 게 아니라 결혼하기 전에 있어야 하는 것이거나 혹은 결혼 생활 중에 알아야 하는 것입니다.

사랑은 한 사람에게는 적용이 되지만 다른 사람에게는 적용이 되지 않는 것이 아닙니다.

한 사람을 사랑하면서 다른 이를 증오한다는 것은 불가능합니다.

누군가를 다른 사람보다 더 사랑한다는 것은, 그 사람이 다른 사람보다 나에게 무언가를 더 해준다는 의미이고 이것은 인간의 사랑일 뿐입니다.

다른 사람이 나에게 잘해주기 때문에 그를 사랑한다는 것 또한 인간의 사랑입니다.

진정한 사랑은 조건이 없습니다.

진정한 사랑에서는 자신에게 적대시하는 사람도 사랑합니다.

우리는 모든 사람을 동등하게 사랑해야 합니다.
이것이 당신의 성장을 가능할 수 있는 잣대입니다.
모든 존재에 대해 평등하게 여기는 마음, 모든 사람을 평등하게 사랑하는 것이 실제로 가장 높은 경지입니다.
우리가 진리를 보게 되면 모든 사람이 '똑같은 양'을 가지고 있습니다.
그것은 무한합니다.
그것은 우리가 모든 것을 가지고 있다는 사실에 깨어남입니다.
깨달음이 오기 시작할 때면 그것들은 그저 옵니다.
단지 멈추지만 말고 계속해서 오게 하면 됩니다.
깨달음은 항상 거기에 있었습니다.
이게 가장 오묘한 부분이죠.
우리가 할 일은 항상 거기에 있는 것에 대해서 눈을 뜨는 것뿐입니다.
우리가 잘못된 개념을 렛고우 하기만 하면 그것은 거기에 있습니다.

우리는 사랑받으려 하는 게 아니라 사랑하려고 해야 합니다.
사랑을 얻는 것은 불가능합니다.
오직 사랑을 줌으로써 우리는 사랑을 느낄 수 있습니다.
우리가 사랑을 구하면 구할수록 우리는 사랑을 하지 않습니다.
사랑받는 것은 일시적인 행복과 예고가 우쭐해하는 것을 가져다줍니다.
우리가 온전히 사랑할 때 우리는 사랑받지 못한다고 하는 개념을 가지지 않습니다.
우리가 사랑을 키우는 게 아니라 단지 미워하는 마음을 없애는 것입니다.
우리는 사랑을 키울 수가 없는데, 왜냐하면 사랑은 우리의 천성이기 때문입니다.
사랑이 아닌 개념들 뒤에는 바로 우리 자신인 무한한 사랑이 있습니다.
우리는 그것을 키울 수가 없어요.
우리가 할 수 있는 것이란 단지 이 어마어마한 사랑이 감추어져 있지 않도록 미워함의 껍질을 벗겨내는 것뿐입니다.
여기서 미워함이란 것은 사랑이 아닌 것들 - 두려움, 질투, 시기, 무기력함, 증오, 등등을 의미하고, 진실로 우리가 사랑을 키울 수 있는 게 아니라 우리의 미워하는 태도를 되돌리는 것뿐입니다.

Q: 우리의 원죄란 무엇인가요?

Lester: 우리의 미워하는 태도입니다.

우리의 한계 지어진 생각들입니다.

모든 죄들 중에서 가장 큰 것은 바로 예고 센스 -나는 전체로부터 분리된 개인이다-입니다.

그게 바로 인류를 가장 아래로 떨어지게 한 것입니다.

Q: 그러면 예수가 언급한 죄라는 것은 그런 것이었군요. 매춘이 아니라.

Lester: 우리가 하는 모든 것들은 실제적으로 신을 매춘하는 행위입니다. 우리가 행하는 거의 모든 일들이요.

Q: “낯선 이는 내가 이름을 알지 못하는 친구이다.”라는 말이 있는데요.

Lester: 거기서 이름name 이란 것은 본성nature 이라는 의미인 것 같아요. 그의 본성이 나의 존재라는 것이죠. 그는 나입니다.

Q: 지금 선생님께서 말씀하신 게 가장 큰 깨달음이 아닌가요?

Lester: 언젠가는 여러분들이 주위를 둘러보면 보이는 곳 모두에 자기 자신을 보게 될 것입니다.

여러분들은 “당신이 나입니다.” 라는 느낌을 의심의 여지없이 가지게 될 겁니다. 의심할 여지없이 당신이 바로 나입니다.

Q: 조각들을 하나로 모으는 것이군요.

하지만 전 아직 그렇게 하지 못합니다.

Lester: 할 수 있어요.

‘나’라는 말은 어떤 누가 사용하더라도 똑같은 나입니다.

여러분들이 최고의 상태에 올랐을 때 계속해서 나, 나, 나, 나, 나… 라고 하는 끊임없는 의식을 가지게 됩니다.

그게 바로 당신이 보고 듣고 느끼고 생각하고 알게 되는 전부입니다.

- 나 나 나 나 나 …, 존재로서 그것은 결코 변하지 않는 것입니다.

<존재>는 항상 (모든 방법으로) 있는 것입니다.

Q: 되어감becoming은 존재being의 반대인가요?

존재하기 위해서는 먼저 그렇게 되어야 하는 게 아닌가요?

Lester: 아닙니다. 되어감은 단지 겉으로만 그렇게 보이는 것입니다.
당신은 있습니다.
나는 스스로 존재하는 자입니다.
그것은 <있음>입니다.

Paul: 잘 모르겠습니다.
음. 선생님이 존재로 있기 전에 그게 뭐랄까 코트라 하든 재킷이라 하든 그것을 벗어야만 하는 것 아닌가요?
제 생각에 그것들은 선생님의 코트 같은 것들이죠.
그러니까 선생님의 되어감에 있어.

Lester: 눈을 가리는 덮개 같은 것 말이군요.

Q: 네. 눈가리개 같은 거요.
어쨌든 그것은 되어감의 과정이 아닌가요?

Lester: 네. 겉으로 보기에는 되어감처럼 보이기도 합니다.
하지만 당신은 있습니다.
그러니 어떻게 당신이 <있음>으로 되어가겠어요?
당신이 되어간다는 것은 단지 겉으로만 그렇게 보이는 것입니다.

Paul: 그러니까 저에게는 제가 아직 거기에 도달하지 못했기 때문에 제가 그러니까, 음 ~~

Lester: 그렇게 보입니다. 당신 말이 맞아요.
그러니까 당신이 무언가로 되어가는 것처럼 보입니다.
하지만 겉으로만 그렇게 보이는 것일 뿐입니다.
그건 진실이 아닙니다.
진실은 당신은 지금 여기에 있다는 것입니다.

Paul: 그러니까 제 생각에 그 말이 무슨 말인지는 알겠어요.
하지만 저에게, 그러니까 선생님이 하신 말씀을 완전히 이해하지는, 음~ 그러

니까 저는 아직 거기에 가지 못했다는 거죠.

Lester: 아닙니다. 당신은 지금 바로 거기에 있습니다.

하지만 당신은 아직 거기에 가 있지 못하다는 어리석은 한계의 관념에 사로잡혀 버린 겁니다.

당신이 바로 그 몸일 뿐이라고 생각하고서는 오직 그 몸을 통해서만 어딘가에 있을 수 있다고 생각하는 것이죠.

그건 진실이 아닙니다.

만약 당신이 진리를 보게 된다면 모든 것이 당신이 나와 이야기하고 있는 지금 여기에서 벌어지고 있다는 것을 알게 될 것입니다.

우리는 이러한 것들을 스스로 깨달아야 합니다.

우리는 이것을 자신의 마음의 눈으로 보아야만 합니다.

그렇지 않다면 그저 말일 뿐입니다.

자기 자신이 무소부재함을 모르는 사람은

“말도 안 되는 소리야. 나는 지금 여기에만 있는데.”라고 말할지도 모릅니다.

그러니까 우리가 이것을 깨닫기 전까지는 이것은 아무런 의미도 없습니다.

하지만 전 여러분들이 이것을 깨달아야 한다고 말하고 있고, 자신이 누구인지 알게 되면 여러분들은 자기 자신이 항상 그래 왔고 앞으로도 무소부재(無所不在)한 존재란 것을 알게 될 겁니다.

Q: 전 다른 사람들이 저에 대해서 혹은 저의 감정에 대해서 어떻게 생각하는지 신경 쓰지 않습니다.

전 사람들을 있는 그대로 좋아해요.

만약 그들이 저를 있는 그대로 좋아하지 않는다면 그건 그 사람들의 문제이죠.

Lester: 사람들이 당신에 대해서 이런 저런 말을 하고 반대를 할 때가 성장하기에 좋은 기회입니다.

당신이 진정한 사랑을 실천할 기회인 거죠.

그 사람들이 입을 움직여서 어떤 소리를 낸다고 해서 당신이 기분 나빠야 할 이유가 없습니다.

그러니까 사랑이야말로 세상 사람들이 소리 내어 노래 부르는 것이고 글을 쓰고 영화를 만들고 하는 것이죠.

Q: 하지만 거의 알지 못하는 것이기도 하죠.

Lester: 네. 사랑에 대해서 거의 알지 못하죠.

영화에서 보면 사랑이란 게 그저 남자와 여자가 껴안는 것으로 나옵니다.
진정한 사랑이란 한 사람을 껴안는 게 아니라, 우주를 껴안고 우주 안에 있는
모든 사람 하나하나를 껴안는 것입니다.

모든 것을 사랑으로 대하세요.

이것은 아주 뛰어난 방법입니다.

하루를 보내면서 우리가 모든 것을 사랑으로 대하려고 한다면, 우리가 무얼 하
든 엄청나게 빠르게 성장할 것입니다.

모든 것을 사랑으로 대하세요.

지금 당신은 이것을 사랑으로 하고 있습니까?

그것이 무엇이든 사랑으로 하세요.

Q: 또 다른 문장이 있죠.

Lester: 뭐가요?

Q: 모든 것을 스스로 책임지세요.

Lester: 아하~ 그것도 또한 뛰어난 방법이죠.

이 둘 다 매일 매일에서 성장을 하는데 아주 뛰어난 방법입니다.

당신에게 일어나는 모든 일에 대해서 온전히 책임을 지는 것이죠.

“그것이 무엇이든 간에, 나의 무엇이 이것을 불러 일으켰을까?”

당신은 자신에게 일어난 일의 원인이 되는 것을 떠올리는 습관을 기를 수가
있습니다.

당신은 자신이 마스터이고, 자신이 모든 것의 원인이라는 것을 알게 될 겁니다.

그리고 당신이 마스터이기 때문에, 당신이 어떤 일을 일으킬 수도, 일으키지
않을 수도 있습니다.

모든 것을 사랑으로 대하고 온전히 책임을 지는 것이야말로, 우리가 매일의 일
상에서 사람들과의 관계에서 성장할 수 있는 뛰어난 2가지 방법입니다.

Q: 제가 궁금한 건, 선생님의 경험에서 그러니까 선생님이 그것을 해내었을

때 선생님이 자신이 누구인지를 모두 알게 될 때 어떤 단계를 밟으셨던 거죠?

Harry: 어떤 열려있는 엘리베이터 통로 같은 걸 느끼셨다고 했죠?

Lester: 제가 말해봐야 여러분들에게 도움이 안 될 것입니다.

여러분들에게 도움이 되는 것은 여러분 스스로 그것들을 경험하는 것입니다.

Frank: Harry. 지름길 같은 것은 없어요.

Lester: 당연히 지름길은 있습니다.

Frank: 있단가요?

Lester: 자기 자신이 누구인지를 아는 것입니다.

전지하고 전능한 존재가 자신이 그렇다는 것을 아는데 시간이 걸리겠어요?

그는 모든 힘을 가지고 있고, 모든 앎을 가지고 있어요.

이제 그가 자신이 가지고 있는 것을 깨닫는데 시간이 걸릴까요?

1초면 될 겁니다. 주위의 사람들을 둘러보고

“나는 당신입니다.”라고 마음속으로 말하세요.

한 번에 한 사람을 보고 마음속으로 그렇게 말하고서는 무슨 일이 일어나는지 보세요.

감사합니다. 오늘 이렇게 와 주신 여러분들에게 감사와 사랑을 전하고 싶군요.

오늘 밤 가장 놀란 사람은 아마 저일 겁니다.

8시 10분 전만 해도 여러분들과 이야기를 나누게 될거란 것을 몰랐었거든요.

제가 그 이야기를 들었을 때 깜짝 놀랐었습니다.

그래서 생각을 해봤죠.

“무슨 이야기를 할까? 여러분들에 대해서 혹은 나에 대해서?”

그리고는 깨달았어요.

“무슨 차이가 있겠어?”

우리 모두는 똑같이 삶이라는 보트를 타고 있는 사람들인데.”

제 눈에는 우리 모두는 제가 했던 것과 똑같은 것을 하고 있어요.

우리 모두는 최고선最高善을 찾고 있습니다.

궁극에 있는 가장 높은 지고의 선함을 말이죠.

그것은 바로 행복입니다.

그리고 우리는 그 행복을 가지고 있지 못하다고 생각하고서는 그 행복을 찾아 투쟁하고 그것이 어디에 있는지 헤매고 있습니다.

1952년으로 돌아가서 저는 제가 그 행복의 장소를 찾았다고 선언했어요.

그건 바로 제가 있는 그 자리였습니다.

그것은 바로 여러분이 있는 그 자리입니다.

그러니 그것을 찾아 수없는 세월 동안 모든 곳을 헤매는 것은 전적으로 시간 낭비일 뿐입니다.

그것은 단지 여러분이 있는 곳 바로 거기에 있는 것이니까요.

우리 모두는 지구라고 불리는 교실에서 궁극의 무언가를 찾고 있습니다.

그리고 우리 모두는 그것이 있지 않은 바깥에서 그것을 찾고 있어요.

만약 우리가 자기 자신에게로 방향을 돌리기만 하면 바로 여기, 지금 내가 있는 여기, 당신이 있는 여기, 당신의 <존재>가 있는 여기에서 찾을 수가 있는데 말이죠.

제가 ‘여러분들이 바로 그것’이라 말하고 여러분들은 ‘그렇다’고 대답을 합니다. 바로 그겁니다.

그 외의 것을 하지만 않으면 여러분은 궁극의 행복에 있을 겁니다.

그러니까 왜 그렇게 하지 않으세요?

여러분들은 너무나도 저기 저쪽, 그 혹은 그녀 아니면 이런 저런 일들에서 그것을 찾고 있는 게 습관이 되어있어요.

하지만 거기에는 없습니다.

우리 모두는 이것이 무엇인지 나의 행복은 어디에 있는지를 찾고 있는 똑같은 여행을 하고 있습니다.

그리고 우리가 이것을 밖에서 찾아다니는 것을 멈추고 안으로 향하게 되면, 우리는 모든 부정적이고 끔찍한 감정들은 그저 감정일 뿐이라는 것을 알게 될 것입니다.

그리고 우리는 그 감정들을 릴리스 함으로써 놓아 보낼 수가 있습니다.

이 모든 감정들은 단지 무의식적인 <프로그램>일 뿐입니다.

이 모든 감정들 하나 하나는 생존하기 위해서 입력된 것일 뿐입니다.

두려움일 뿐만 아니라 생존이죠.

우리의 모든 감정들은 자동적으로 우리 자신을 생존하도록 지키기 위해 입력

된 프로그램입니다.

그것들은 항상 밖으로 향해 경계하고 살아남으려고 하고, 하루 24시간 내내 우리의 마음을 무의식적으로 활동하게 만듭니다.

그러니 우리는 결코 생각을 멈추고 자신이 누구인지를 볼 수가 없었던 것이죠. 만약 우리가 단 한 순간만이라도 생각을 멈출 수 있다면 바로 거기에 <그것>이 있다고 하는 어마어마한 경험을 하게 될 것입니다.

우리의 <존재> 안에서 자신이 이 우주의 모든 것이라는 것을 알게 됩니다.

우리의 마음이 고요해지게 되면 우리는 자동적으로 보게 될 것입니다.

-나는 이 우주에서 가장 위대한 존재라는 것ですよ.

나는 모든 것이고 완전하며 완벽합니다.

나는 항상 있었고 지금도 있으며 앞으로도 있을 것입니다.

그러니까 바로 거기에 있는 이 엄청난 달콤한 상태에서 우리를 벗어나게 하는 게 도대체 무엇일까요?

바로 감정이라고 하는 축적되어진 <프로그램>입니다.

이 모든 부정적인 감정들이 우리로 하여금 끊임없이 생존을 위해 투쟁하도록 내몰고, 우리로 하여금 이렇게 어마어마한 자신을 바라보지 못하고 끊임없이 다른 곳을 보도록 하고 있는 것입니다.

그러니까 우리가 해야 할 일이란 그저 마음을 고요하게 해서 우리 자신인 이 어마어마한 존재가 스스로 명확해지도록 하는 것입니다.

그러면 어떻게 이것을 할 수가 있을까요?

아주 간단하다고 말씀 드릴 수가 있어요.

릴리스 테크닉 release technique입니다.

이 방법은 이 지고의 상태를 성취하는데 빠르고도 효과적인 방법입니다.

우리가 우리의 우주를 완전하게 컨트롤할 수 있을 때 그리고 모든 순간순간이 놀라운 순간들이 될 때 불행해진다는 것은 불가능합니다.

그리고 부정적인 감정들이 릴리스 되었을 때 바로 그것이 우리의 본래의 상태입니다.

언젠가 여러분들은 이것을 하게 될 것입니다.

여러분 모두는 그 행복을 성취하기 위해서 할 수 있는 모든 것을 다하고 애쓰는 똑같은 배를 타고 있는 사람들입니다.

그리고 언젠가는 여러분들 모두 거기에 도달하게 될 것인데 왜냐하면 우리는 거기에 도달하기 전까지는 결코 멈추지 않을 것이기 때문입니다.

하지만 여러분들이 더 빨리 가고자 한다면 여기 이 방법을 시도해 보세요.

아마 꽤 놀라실 것이라는 걸 약속할 수 있습니다.
여러분들이 찾아다니는 모든 것들이 바로 자신이 있는 거기에 있습니다.
우리가 해야 할 일은 그저 눈가리개들을 치워버리면 되는 것입니다.
여러분들의 시야는 흐릿해져 있습니다.
왜냐하면 이 무의식적인 <프로그램>들을 통해서 보고 있기 때문입니다.
여러분들이 그 프로그램들을 릴리스 하면 여러분들의 시야는 분명해지고 자신
이 가장 위대한 존재라는 것을 알게 될 것입니다.
우리는 모든 것이고 완전하며 영원합니다.
죽음이라는 두려움은 사라져 버릴 것입니다.
그 이후로 삶은 너무 나도 편안해져서는 어떤 것에 대해서도 아무런 투쟁이
없을 것입니다.
그러니 저는 여러분들이 이 테크닉을 배우기를 권합니다.
이것은 간단한 도구입니다.
그리고 1주일 정도의 시간이면 자신 안에서 보다 더 나은 변화를 가져올 것이
고, 계속해서 더 좋아지고 가벼워지고 행복하고 행복해질 것입니다.

이 사랑이라 불리는 것이 여러분들의 타고난 본성입니다.
우주의 모든 사랑이 바로 여러분들의 본성입니다.
여러분들은 그 행복 - 여러분들의 행복 - 이 바로 사랑하는 능력과 비례한다
는 것을 알게 될 것이고, 반대로 말하자면 여러분들의 모든 고통은 사랑받고자
하는 욕구에 비례한다는 것을 알게 될 것입니다.
그저 사랑하고 사랑하고 또 사랑하세요.
그리하면 여러분들은 너무 나도 행복하고 건강하고 풍요롭게 될 것입니다.
하지만 다시 한 번 말하자면 여러분들은 사랑이 아닌 감정들을 내려놓아야 합니다.
그러니까 이 테크닉을 한번 사용해 보세요.
매우 만족하게 되시리라 장담할 수 있습니다.
한번 해 보시면 좋아하게 되실 겁니다.

이렇게 와 주셔서 감사합니다.
이제 우리 모두가 가슴을 활짝 열고 이야기를 나눌 기회를 가지게 되었군요.
이 대화가 여러분들에게 도움이 되었으면 좋겠어요.
그리고 여러분들에게 도움이 될 수 있는 것들이 많이 있다는 것을 아시게 되
기를 바랍니다.
저는 여러분들에게 새로운 깨달음을 가져다 줄 수 있는 생각을 일으키기 위해

서 여러 이야기들을 해왔어요.

그러니까 여러분들의 지성보다 더 훨씬 직관적으로 이해를 할 수 있는 그 타고난 부분에 대고 이야기를 해왔단 말이죠.

이 모든 것들이 여러분들을 지혜로 이끌어 줄 것입니다.

지혜란 지적인 지식보다 훨씬 더 높은 것입니다.

만약 여러분들이 제가 한 말이 가치가 있다고 생각을 하신다면 저는 여러분들이 계속 앞으로 나아가서 여러분들이 일상에서 이해를 높일 수 있도록 제가 개발한 이 방법을 스스로 해보시길 권합니다.

이것은 릴리스 테크닉 release technique이라고 부릅니다.

이 방법은 여러분들이 스스로 성장할 수 있는 열쇠를 줄 것이고, 여러분들이 계속해서 앞으로 나아갈 수 있도록 해 줄 것입니다.

릴리스 테크닉은 우리 모두가 자신이 무의식적으로 붙들고 있는 한계를 제외하고는 한계 없는 존재라는 것을 전제로 하고 있습니다.

그리고 우리가 이 무의식적인 한계들을 렛고우할 때 우리는 자신이 무한한 존재라는 것을 발견하게 될 것입니다.

건강 행복 그리고 물질적 부유함 등 어떠한 방향으로도 아무런 한계가 없습니다.

릴리스 테크닉은 여러분들이 원하는 인생을 성취할 수 있도록 도움을 줄 것이고, 더 중요한 것은 스스로 깨달음에 이르는데 도움을 줄 것입니다.

이것을 연습하시고 궁극의 경지를 성취하세요.

여러분에게서 집착과 혐오를 없애세요.

언제라도 항상 사랑을 느끼세요.

당신의 존재의 진리를 발견하세요.

당신의 진정한 본성에 깨어나세요.

내적인 변형을 가져오세요.

오랜 세월 쌓아온 혼돈을 없애버리세요.

모든 면에서 풍요로워지세요.

당신의 꿈을 현실로 이루세요.

당신에게서 근심 걱정을 없애버리세요.

당신의 내면의 참자아로부터 해답을 얻으세요.

깨달음을 얻으세요.

<레스터의 릴리스 테크닉>

레스터는 그가 “모든 것을 사랑으로 대하세요.” 라고 부른 테크닉을 제안했습니다. 일상 생활에서 이 테크닉을 적용하려면 다음과 같이 하세요.

모든 사랑이 아닌 느낌이 사랑으로 바뀌어 가도록 당신 스스로를 허용하세요. 사랑이 아닌 이 느낌들은 단지 당신의 진정한 본성인 사랑을 덧씌운 것처럼 보일 뿐이라는 것을 기억하세요.

그리고 당신이 그것을 릴리스할 때 진정한 당신인 사랑이 더욱 더 많이 빛나게 될 것입니다.

당신이 릴리스하고 싶은 사랑이 아닌 느낌이 올 때마다 그저 이렇게 물어보세요. “나는 이 느낌을 사랑으로 바꿀 수가 있을까?”

렛고우는 단지 선택만 하면 되는 것입니다.

만약 당신이 스스로를 이러한 선택을 하도록 허용만 해준다면, 겉보기에 사랑이 아닌 모든 느낌들은 용해되어버릴 것이고, 그 뒤에서 드러나기만을 기다리고 있던 늘 존재하는 사랑이 바로 드러날 것입니다.

이것은 마치 사랑을 초대하면 그 사랑이 ‘사랑이 아닌 것처럼 보이는 어떠한 다른 느낌’도 다 용해시켜버리는 것과도 같습니다.

사랑은 무한한 힘을 가지고 있기 때문에 사랑이 용해시킬 수 없는 감정이란 결코 없습니다.

이 작업을 그 상황에서 당신이 처음 가졌던 느낌 대신에 오직 사랑만이 남을 때까지 계속 하십시오.

이 과정은 처음에는 시간이 꽤나 걸릴 것처럼 보일 수도 있고, 가끔은 그 감정을 ‘놓아보낼(release)’ 때까지 시간이 조금 걸릴 수도 있습니다.

하지만 당신이 이 테크닉을 꾸준히 연습한다면 이것이 점점 더 빨라지고 점점 더 쉬워진다는 것을 알게 될 것입니다.

처음에는 이 연습을 그다지 강하지 않고 뿌리가 깊지 않은 감정부터 시작해보세요. 당신이 이 연습을 조금 접근하기 수월한 감정부터 시작하신다면, 당신은 점점 더 깊은 상처와 실망을 주는 감정까지도 이런 식으로 쉽게 놓아보낼 수 있다는 것을 알게 될 것입니다.

Questions:

당신은 (당신을 괴롭히는) 이 문제/감정을 받아들일 수가 있습니까?

예/아니오

당신은 이것을 릴리스할 수 있겠습니까?

예/아니오

당신은 기꺼이 그것을 릴리스하시겠습니까?

예/아니오

언제?

지금/나중에

10. 다른 이들을 돕는 것

다시 크리스마스가 다가오기 때문에 사랑에 대해서 말을 하고 싶군요.

아시다시피 진정한 사랑 신성한 사랑은 무언가 보답으로 받겠다는 기대가 없이 그저 내어주는 느낌입니다.

우리가 이러한 사랑을 알게 될 때, 우리는 모든 곳에 그리고 모든 이들에게 있는 너무나도 멋진 사랑의 느낌만을 보고 느끼게 될 것입니다.

우리는 신의 달콤함을 맛보고, 자연스레 신과 조화를 이루게 될 것입니다.

우리는 말로는 묘사할 수 없는 기쁨에 도취될 것입니다.

신을 사랑하고, 모든 것을 사랑하고, 모든 이를 사랑하는 것은 완전한 깨달음을 얻는 가장 쉽고도 자연스러운 길입니다.

이 길에는 아무것도 포기할 것이 없습니다.

왜냐하면 이것은 우리의 내면의 사랑의 느낌을 확장해서 모든 것들, 모든 사람들, 모든 살아 있는 것들을 감싸고 포용하는 것이기 때문입니다.

당신의 사랑을 가족, 친구들, 같은 나라의 사람들, 전세계의 사람들로 확장해 나가세요.

사랑하기 위해서 어떠한 것도 포기할 필요가 없습니다.

우리의 내면에 있는 사랑의 느낌을 확장해서 모든 사람, 모든 살아있는 생명, 모든 것들을 감싸 안는 것이기 때문입니다.

당신의 사랑을 가족에 대한 사랑, 친구에 대한 사랑, 같은 나라 전 세계의 사람들에 대한 사랑으로 넓혀가세요.

더 이상은 넓어질 것이 없을 때까지 확장하시고는 신과 하나 된 영원한 황홀경에 머무십시오!

사랑은 기본적으로 태도입니다.

이 태도를 표현하기 위해서 우리는 크리스마스에 감사 인사와 선물을 주고 받습니다.

당신이 무언가를 줄 때 그것을 가슴 깊은 곳에서 우러나오는 마음으로 하세요.

그리하면 당신은 주는 사람이 가장 축복 받은 사람이라는 것을 알게 될 것입니다.

여러분과 만난 이후로 여러분들끼리 1주일마다 모임을 가졌다고 들었는데 제가 뭐 설명을 해드려야 할 게 있나요?

Q: 저희들은 각자 생각들을 이야기했고 그렇게 하면서 좀 더 이해를 더 할 수 있었고 제 생각엔 도움이 된 것 같습니다.

Lester: 좋습니다.

“좀 더 나은 이해에 도달했다.”

여기에 더 할 말이 있나 봅시다.

우리는 한계 없는 목표를 향해서 움직여가고 있습니다.

우리는 완전히 자유로워져야 합니다.

우리는 오르락 내리락 해왔지만 우리의 생활은 훨씬 더 나아지고 행복해졌죠.

하지만 우리가 느끼기에 더 나아가야 할 것 같아요. 그렇죠?

제가 보기에 여러분들은 생활에 적용되는 원리들을 많이 마스터해왔다고 봐요.

여러분들은 어떤 한계를 어떻게 뚫고우하는지 배웠습니다.

그리고 긍정적인 생각을 받아들이는 법과 생각의 힘을 받아들이는 것도 배웠죠.

또한 자신의 인생의 창조자는 바로 여러분들이라는 것도 배웠습니다.

당연히 이런 것들과 더불어서 사랑할 수 있는 능력도 키워왔죠.

우리가 우리의 의식을 확장시켜 갈수록 우리의 사랑도 자동적으로 커지게 됩니다.

마찬가지로 우리의 사랑이 커져가면 우리의 이해와 지혜 또한 커지게 되죠.

이제까지 많은 것을 이루었고 우리의 생활이 더 행복해졌지만 하지만 이것으로 다는 아니고 완전하지는 않아요.

제가 한 말에 반대하실 분 있나요?

Q: 조금도 없습니다.

Lester: 좋아요.

우리가 걷는 이 길은 -여기서 우리가 목표를 이루기까지- 완전한 자유에 이르는 것입니다.

이게 제가 말하고자 하는 첫 번째 포인트입니다.

두 번째로 우리는 이것을 이번 생애 안에 할 수가 있습니다!

일반적으로는 대부분의 사람들에게는 이것이 수많은 생애를 필요로 하는 것입니다.

하지만 우리는 이것을 이번 생애에 할 수가 있는데 2가지 이유가 있습니다.

첫째로 우리는 좀 특별한 그룹입니다.

즉 이렇게 빠르고 가장 직접적인 길을 가려는 사람은 거의 없기 때문이죠.

둘째로 우리는 이번 생애에 이것을 이룰 수 있는 정확한 방향을 알고 있기 때

문입니다.

자 만약 우리가 미래의 생애 다시 되돌아오고자 한다면 그것은 필요가 아니라 선택에 의해서일 것입니다.

우리들 중 다른 사람들을 돕기를 원하는 사람들은 다른 이들을 돕기 위해서 다시 돌아올지도 모릅니다.

하지만 그건 개개인의 선택의 문제입니다.

중요한 것은 궁극의 상태를 성취하는 것이죠.

인생의 마스터가 되는 것은 정말로 기본적으로도 필수적인 단계입니다.

이것을 통해서 우리는 인생의 희생자가 아니라 마스터라는 것을 배웁니다.

우리가 우리의 환경을 원하는 대로 만드는 방법을 마스터한 후에 우리는 그 너머를 바라보기 시작합니다.

우리가 생활을 아무리 행복하게 만들더라도 그것이 일상생활에만 관련되어 있는 한 그것은 결코 우리를 완전히 만족시킬 수 없어요.

왜냐하면 우리의 원래 모습이 '무한함'이니까요.

여기까지 질문이 있나요?

이제 저는 우리가 앞으로 어떤 방향으로 가야할지에 대한 생각을 말하고 싶군요. 우리는 이제 좀 더 보편적이 되어야 합니다.

우리는 보다 더 '다른 이들을 위해서 살아갈 수 있는 지점'에까지 렛고우를 해야 합니다.

우리가 보편적인 사람이 되려면 우리는 보편적인 존재처럼 행동해야 합니다.

“모든 인간이 나이다.”, “당신이 바로 나이다.”라고 하는 것이 우리가 다른 이들에게 가져야 할 태도입니다.

저는 “태도”라는 단어를 사용하는데 우리는 사람들에게 무언가를 주는 것으로는 많은 도움을 줄 수가 없습니다.

사람들이 필요로 하는 것은 너무나도 많고 우리는 그것을 다 가지고 있지 못합니다.

하지만 우리는 그들에게 사물 이상의 것을 줄 수가 있습니다.

우리는 그들에게 우리가 얻고 있는 지혜를 나눠줄 수가 있습니다.

우리의 태도는 도움을 원하는 모든 사람을 도와주기를 원하는 것이 되어야 합니다.

하지만 원하지 않는 사람을 도와주는 것은 아닙니다.

그것은 그들에게 강요하는 셈이 될 테니까요.

우리는 우리와 마주치고 우리에게 물어보는 사람들만을 도와주려고 해야 합니다.

우리가 나서서 그런 사람들을 찾으러 다닐 필요는 없습니다.

그들은 우리에게 질문을 할 것이고, 우리가 그들에게 대답을 줄 때 우리는 어떤 사람들은 우리가 자신들에게 올바른 대답을 주고 있다고 느낀다는 것을 알게 될 겁니다.

그리하면 우리는 그들을 돕는 것이고 그들은 더 많은 것을 요구하게 될 겁니다.

당신에게 와서 진심으로 올바른 방향을 물어보는 이를 돕는 것은 우리가 마땅히 해야 할 일입니다.

기억하세요. “당신은 나이다.”라는 것을

한 가지 아이러니는, 우리가 우리 조그마한 자아가 아니라 더욱 다른 이들을 위해 살수록 우리는 실로 스스로를 돕게 된다는 것입니다.

세상은 이것과는 다르게 봅니다.

그들은 아마 이것을 우리가 다른 이들을 돕는 것이라고 생각할 것입니다.

하지만 도와야 할 다른 이란 없고 오직 우리뿐입니다.

그리고 우리가 실제로 가장 큰 도움을 받습니다.

다른 이를 도움으로써 우리는 우리 자신이 목표에 다가서는데 도움을 줍니다.

우리에게 사랑의 태도와 자비심, 다른 이와 하나 됨, 그들 역시도 우리처럼 알게 되기를 바라는 소망 등이 없다면 결코 우리의 목표를 이룰 수 없을 것입니다.

그러니 반복하자면 우리는 어떻게 하면 우리의 삶을 더 좋게 컨트롤하고 행복하게 만들 수 있는지를 배운 지점에 이르렀습니다.

이제는 그것을 원하는 다른 이들도 행복하게 해야 합니다.

이것이 우리의 성장을 멈춘다는 이야기는 아닙니다.

우리는 절대로 그렇게 하지는 않을 겁니다.

우리는 다른 사람들을 도움으로써 우리 자신이 더욱 성장해갈 것입니다.

질문 있나요?

Q: 저는 제가 먹고 살기 위해서 일을 해야 하고, 또 제가 다른 이에게 무언가를 주려고 한다면 돈이나 물건들을 모아야 한다고 느끼는데요.

Lester: 네

Q: 실제로는 나는 먹고 살기 위해서 일을 할 필요는 없습니다.
제가 먹고 살기 위해서 일을 해야만 한다는 그 생각이 제가 없애야 할 첫 번째의 것이 아닌가요?

Lester: 네. 하지만 우리는 우리가 가진 것을 주고 싶은 생각이 들겁니다.
당신은 나중에는 이렇게 느낄 거예요.
당신은 그저 모든 것을 주기를 원할 것입니다.
당신은 자신을 통제해야만 할 거예요.
이 세상은 사람들이 무언가를 필요로 한다고 생각하는 상태에 있어요.
그리고 우리가 사람들에게 물건들을 제공하려고 애쓰고 있다면 우리가 그들을 진짜로 돕고 있는 건 아닙니다.
우리는 오히려 그들에게 그들이 스스로의 것을 장만하지 못한다고 하는 것을 확인시켜주고 있을 뿐입니다.
오늘날 우리에게 있어서 재산과 그것에 따라다니는 불행함을 한번 살펴보세요.

Q: 그것과 약간 비슷한 말이 있는데요.
“사람들에게 그들이 되기를 원하는 것이 될 힘을 주지 않고 물건만을 주는 것은 사실 그들에게 아무것도 주지 않는 것과 같다.”

Lester: 그렇습니다. 상대적으로 지혜를 얻게 되면 사물들이란 보잘 것 없는 것들이죠.

Q: 아다시피 우리는 보다 더 편안하고 행복한 삶을 영위하는 지점에 이르렀습니다.
제 생각에는 우리 모두가 그런 것 같아요.
하지만 가끔은 우리는 넘어지게 됩니다만….

Lester: 우리 중 몇몇은 그렇죠. 하지만 왜 그럴까요?

Q: 우리가 한계 지워진 생각들을 생각해서일까요?

Lester: 우리가 오직 일상의 생활 속에서만 행복해지려고 하기 때문이 아닐까요?

Q: 저의 이야기를 하자면 저로서는 그렇습니다.

거래가 성사가 되면 그렇지 않을 때보다 저는 더 행복하거든요.

Lester: 좋습니다.

다만 행위자가 되려고 하지 마세요.

렛고우하고 신께서 모든 것을 하게 하세요.

다른 이들을 행복하게 하는 것에 행복해하십시오.

Q: 왜냐하면 진실로 존재하는 모든 것은 오로지 신의 완벽함뿐이니까요.
하지만 제가 손을 저어서는 모든 것을 영망으로 만들어 버리죠. 그렇죠?

Lester: 네. 그렇습니다. 하지만 그럴 필요가 전혀 없는데 말이죠.

Q: 다만 렛고우하고 신께서 모든 것을 하게 하라?

Lester: 네. 왜 그렇게 하지 않습니까?

왜 다만 렛고우하고 신께서 모든 것을 하게 하지 않죠?

Q: 제 생각에는 제 습관이 방해할 하는 것 같습니다만.

Lester: 습관이라. 네 그렇습니다.

하지만 왜 습관이 당신을 멋대로 하게 내버려두는 거죠?

당신은 분리의 세계에서 살고 있습니다.

당신이 있고 사람들이 있고 거래가 있어요.

당신이 하나임을 본다면 당신은 다른 이를 위해서 살기 시작할 것입니다.

당신은 그들을 당신 자신으로 보게 될 겁니다.

Q: 하지만 제가 볼 때는 다른 사람들이 뭔가 원하는 게 있기 때문에 저에게 옵니다.

저에게 와서는 “나는 평화를 원합니다.”라고 말했던 사람은 아무도 없었어요.

Lester: 그것은 당신의 의식입니다.

평화를 원하는 사람을 만나게 될 것을 기대하세요.

그리하면 평화를 구하는 사람들이 당신의 경험 속으로 들어올 것입니다.

Q: 선생님께서는 사랑과 자비심을 말씀하시는데요.
그게 무슨 의미인지 정의해 주실 수 있나요?

Lester: 사랑은 당신이 사랑할 때 이해될 수 있습니다.
기본적으로 사랑이란 다른 이를 이해하고 다른 이와 하나되면서 내어주려는 태도입니다.
자비심이란 다른 이들이 경험하는 것을, 그들의 고통을 공유하지는 않으면서도 더 나아지기를 소망하는 이해입니다.

Q: 내가 '한계 지워진 것에서 벗어난 느낌'을 스스로 원하는 것처럼,
다른 이들도 이것을 느끼기를 원하는 것이 사랑이겠군요.

Lester: 그렇습니다.

Q: 우리 그룹은 꽤 높은 단계에까지 노력해왔습니다.

Lester: 그래요.

이제 삶이 더 행복해졌으니 이제부터 우리가 무얼해야 할까요?
다음 단계는 보다 더 넓게 확장된 삶 - 다른 사람들을 위해 살아야 합니다.
이것은 다른 말로 하자면 모든 곳에서 모든 사람에게서 신을 보는 것입니다.
모든 사람이 당신이라는 것을 느끼세요.
왜냐하면 존재하는 유일한 것은 당신인 '하나임'의 존재뿐이니까요.
오직 신만이 존재하고 신이 모든 것입니다.
그러므로 내가 존재하는 것 나의 존재 그것이 신입니다!

다른 이를 돕지 않는 사람은 어떤 면에서는 그들을 해치고 있습니다.
이 어떤 면이란 일반적으로 생각을 통해서입니다.
다른 사람을 위한 어떠한 좋은 생각이나 소망이 아닌 것은 그들을 해치고 자
신을 해치는 것입니다.
이러한 것은 모든 마음들이 서로 연결되어 있는 것을 통해서 일어나는 것이고,
소위 말하는 보상의 법칙 즉 카르마는 생각이 행동으로 이루어졌든 그렇지 않
든 생각에 의해서 영향을 받습니다.
당신이 다른 이들을 돕는 것은, 당신의 행동이 아니라 당신이 그들을 얼마나
사랑하느냐 하는 당신의 태도에 더 달려 있습니다.

당신이 사랑할 때 당신이 행동을 하든 하지 않든 당신은 매우 건설적입니다.
그저 사랑만을 느끼면 당신의 생각은 자연스럽게 사랑의 생각이 될 것입니다.
생각은 행동보다 훨씬 더 강력합니다.
생각은 행동의 근원입니다.
생각이 행동을 촉발시키는 것이고, 생각이 행동에 앞서는 것이고 행동을 결정하는 것입니다.

다른 이들의 고통을 인식하지 못하는 것은 그만큼 예고가 크기 때문입니다.
자신의 참자아를 알수록 다른 이를 돕고자 하는 자비심과 바람이 더 커집니다.
당신이 더 많이 사랑할수록 당신은 세상을 더 돕는 것입니다.
모든 사람들의 마음이 서로 연결되어 있고 서로 영향을 주고받습니다.
우리가 사랑을 더욱 키워갈수록 더 많은 사람들이 도움을 받게 됩니다.
당신의 생각의 힘이 세상의 영적인 진보를 돕거나 해칠 수가 있습니다.
그러므로 결과적으로 당신 스스로를 돕거나 해칠 수가 있습니다.
세상이 나아지도록 돕지 않는다면 세상이 뒷걸음치도록 하고 있는 것입니다.

자기 자신을 이해하는 것이 가장 뛰어난 선을 행하는 것입니다.
모든 사람이 누군가와 관련된 모든 상황에서 도움을 받을 수 있습니다.
그리고 사랑이 있을 때 누구도 상처를 받을 필요가 없습니다.

누군가로 하여금 당신이 돕고 있다는 것을 알게 할 때, 그들은 의무감에서 돌려보내게 됩니다.
하지만 그들이 아무것도 모를 때는 감사는 되돌아오지 않더라도 무한함이 되 돌아와서 흘러넘치게 될 것입니다.
제가 당신에게 주고 당신이 그것을 되돌려 준다면, 당신은 내가 무한으로부터 축복을 받는 것을 가로막는 셈입니다.
당신이 누군가를 도울 때 집착이 없고, 그 배후에 예고의 동기가 없다면 당신에게도 도움이 됩니다.

동굴 안에 앉아 있는 깨달은 존재는 혼자 있더라도 사랑과 평화의 강력한 생각을 내보냄으로써 세상을 위해 좋은 일을 하고 있습니다.
우리가 다른 이의 완벽을 보는 것만큼 다른 이를 돕는 데 있어서 효과적일 수 있습니다.

동정심이란 신께서 참새는 돌보시더라도 인간은 돌보시지 않는다고 하는 거짓 말을 부추기고 있습니다.

동정심은 “당신은 스스로를 도울 수가 없습니다.”라고 말하고 있는 것입니다. 자선행위는 무언가를 주고 소유한다는 차원의 사람에게는 도움이 될 수 있고 필요하기도 합니다.

우리가 다른 이에게 해줄 수 있는 가장 큰 것은 ‘그들이 스스로를 도울 수 있도록’ 도와주는 것입니다.

내어주는 자는 축복받은 자이니 그는 더욱 행복해질 것이기 때문입니다.

만약 그가 진심에서 그리 한다면요.

당신이 스스로를 바르게 하는 것만큼 다른 이를 도울 수 있을 것입니다.

다시 말하지만 당신은 스스로를 도울 수 있는 것 이상으로 다른 이를 도울 수는 없습니다.

다른 이를 도우려고 애쓰십시오.

왜냐하면 그것이 당신 자신을 돕는 것이기 때문입니다.

당신이 다른 이를 돕기 위해서 특별한 훈련 같은 것은 필요 없습니다.

당신은 자신의 존재의 상태에서 자연스럽게 할 수가 있습니다.

모든 이들이 자신의 차원에서 가르침을 주고 있는 스승입니다.

매일 매일의 다른 이들과의 관계에서 그는 무의식적으로 그렇게 하고 있습니다.

가장 큰 내어줌은 사물에 있지 않습니다.

가장 큰 내어줌은 당신의 사랑하는 태도입니다.

돈을 주는 것은 (뱀과 로프의 비유에서) 뱀으로부터 보호해주는 것과도 같습니다.

가장 큰 내어줌은 자신을 지켜야 할 뱀이란 존재하지 않는다는 이해를 주는 것입니다.

내어줌의 태도를 가지십시오.

당신이 얼마나 주는가 하는 것이 아닙니다.

당신의 태도입니다.

어떤 이들은 병원 등에 기부를 하고는 자기 이름을 내세웁니다.

그리고 그들이 받는 보답이란 겨우 그 정도뿐입니다.

우리가 무엇을 하든 우리는 다른 이를 위해 봉사하는 마음으로 해야 합니다.

당신이 아니라 당신 안에 있는 신께서 하신다는 느낌을 가지고 하십시오.

주는 사람이 “감사합니다.”라고 말하고, 받는 사람이 “천만에요.”라고 대답해야 합니다.

주는 사람이 더욱 축복 받은 사람이기 때문입니다.

우리에게 예고가 적을수록 우리는 다른 이들의 완벽함을 더욱 알게 될 겁니다. 그리고 당신이 그들의 완벽함을 아는 만큼 당신은 그들의 완벽함을 지지해줄 수가 있습니다.

완벽하게 내어주는 사람은 항상 그가 원하는 무엇이든 가지게 됩니다.

우리는 자신의 존재의 차원을 높임으로써 가장 크게 도움을 줄 수 있습니다.

당신이 더욱 높이 비상할수록 당신은 모든 이를 향상시킵니다.

당신이 선한 생각들을 가질 때, 당신은 모든 사람에게 좋은 생각을 보내주고 있는 것입니다.

당신이 다른 이들을 돕고 있을 때 당신은 어디에 주의를 기울이게 됩니까?

이기심이 없는 것은 그 개인의 존재의 상태를 가늠하는 뛰어난 척도입니다.

내어줌 또한 훌륭한 척도입니다.

개인의 '존재 상태'는 그가 내어주려는 느낌과 다른 이에게 주고자 하는 마음과 비례합니다.

마스터가 그의 제자들에게 무언가를 요구하던가요?

마스터는 항상 줍니다.

우리의 내어주는 마음은 모든 이에게 동등해야 합니다.

당신이 좋아하는 누군가에게만 주는 것은 예고에 의한 것입니다.

마스터는 모든 이에게 동등한 마음을 가지고 있습니다.

다른 사람을 돕기 위해서는 당신은 그와 당신을 동등하게 봐야 합니다.

즉 당신이 영적으로 더 높다라는 생각을 해서는 안됩니다.

우리가 이해하게 되면 우리는 모든 사람들을 동등하게 마스터로 볼 것입니다.

만약 모든 이들이 다른 이들을 위해서 산다면, 그것은 이 세상을 바로 잡을 것이고 유토피아로 만들 것입니다!

우리가 오직 다른 이들을 위해서만 살 때 우리는 최고의 상태에 있는 것입니다.

모든 인간관계는 다른 사람이 깨달음을 얻을 수 있도록 돕기 위한 혹은 당신이 깨달음을 얻을 수 있도록 도움을 받는 관계여야만 합니다.

어떠한 결과에 대한 욕망이 없이 인류에게 봉사하는 것은 당신으로 하여금 완전한 깨달음에 이르게 할 것입니다.

11. 사랑 내어줌 그리고 그리스도 의식

이제 크리스마스 시즌이기도 하니 그리스도에 대해서 이야기해볼까요?
크리스마스에 대해서 듣고 싶은 게 있으신가요?
아니면 제가 그냥 이야기를 할까요?

네 좋습니다.

크리스마스 Christ-mass는 사람들이 그리스도를 바라보는 때이고 그리스도를 기리는 미사가 집전되는 때이죠.

제가 성경을 읽을 때는 제가 바라보는 방식으로 읽는 것이지 예전에 읽었던 경험이나 혹은 다른 사람이 이야기한 것에 따르는 것이 아닙니다.

크리스마스는 그리스도와 관련된 것이며 그리스도는 예수라는 한 인간이 아닙니다. 그리스도는 그리스도 의식을 성취한 예수에 대한 칭호일 뿐입니다.

제 생각에 만약 여러분들이 예수와 그리스도를 분리해서 생각한다면, 아마 그의 말과 성경의 의미를 보다 더 깊이 이해할 수 있으리라 봅니다.

그가 “내가 길이요.”라고 말할 때 이것은 예수를 의미한 것이 아니라 그리스도를 의미한 것입니다.

그러니 먼저 제가 그리스도와 예수가 어떤 의미인지를 먼저 설명하는 게 좋겠군요. 예수는 이 지구에 약 2천년 전에 태어난 한 남자였으며, 정의로움을 통해 혹은 세상에서 정의롭게 행함으로써 그리스도 의식을 성취한 사람이었습니다. 그렇게 함으로써 그는 우리 모두 각자가 따라야 할 불멸에 이르는 길을 보여 주었습니다.

우리는 죽음에 대해 죽어야만 합니다.

즉 우리의 의식에서 죽음에 대한 생각들을 극복하고 그 자리에 오직 영원과 불멸을 자리잡게 해야 합니다.

우리에게 이 진실을 보여주기 위해 그는 스스로 십자가에 못 박히는 것을 선택했고 부활함으로써 불멸을 입증해 보였습니다.

그는 길을 보여주는 자였으며, 그 자신의 삶을 우리에게 길을 보여주는 것에 온전히 바쳤습니다.

그리스도 의식은 우리가 세상에 매여 있을 때 보는 이 모든 엉망진창인 잡동사니들로부터 우리를 구원하는 의식입니다.

세상의 모든 두려움과 비참함으로부터 우리를 구해주는 것은 바로 이 그리스도 의식을 성취함을 통해서입니다.

바로 그리스도 의식이 이 모든 곤란과 어려움에서 우리를 자유케 하고 우리를 우리의 불멸에 이르게 해줍니다.

우리가 만약 진정으로 예수와 같아지고자 한다면 우리는 그가 지나온 모든 시련과 고난을 통과해야 할지도 모릅니다.

그러나 우리가 그리스도처럼 되거나 그리스도 의식을 성취하여 그리스도가 되었을 때 우리는 모든 곤란과 비참함에서 벗어나 오직 무한한 기쁨만을 가지게 될 것입니다.

그러니 그리스도란 인간 예수가 성취한 상태입니다.

그는 이미 태어나기도 전에 그리스도 의식을 성취했으며 그는 단지 우리에게 실제적인 본보기가 되기 위해서 다시 돌아온 것입니다.

당신이 만약 성경을 읽으실 때 이 두 가지 의미를 잘 구별하신다면 훨씬 더 깊이 이해하시게 될 것입니다.

크리스마스는 내어줌과 모든 이에게 베푸는 선함으로 기억되어집니다.

내어줌에 굳건하게 자리하는 것이 행복에 이르는 열쇠입니다.

우리가 가장 큰 기쁨을 경험하고 가지게 되는 것은 바로 이 내어줌의 정신에 있습니다.

당신이 돌이켜 생각해보신다면 당신이 내어줄 때 가장 기뻐했다는 것을 알게 될 것입니다.

“사랑”과 “내어줌”은 같은 말입니다.

내어줌의 정신에 기쁨의 비밀이 거하고 있습니다.

우리가 만나는 모든 사람에게 우리가 가진 모든 것을 온전히 내어줄 때 우리는 무한한 기쁨을 맛보게 됩니다.

이것은 너무나도 중요합니다.

중요한 것은 내어줌의 태도이자 정신이지 물건 따위를 내어주는 것이 아닙니다.

하지만 불행하게도 사람들은 크리스마스가 선물 따위나 주고받는 때라고 생각하기 때문에 사람들은 주고 또 주고 주지만 그러나 이런 것은 내어줌과는 아무런 관계가 없습니다.

오로지 내어줌의 태도와 정신에 기쁨이 거하는 것입니다.

1년 중 그 어느 때보다 사람들은 크리스마스가 되면 내어줌의 정신을 더 많이 느끼게 됩니다.

아주 멋진 일이죠.

우리는 매일 매일을 크리스마스로 만들어야 합니다.

우리가 완전히 깨닫게 되면 우리는 바로 이것만을 합니다.

단 한순간도 우리가 아는 모든 것을 모든 사람에게 주기를 원하지 않을 때가 없을 겁니다.

Q: 선생님께서 말씀하시는 것은 물건들을 주거나 자신을 내어준다는 것인가요?

Lester: 글썄요. 우리가 만약 조건을 붙이거나 의구심을 가지거나 비난을 하면서 주는 것이라면 거의 기쁨은 없죠.

하지만 우리가 온전히 내어줄 때 우리는 가장 큰 기쁨을 맛보게 됩니다.

그리고 영원한 기쁨의 비밀은 이러한 내어줌의 정신이 계속되는 것입니다.

성경에 따르면 우리가 줄 수 있는 가장 큰 것은 '지혜'입니다.

왜냐하면 당신이 누군가에게 지혜를 준다면 당신은 그에게 단지 하나를 준 것이 아니라 모든 것을 얻을 수 있는 한 가지 방법을 준 것이기 때문입니다.

그러니 모든 내어줌 중에서 가장 큰 것은 지혜를 주는 것이고, 이해를 주는 것이며, 우리가 관심을 가지고 있는 이것에 관한 지식을 주는 것입니다.

이렇게 설명해볼까요?

만약 당신이 배가 고프는 누군가에게 한 끼 식사를 주어서 그 순간 그는 배불리 먹고 만족해서는 행복해집니다.

하지만 몇 시간 지난 후 그는 또 다른 식사를 원할 것이고 아마 그 후로도 수천 끼의 식사를 원하게 되겠죠.

그러니 당신이 그에게 한 끼 식사를 준 것이 얼마나 큰 것일 수 있겠습니까?

하지만 당신이 그에게 밀을 수확하는 법을 가르쳐 준다면 그는 영원히 굶주리지 않을 것입니다.

당신은 그에게 그가 원하는 식사를 어떻게 하면 늘 가질 수 있는지 지식을 전해준 것입니다.

아마도 당신은 그에게 6만 끼의 식사를 제공하게 된 셈이죠!

그러니 이해와 지혜를 주는 것이 가장 큰 내어줌입니다.

이러한 것을 실천하는 것이 성장하는데 있어서 가장 훌륭한 방법이라고 생각합니다.

이러한 이해를 당신에게 이것을 요청하는 모든 사람에게 주십시오.

이것은 당신의 그 조그마한 자아에서 벗어나 다른 이에게 확장된다는 의미에

서 훌륭합니다.

이것은 사랑을 실천하는 것입니다.

다른 사람들에게 이러한 이해를 돕는 것이 지금부터 우리들의 생활 방식이 되는 게 어떻겠습니까?

이것은 당신이 빠르게 성장하는데 도움이 될 것입니다.

그리고 당신에게 무엇보다 큰 기쁨을 줄 것입니다.

이것은 정말 좋은 선물입니다.

당신의 마음에서부터 우러나와야 하는 선물 말이죠.

제 생각에 우리는 단지 물건을 주는 그런 것 이상의 지점에 이르렀다고 생각합니다.

우리는 지혜와 이해를 주도록 해야 합니다.

질문에 대한 대답이 되었나요. 릴?

Q: 네

Q: 이것은 오직 우리가 요청받을 때에만 해야 하는 건가요?

Lester: 네. 그렇습니다.

만약 우리가 이러한 이해와 지식을 요청하지 않는 사람에게 이러한 도움을 주고자 한다면 우리는 단지 우리의 예고를 드러내는 것에 불과합니다.

“난 니가 알아야만 하는 것을 알고 있다구.”

보셨죠? “나”라는 것이 “너”에게 아래로 내려다보면서 말하고 있어요.

그가 요구하지도 않은 것을 가르치려 드는 것은 단지 당신의 예고를 드러내는 것에 지나지 않아요.

그러니 상대가 요구할 때만 그것이 주어져야 하는 거겠죠.

Q: 그러면 우리가 충분히 성숙해져서 다른 이들이 요구하지 않더라도 그들이 필요로 하는 것을 말해줄 때도 있을 수 있는 건가요?

Lester: 네. 그렇습니다.

당신이 당신의 예고를 놓아 보낼수록 당신은 자동적으로 더욱 더 다른 이들과 튜닝을 하게 됩니다.

당신의 예고가 적을수록 당신은 다른 이들과 더욱 더 공명하게 되죠.

당신은 그들이 요구하지 않아도 될 상태에 이르게 될 겁니다.

당신은 아마도 당신에게 요청하지만 진정으로 도움을 원하지는 않는 사람도

있다는 걸 알게 될 겁니다.

마찬가지로 어떤 사람들은 “나는 그런 도움이 필요 없어요.”라고 말하지만 진정으로 원하고 있다는 것을 알 수도 있습니다.

이런 상황을 알아차리려면 약간의 경험이 필요하죠.

우리가 성장해갈수록 즉 우리가 우리의 에고를 놓아 보낼수록 우리는 다른 이들과 더욱 공명하게 되고 우리는 자동적으로 그들을 돕게 됩니다.

그리고 우리는 어떤 상황이더라도 항상 늘 도움을 주게 됩니다.

그 사람은 마트의 직원이 될 수도 있고 길거리에서 우연히 만난 사람이 될 수도 있습니다.

항상 계속되는 어떤 내어줌이 늘 일어나고 있습니다.

그리고 그것이 꼭 지혜로운 말일 필요도 없습니다.

단지 친절한 말 한마디이거나 사랑의 표현일 수도 있습니다.

다른 이들을 도움으로써 당신이 상처받는 일 같은 것은 일어나지 않습니다.

이러한 것들은 정말 가장 큰 내어줌이죠.

질문 있으신가요?

Q: 그리스도의 재림은 어떤 것인가요?

Lester: 그리스도의 재림은 예수의 재림과 같은 것은 아닙니다.

예수의 재림은 그가 물리적 육체를 가지고 이 지구상에 돌아와 땅을 걸어 다닐 때가 되겠죠.

그리고 제가 믿기에는 그 육신은 바로 그가 마지막으로 땅을 밟았던 바로 그 몸일 것입니다.

그리스도의 재림은 바로 우리가 그리스도 의식을 성취할 때입니다.

우리 모임이 예수와 친밀하다는 것은 매우 운 좋은 일입니다.

우리가 처음으로 같이 모여 예수에 관한 명상을 할 때 분명히 그가 바로 이 방으로 와서는 우리 한사람 한사람 주위를 걸었습니다.

이것은 우리의 모임에 예수가 많은 관심을 가지고 있고 그가 가지고 있는 모든 힘을 다해 우리를 돕고자 한다는 중요하고도 명백한 징표이죠.

그 힘은 우리가 만약 받아들이지 않는다면 절대로 주어지지 않는 것입니다.

그 힘에는 강제가 없습니다.

예수는 오직 우리가 그에게 활짝 열려 있을 때에만 자신의 힘을 쓸 수가 있습니다.

우리가 만약 그렇게 열려 있을 때면 언제라도 그는 준비가 되어있고 그렇게

할 수가 있습니다.

그저 그에게 기회를 주십시오.

우리가 이번 생애에 끝까지 가고자 한다면 우리는 스승과 이러한 직접적인 관계를 가져야만 합니다.

전에도 말했듯이 요즘 시대에는 깨달음을 얻기가 어렵기 때문에 스승과 이러한 관계를 맺는 것은 필요한 일입니다.

지금 이 방에 있는 사람 중 이번 생애에 이것을 해내지 못 할 사람은 아무도 없습니다.

만약 끝까지 이 길을 갈 수만 있다면 말이죠.

우리가 진정으로 원한다면 우리 모두 누구나가 이번 생애에 해 낼 수가 있습니다.

Q: 그 “해낸다”라는 게 뭘 의미하는 거죠??

Lester: 그리스도 의식을 깨닫는 것입니다.

바로 마스터가 된다는 것이죠.

마스터란 무엇입니까?

마스터란 이 우주의 모든 물질을 지배하는 자이며, 자신의 마음을 마스터한 사람입니다.

마스터란 바로 자신의 내부에서 그 자신의 무한함을 보는 사람입니다.

마스터란 모든 제한된 생각을 넘어선 자이며 이 한계 지우는 장막을 찢어버린 영원히 자유로운 사람입니다.

Q: 우리가 그걸 이번 생애에 해낼 수가 있다는 거죠?

Lester: 네. 그렇고 말고요.

당신은 그 무엇보다도 그것을 원해야만 합니다.

당신이 세상에서 원하는 그 어떤 것보다 더 그것을 원해야 합니다.

그리고 당신이 그리할 때 당신은 스승으로부터 도움을 받을 수가 있습니다.

만약 당신이 죽기 전에 해내지 못한다면 소위 죽음이라 불리우는 그 순간에 스승들의 도움을 받아 그것을 해낼 수가 있을 것입니다.

우리가 죽으면 이번 생애 동안의 모든 생각과 전생의 모든 생각들을 다시 한번 되돌아 볼 수가 있게 됩니다.

스승이 우리와 하나되어 있으므로 그는 자신을 마치 우리처럼 볼 수가 있어서, 우리의 마음에 생각이 떠오르면 그의 마음에 생각이 떠오르는 것과 같아서 우리로 하여금 그 생각을 되돌릴 수 있게 도와줍니다.

그 생각들이 완전히 되돌려지면 우리는 완전히 자유롭게 되는 거죠!

Q: 우리가 “나는 한계 지워진 존재가 아니야. 난 이걸 받아들이지 않아. 난 한계 지워진 게 아니야.”라고 말할 때 이게 바로 우리가 매일 하는 것이군요.

Lester: 그렇습니다.

우리는 이것을 모든 생각이 끝날 때까지 계속해서 해야만 합니다.

우리는 어떠한 것에도 어떠한 생각에도 한계 지워져서는 안됩니다.

Q: 하지만 너무 비약적이진 않은가요?

전 길거리에서 마주치는 사람들에게 미친 것처럼 보이고 싶진 않거든요.

Lester: 전 여러분에게 이 길의 전체를 보여주고자 하는 겁니다.

제가 보여주고 싶은 것은 여러분들에게 이 길의 전체적인 지도를 주고자 하는 것입니다.

전 여러분에게 “Bob, 오늘 당장 이걸 해치우세요.” 이렇게 말하는 게 아닙니다.

제가 생각하는 것은 만약 당신이 전 과정을 보여주는 지도를 갖게 된다면 당신 스스로 그것을 해낼 수가 있다는 것입니다.

당신은 저처럼 당신에게 이런 말을 하는 사람이 꼭 있어야 하는 건 아니에요.

일단 당신이 지도를 갖게 되면 당신이 할 일이란 그걸 따라가는 겁니다.

전 당신에게 완전한 지도 즉 완전한 깨달음이 무엇인지에 대한 완전한 이해와 그것을 성취할 수 있는 방법을 주고자 하는 겁니다.

그리고 제가 하고자 하는 일은 당신이 실제로 그것을 성취하기 전까지는 알 수가 없기 때문에 매우 어려운 작업입니다.

Q: 그러면 예고란 단지 내가 이것이 아니라는 느낌일 뿐이군요.

Lester: 그렇습니다.

예고란 전체로부터 분리된 개인이란 느낌일 뿐이고, 그런 분리의 느낌이 있기 위해서는 몸과 마음이 필요하죠,

Q: 그게 한계 지워진 것이란 말씀이죠?

Lester: 만약 제가 몸을 가지고 있고 마음을 가지고 있다면 저는 수천가지의 한계를 가지게 됩니다.

나는 몸을 먹여야만 하고 그것을 돌봐줘야만 하죠.

나는 생각을 가지고 있고 나의 감정은 상처를 받습니다.

이런 식으로 끝없이 계속 되어지죠.

당신이 누구인지를 깨달으세요.

당신은 당신이 몸이 아니고 예고가 아니라는 것을 보게 될 겁니다.

당신이 누구인지 알아내고 무한이 되십시오.

Q: 예수가 우리를 구원할 수 있을까요?

Lester: 예수가 우리를 구원하는 게 아닙니다.

‘그리스도 의식’이 우리를 구원하는 것이죠.

우리는 예수를 믿는 게 아니라 예수가 믿은 그것을 믿어야 합니다.

우리가 그리스도 의식을 성취하려고 노력을 한다면, 예수는 우리가 그것을 깨달을 수 있도록 도와줄 것입니다.

예수는 그에게 도움을 청하고 그의 도움을 받아들일 준비가 되어 있는 누구에게나 도움을 줄 수가 있습니다.

당신은 당신이 그와 접촉할 수 있다는 사실을 받아들이는 만큼 예수와 접촉할 수가 있습니다.

만약 당신이 예수를 물리적 육신을 가진 존재로서 만나 대화를 나눌 수 있다는 사실을 받아들인다면, 당신은 물리적 육신을 가진 그를 만날 수 있을 것입니다.

당신이 예수를 비전이나 꿈에서 볼 수 있을 거라는 것을 받아들인다면, 당신은 그런 방식으로 예수를 만날 수가 있습니다.

만약 당신이 예수를 지금 이 순간의 현존으로 받아들일 수 있다면, 당신은 지금 이 순간 그가 현존하고 있음을 느낄 수 있을 것이고 그의 도움을 받을 수 있습니다.

모든 게 당신에게 달려있는 것입니다.

12. 행복·첫 번째

저는 우리 모두가 관심이 있는 그것에서부터 시작하고 싶어요. 좋죠?
우리의 주제에 관해 내가 가장 좋아하는 단어는 바로 행복입니다.
우리 모두가 추구하거나 찾고 있는 것은 바로 행복일 겁니다. 그렇죠?

그리고 당신이 신이나 당신의 진정한 자아를 발견하게 된다면 그게 바로 궁극의 절대 행복일 겁니다.

우리가 완전한 진실, 궁극의 진실을 추구하고 발견하게 된다면 그 역시 궁극의 절대 행복이라는 것을 알게 될 겁니다.

우리 모두는 우리 자신에게 가장 좋은 것을 찾고 있어요.

그리고 우리에게 가장 좋은 것은 역시 궁극의 절대 행복이겠죠.

모든 존재는 자유를 찾고 있고 완전한 자유 혹은 해탈은 ‘궁극의 절대 행복’ 바로 그것입니다.

그러니 결국 신, 선(善), 진실, 해탈, 자유, 진정한 자아는 궁극의 절대 행복과 같은 것이죠.

그리고 모든 사람들은 신, 선, 진실, 해탈, 자유, 진정한 자아를 찾고 있습니다. 그것을 찾지 않는 사람은 없어요.

우리와 다른 사람들과의 유일한 차이점은 우리는 우리가 행복이 있는 방향을 향해서 그것을 의식적으로 찾고 있다는 것이고, 다른 사람들은 그들이 갈구하고 있는 완전한 행복을 결코 찾을 수 없는 이 세상에서 눈을 감은 채로 행복을 찾아 더듬고 있다는 것이죠.

우리는 행복을 직접 찾고 있습니다.

우리는 행복이 있는 바로 그곳을 찾고 있죠. 우리는 안으로 들어갑니다.

모든 사람들이 지속되고 항상 있고, 슬픔이라고는 없는 영원한 행복이든 뭐든 그런 것을 찾고 있어요.

그리고 우리는 그것을 발견하게 될 때까지는 결코 만족할 수가 없어요.

모든 사람들이 우리가 지금 찾고 있는 것을 찾고 있습니다.

그들과 우리의 유일한 차이점은 그들은 그것을 밖으로 나가 이 세상에서 찾고 있고 결국은 좌절하게 될 거라는 것과, 반면에 우리는 우리의 안으로 들어가서는 점점 더 행복해지게 될 것이라는 겁니다.

우리가 안으로 들어갈 때 우리는 행복이 거기에 있다는 것을 발견하게 됩니다.

우리가 행복을 발견할 수 있는 유일한 장소는 바로 우리 자신 안입니다.

거기가 바로 행복이 있는 곳입니다.

우리가 행복을 바깥에 있는 -외부의 사람이든- 무언가에 의지할 때마다 우리는 더욱 고통스러워지게 됩니다.

이 견해에 반대할 사람은 없을 겁니다.

당신이 이 사실을 충분히 경험하고 충분히 연륜이 쌓이고 이것을 탐구해 본다면 이것의 진실을 발견하게 될 것입니다.

우리가 찾고 생각하는 행복이 우리 밖의 어딘가에 있다면 그것은 행복이 아닙니다. 슬픔이 없는 행복은 단지 안으로 들어감으로써만 발견할 수 있습니다.

이것이 Point number one입니다.

이제 point number two는 우리가 찾고 있는 가장 큰 행복은 다름 아닌 우리 자신의 존재 그 자체인 자아입니다.

우리의 가장 기본적이고 타고난 본성이 바로 우리가 찾고 있는 그것이며 그것은 지금 여기에서 우리의 것입니다.

우리는 우리가 찾고 있는 행복이며, 우리가 그것을 밖에서 찾는 한 거기에서는 행복을 발견할 수가 없을 것입니다.

안을 들여다 볼 때 우리는 우리 자신의 자아가 우리가 스스로 부여한 한계들에 조금도 영향을 받지 않음을 알게 됩니다.

완벽하고 현존하며 기쁨이며 영원하고 무한한 존재와 직접적으로 접촉하지 않는 사람은 우리 중 아무도 없습니다.

우리 중 그것과 지금 바로 이 순간 직접적으로 접촉하지 않고 있는 사람은 아무도 없습니다.

그러나 잘못된 교육과 추론을 통해 그리고 나이가 들어가면서 스스로에게 한계를 지우는 관념들 때문에, 밖으로 추구함으로써 우리는 우리의 눈을 흐리게 하고 말았습니다.

우리는 이 무한한 존재 위에 "나는 바로 이 몸이다.", "나는 바로 이 마음이다.", "이 물질적인 몸과 마음으로 인해 나는 문젯거리들과 고통들을 잔뜩 짊어지고 있다." 라고 하는 관념을 덮어씌우고 말았습니다.

그러므로 우리 자신이 한계가 없는 무한한 존재라고 하는 진실을 발견하기 위해 우리는 마음을 고요하게 하고 마침내는 마음을 풀어 보내야 합니다.

오직 이렇게 할 때에만 우리는 그것을 성취할 수가 있습니다.

마음이란 것은 생각들의 집합에 지나지 않습니다.

그리고 모든 생각들이란 한계를 지우는 개념들이죠.

만약 누군가가 지금 당장 생각을 멈추고 그 상태에 머물 수 있다면 그는 지금 이 순간부터 무한한 존재가 될 겁니다.

이것은 이처럼 간단한 것입니다.

비록 그것을 성취하는 게 반드시 쉬운 것만은 아닐 수도 있지만요.

첫 번째로 우리가 해야 할 일은 우선 부정적인 생각들을 되돌려서 우리가 올바른 방향으로 나아갈 수 있도록 충분히 긍정적인 태도를 가지는 것입니다.

그리고 난 후 우리는 모든 생각을 내려놓는 겁니다.

긍정적이고 부정적인 생각들 모두를요.

이 일이 일어나면 우리는 우리가 앎과 전지전능의 영역에 있다는 것을 알게 될 것이고, 모든 것이 알려지고 우리는 기쁨과 완전한 자유를 누리기 때문에 생각을 할 필요가 전혀 없다는 걸 알게 될 겁니다.

모든 것을 알게 된다면 생각해야 할 게 없어요!

생각이란 단지 사물들을 서로 연결하기 위해 다른 것들과의 관계에서만 발생하는 겁니다.

모든 것을 알게 된다면 우리는 통일성과 하나됨을 알게되므로 생각으로 사물들을 연결할 필요가 없게 되는 거죠.

그러므로 우리는 모든 분리와 한계의 개념들로부터 자유롭게 되는 것입니다.

그리하면 우리는 이제 이 세상과 교류하기를 원할 때 마음을 자유로이 사용할 수 있게 됩니다.

우리가 내면으로 들어가는 과정은 내면을 들여다보고 마음이란 무엇인가를 알게 되는 과정입니다.

마음이란 단지 생각들의 모임에 지나지 않고, 생각들이란 단지 수많은 한계의 관념들에 지나지 않는다는 것을 말입니다.

우리는 이러한 한계 지우는 생각들을 놓아 보냄으로써 마침내 마음이 고요해지고 그리하면 우리는 우리 자신인 무한한 존재를 보게 되는 거죠.

이러한 과정이 우리의 무한한 존재를 덮어씌우고 있는 안개와 구름들을 벗겨주어서 우리를 완전히 자유롭게 해줄 겁니다.

우리가 처음으로 우리 자신인 무한한 존재를 보게 되었다 하더라도 아직 다 끝난 것은 아닙니다.

우리에게는 여전히 내려놓아야 할 습관적인 생각들이 남아 있어요.
그리고 더 이상 생각들이 남아 있지 않을 때 -의식적이든 무의식적이든. 무의
식적인 생각들이 놓아 보내기가 더 어렵죠.- 우리의 한계지우기라는 게임이
끝이 납니다.

이젠 우리는 영원히 완전히 자유롭습니다!

우리가 무한한 존재라는 것에는 선택의 여지가 없어요.

선택할 수 있는 것이라면, 선택이란 오직 한계 지워지는 선택만을 할 수가 있어요.
우리는 너무나도 한계 지우는 선택들을 해왔기 때문에 이제 우리는 마치 우리
가 제한된 존재인 듯이 행동할 만큼 눈이 멀었어요.

그 결과 온갖 문젯거리들이 생겨났죠.

문젯거리들은 우리의 마음을 통해서 마치 그것이 실제하는 것처럼 생각하기
때문에 겉으로만 그렇게 보이는 것에 불과해요.

이 세상에서 우리가 보는 모든 것은 오직 마음 안에서만 보는 겁니다.

우리의 의식을 제외하고는 아무 것도 없어요.

우리의 의식을 통하지 않고서는 어떤 것도 보이지가 않죠.

우리가 보는 것은 무엇이든 우리의 의식 속에, 마음속에만 있어요.

누군가가 이것을 깨닫는다면 그는 자신의 의식을 바꾸는 작업을 할 수가 있고
그렇게 함으로써 자신의 환경을 바꿀 수가 있습니다.

자신의 환경을 스스로 바꾸는 것은 한걸음 앞으로 나아가는 것입니다.

그렇게 함으로써 당신은 스스로 증거를 삼을 수가 있고 제가 말하는 것을 이
해하게 될 것입니다.

그저 전해들은 것을 받아들이기만 하지는 마세요.

당신이 들은 어떤 것도 믿지 마세요.

만약 제가 당신한테 이야기하는 것을 단지 듣기만 하고 받아들인다면 그저 남
의 말을 전해 듣는 것에 불과해요.

당신은 자신 스스로 모든 것을 입증해 보여야만 합니다.

그렇게 했을 때 그것은 당신의 진정한 앎이 되고 이것은 쓸모가 있는 것입니다.

지혜와 행복으로 나아가고자 한다면 모든 이들이 자신 스스로 그것을 증명하
는 것이 반드시 필요합니다.

앞에서 말한 것처럼 겉으로 보이는 이 세상에서 진리를 발견할 수는 없어요.

우리가 지금 보는 세상은 복잡하고 이원적입니다.

우리는 세상 뒤편으로 가서는 절대 진리를 발견할 것이고, 그 진리란 이 세상

과 우주에는 단일한 하나임만이 있다는 것이고, 그것이 바로 우리 자신의 참자아-혹은 신이라고 부르는- 라는 것을 알게 될 겁니다.

세상의 참모습은 사람들이 보는 그런 게 아닙니다.

세상은 진실로 우리 자신의 참자아입니다.

우리가 흔히 "I am"이라고 말할 때 쓰는 "I" 는 정확히 우리가 세상에서 서로 분리되고 나누어진 것으로 착각하는 "I" 와 같은 것입니다.

우리가 진실을 보게 되면 우리는 당신이 바로 나이고, 오직 하나의 존재만이 있고, 오직 하나의 의식만이 있으며, 우리가 바로 이전에는 분리된 것처럼 보였던 모든 존재 혹은 의식이라는 것을 알게 될 것입니다.

그러니 다시 한번 말하자면 진실이나 행복을 찾기 위해서 당신은 내면으로 들어가서 하나됨을 보아야 하고 당신은 우주의 참모습이 당신의 의식과 다르지 않다는 것을 알아야 하고 당신의 의식은 당신 자신의 참자아에 다름 아니라는 것을 봐야만 합니다.

이것은 설명하기가 힘든 것이고 경험되어야만 하는 것입니다.

그 것을 경험했을 때에만 우리는 알게 됩니다.

다른 누군가로부터 듣기만 해서는 알 수가 없어요.

책과 스승들은 단지 방향을 가리킬 수만 있을 뿐 우리 스스로 그것을 얻어야 합니다.

이것이 바로 우리가 가는 길의 멋진 부분이기도 하죠!

어떤 것도 믿을 필요가 없습니다.

모든 것은 각자가 스스로 경험하고 그것을 자기가 받아들이기 전에 스스로 만족할 만큼 증명해야만 합니다.

이제껏 한 말을 요약해서 성경에 나오는 2개의 말씀으로 전할까합니다.

그것은 바로 "나는 스스로 존재하는 자이니라.", "고요하라, 그리고 네가 하느님임을 알라."

다른 말로 하자면 당신은 당신이 찾고 있는 바로 그것이니 마음을 고요히 하고 그것을 보십시오.

13. 행복·두 번째

Lester : 좋죠? 자 이제 질문하실 게 있나요?

Q : 저에게는 차이점만 보입니다.

이 방에 있는 사람들, 우리 모두는 다른 모습을 하고 있고 제 눈엔 그게 보이는 걸요?

Lester : 잘못 보고 계신 겁니다. 당신은 착각 속에서 보고 있어요.

당신이 저를 볼 때 당신은 제 안에 있는 진실을 보아야 합니다.

당신의 참자아를 보셔야 해요.

당신이 이 진실을 보실 때까지 계속 나아가십시오.

Q: 우리가 내적인 체험을 어느 정도 하고 이 길에 대한 믿음이 생기기 시작할 때라도 여전히 우리는 자신이 앞으로 남은 생활을 어떻게 보낼지에 대한 중요한 결정을 해야 할 때가 오는 것 같아요.

Lester: 그래요. 당신은 당신의 행복을 세상에서 찾을 것인지 혹은 내면에서 찾을 것인지를 결정해야만 하죠.

Q: 우리가 많은 경험을 할 수는 있어요.

하지만 우리는 세상과의 접촉을 위해서 다시 돌아가야 할 때가 있어요.

만약..

Lester: 만약 당신이 바깥세상을 만들지 않는다면, 즉 당신이 세상에 집착하지 않고 세상이 당신을 혼란스럽게 할 수 없게 한다면 당신은 평정을 가지고 나아갈 수 있습니다.

Q : 제 생각에 저는 스스로를 정확해야 한다고 봅니다만

Lester: 네. 세상에 이바지하는 것이 당신을 정확시킬 것입니다.

Q: 나는 세상으로 나아가 봉사를 통해 나에게 남아 있는 것들을 희생으로 헌신해야 할 것 같습니다.

Lester: 당신이 이 길에서 희생해야 할 유일한 것은 당신의 고통뿐입니다.
사회에 이바지하는 것은 행복만을 가져다줍니다.
당신이 거기에 진심을 담는 만큼요.
당신이 세상에 더욱 기꺼이 이바지할수록 당신은 더욱 더 세상의 모든 것과
모든 사람과 연결되어 있다는 것을 알게 될 것입니다.
우리 사이에 분리란 없습니다.
우리가 나아갈 길은 전체에 이바지하고 전체와 하나되는 것입니다.
당신은 다른 이들을 배제하거나 당신과 분리되도록 하지 않을 것입니다.
당신은 그들에게 이바지함으로써 그들과 하나가 됩니다.

Q: 제가 이 길에서 노력하고 싶은 유일한 것은 제가 다른 이들을 더욱 도와주고 싶다는 것입니다.

Lester: 좋군요. 하지만 당신은 스스로를 도울 수 있는 것 이상으로 다른 이를 도울 수는 없습니다.
그러니 다른 이를 돕는 가장 좋은 방법은 스스로를 돕는 것이죠.
그것은 자동적으로 그렇게 됩니다.
당신은 스스로를 돕는 만큼 다른 이를 도울 수가 있습니다.
둘 다 하세요.

Q: 다른 이를 도움으로써 나를 돕는다. 이런 식으로 쌍방향인 것이 아닌가요?

Lester: 그렇습니다. 하지만 중요한 것은 동기입니다.
제가 만약 당신을 이기적인 동기에서 도와준다면 그건 나에게도 당신에게도 도움이 되지 않습니다.
제가 오직 당신을 돕기 위해서만 당신을 돕는다면 나는 성장하고 있습니다.
그러나 세상에는 그들 자신의 예고가 칭찬받기 위해서 남을 돕는 사람들이 많이 있습니다.
그것은 당신에게 아무런 도움이 되지 않거니와 그들 자신에게도 전혀 도움이 되지 않습니다.

Q: 예고를 없앤다는 것은 매우 미묘하고 어려운 일입니다.

Lester: 맞습니다.

더 이상 예고가 없을 때면 남는 것은 오로지 당신 자신인 무한한 존재입니다.

예고란 전체로부터 분리된 느낌에 지나지 않습니다.

난 레스터라는 개인이야. 그리고 난 전체로부터 분리되어 있고 나 외에 다른 많은 사람들이 있지.

이런 것이 예고의 느낌 즉 분리감입니다.

내가 전체가 아닌 그 순간 나에게는 뭔가가 부족하게 되고 난 그것을 되찾으려 하게 됩니다.

나는 잃어버린 전체가 필요하고 나는 그것들을 찾으려는 노력을 시작하게 됩니다. 그래서 나는 내가 전체를 가지고 있지 못하다고 생각하고 내가 제한되어 있다고 생각하게 되는데 이러한 과정이 점점 아래로 소용돌이 치면서 내려와서는 지금의 우리에게까지 이르게 되었습니다.

하지만 우리 모두는 이제는 위로 올라가고 있어요.

가장 큰 문제는 모든 것으로부터 분리된 느낌인 ‘예고’를 내려놓는 일입니다.

우리는 우리의 행동의 동기를 들여다봄으로써 이 일을 할 수가 있어요.

우리의 동기가 이기적일 때면 우리는 그것을 바꾸고 이타적으로 만들 수가 있습니다.

우리는 우리 자신을 위하기보다 다른 이를 위해 행동할 수가 있는 것이죠.

이런 식으로 우리는 성장해 나갑니다.

Q: 성장이란 점점 더 자각해가는 과정인가요?

Lester: 그렇습니다.

당신은 처음에는 그렇게 되기를 원해야 합니다.

당신이 그렇게 되기를 원한다면 당신은 자신의 생각을 자각하게 될 것입니다.

그리하면 당신의 ‘생각 없음’을 자각하게 되는데 이것은 평화와 행복의 느낌으로 나타납니다.

Q: 예를 들자면 왜 우리가 어떤 일을 그렇게 느끼는지 혹은 왜 내가 지난 2년간 이렇게 몸이 아픈지 같은 것을 알아내는 거죠.

오늘 아침만 해도 여동생과 전화 통화를 할 때 나는 계속해서 “왜 그렇지? 왜 그렇지?” 하고 생각을 하면서 가능한 한 고요해지려고 했어요.

그리고 갑자기 왜 내가 그토록 부정적이었는지에 대한 깨달음이 너무나도 선

명하게 왔어요.

그리고 나는 당신을 강렬하게 생각하고는 이렇게 생각했죠.

“어쩌면 레스터가 말한 게 이런 것일지도 몰라.”

우리가 왜 그런지에 대한 이유를 알게 되고 또 그것을 명확하게 보게 되면 우리는 뭐랄까 긍정적인 무엇으로 전환이 되고 우리는 풀려나게 되는 거죠.

Lester: 맞아요.

매우 좋아요. 더 이상 남은 게 없을 때까지 계속해서 그렇게 하세요.

Q: 그게 선생님께서 항상 무의식적인 생각들을 의식적으로 만들어서는 내려 놓으라고 하는 것이군요.

Lester: 맞습니다.

무의식적인 생각들이 의식적인 생각으로 떠올라오면 당신은 그것을 보게 될 것이고, 그 생각이 부정적인 것이기 때문에 자연스럽게 놓아 보낼 수 있게 되는 거죠. 하지만 그 생각이 무의식으로 남아 있는 한, 당신은 그것을 보지 못할 것이고 아무것도 할 수가 없게 됩니다. 그렇지 않은가요?

Q: 그렇죠. 그리고 우리가 이 일을 시작하면 정말 어마어마한 일이 일어나요. 와우~ 정말 괴물 같아요. 쉽지가 않습니다.

Lester: 예고는 떠오르는 생각들을 좋아하지 않고 싸우려고 들죠.

Q: 제가 이 작업을 할 때 면 몇 번이고 평온한 상태에 있다가도 갑자기 개인적인 관계나 혹은 다른 곳에서 무언가가 떠오릅니다.

그러다가 갑자기 극심한 고통을 느끼고, 또 매번 그 고통을 느낄 때면 나 자신의 한계를 보게 되고, 그럴 때면 나는 뒤로 물러서서 그것을 조용히 바라보고는 자신을 조용히 놓아줍니다.

Lester: 그렇습니다.

모든 상황이, 무엇이 일어나고 있는지를 지켜봄으로써 성장에 쓰여질 수 있습니다. 당신이 하고 있는 것처럼 말입니다.

더 이상 렛고우할 필요가 없을 때까지 항상 그렇게 하십시오.

더 이상 예고가 없을 때까지.

Q: 음. 창조적인 작업에서조차 예고가 연관되어 있는 것 같아요.

대단히 미묘하긴 한데요.

우리가 더욱 영적인 눈으로 보게 될 때 더욱 그림을 그리거나 음악을 만들거나 - 무엇이든 간에요 - 여기에 예고가 개입되는 것 같은데 이 부분이 참 저에게는 문제꺼립니다.

어떻게 우리가 단지 창조의 통로일 뿐이라면 이것을 상업적으로 판매를 할 수 있을까? 하는 걱정이랄까 그런 생각이 듭니다만.

Lester: 거기에 대한 대답은 간단합니다.

그것을 상업적으로 판매해도 좋습니다.

다만 이런 창조행위에 집착을 하진 마세요.

Q : 어렵군요. “내가 바로 창조자야.” 라고 항상 말을 하거든요.

Lester: 당신이 뭘 하든 그건 문제가 안 됩니다. 집착하지만 마세요.

“내가 바로 창조자야.” 라고 하는 느낌을 그냥 놓아 보내시고 다만 창조가 당신을 통해 흘러나오게 하세요.

Q: 제 생각에는 어떠한 창조 행위라도 거기에는 뭔가 순수한 동기에서 나온 영적인 부분이 있어요.

하지만 이게 또 거의 늘 예고와 뒤섞인단 말이죠.

Lester: 우선 한 가지 분명히 해둘 게 있습니다.

당신이 하는 모든 것은 창조적입니다.

창조적이지 않은 무언가를 한다는 것은 불가능합니다.

그것은 마음이란 것은 오로지 창조만을 하기 때문입니다.

다만 우리가 창조해낸 것들이 마음에 들지 않을 때면 우리는 그것을 창조적이지 않다거나 파괴적이라고 부르는 것일 뿐입니다.

우리가 마음에 드는 것들을 창조했을 때 우리는 그것을 창조적이고 건설적이라 부릅니다.

하지만 마음은 오직 창조만을 할뿐입니다.

모든 사람이 창조자입니다.

우리가 마음에 품는 것은 무엇이든 우리는 현실로 창조합니다.

Q: 그렇다면 이 예고란 것들도 단지 우리가 만들어낸 것뿐이군요?

Lester: 그렇습니다.

우리는 아름다움 건강 풍요로움 등을 만들어 내는 것이 더 좋습니다.

왜냐하면 그것들은 아픈 몸이나 어려운 경제 사정보다는 우리의 관심을 덜 필요로 하기 때문입니다.

결과적으로 우리는 더 많은 시간 여유가 있게 되고, 진리를 향하고 우리의 참 자아를 발견할 여유가 더 생기는 거죠.

Q: 가끔 제가 생각하는 것은 우리가 예고에 대해서 지나치게 너무 많이 생각함으로써 오히려 그것이 더 자라게 되고, 우리는 갈수록 그것과 더욱 싸우기만 하고는 오히려 그것에 중요성을 더 부여하는 것 같아요.

Lester: 맞습니다.

하지만 예고는 너무 커버렸고 당신의 무의식적인 마음은 당신이 볼 수 있는 것 이상입니다.

마음이란 단지 모든 생각들의 총합에 지나지 않습니다.

마음의 무의식적인 부분은 지금 이 순간 우리가 보고 있지 않은 생각들을 불러들여 두고 있습니다.

하지만 그 수백 수천가지 생각들은 거기에 있고 움직이고 있습니다.

무의식적으로 당신은 몸을 작동시킵니다.

모든 세포들을 활동하게 하구요.

당신은 살아 숨 쉬는 화학 공장과도 같아요.

순환하고 냉각하고 난방하는 시스템도 있죠.

이러한 생각들은 활동하고 있고 당신의 몸을 작동시키고 있어요.

그리고 어떤 것들을 원하거나 원치 않고 좋아하거나 좋아하지 않는다.라고 하는 수천가지 생각들도 있습니다.

비록 그것들이 무의식적이긴 하나 움직이고 있습니다.

우리가 그것들을 들여다보건, 보지 않건 그것들은 여전히 활동하고 있고 예고에 의해서 유지되고 있고 동기를 부여받습니다.

이것이 우리에게 어려운 부분이죠.

바로 예고의 동기에 의한 생각들을 우리가 그것들을 렛고우할 수 있게 의식하

는 것 말입니다.

그러나 언젠가 우리는 더 이상 그 에고-마인드가 아닌 곳에 도달하게 될 것입니다.

우리는 “나는 이 몸이 아니고, 이 마음이 아니고 에고가 아니야.”라고 하는 것을 분명히 보게 될 것입니다.

그리하면 우리는 진실로 볼 수가 있고, 우리가 진정으로 우리가 아닌 것을 보게 된다면, 그 에고-마음-몸을 내려놓을 수가 있습니다. 영원히 말이죠.

Q: 우리는 원래의 모습이 다시 되는 것인가요?

Lester: 다시 되는 것이 아닙니다.

우리는 항상 우리였던 자신을 다시 기억하고 다시 발견하고 다시 자각하는 것일 뿐입니다.

Q: 그리하면 그 에고덩어리는 마치 과자 부스러기처럼 떨어져 나가는 것이군요.

Lester: 맞아요. 영원히 훅~ 사라지는 거죠.

결국 지금 우리가 하고 있는 게 바로 그겁니다.

처음에는 우리는 에고를 내려놓는 작업을 해요.

우리가 에고로부터 충분히 풀려나 주의력을 돌려 진정한 나는 누구인가를 찾을 수 있게 될 때까지 말입니다.

그리고는 우리는 ‘우리가 누구인지 무엇인지’를 알게 되고 이렇게 말할 겁니다. “정말 말도 안 되는 것이었군.”

그리고 우리는 더 이상 에고-마음-몸과 동일시하지 않게 됩니다.

그러면 우리는 마치 다른 몸들을 지켜보듯이 이 몸이 생활해 나가는 것을 그저 지켜보게 될 겁니다.

당신은 몸을 보고 있고 그리고 그 몸이 당신이 아니라는 것을 압니다.

당신은 진실로 육체 이상이며 육신으로 인해 한계 지워지거나 속박당하는 존재가 아닙니다.

당신은 자신이 영원하며 전체이고 완벽하고 자유롭다는 것을 알게 됩니다.

그리고 당신은 당신의 몸이 자신의 길을 가게 해 줄 것입니다.

꼭두각시 인형처럼 말이죠.

Q: 그리고 당신은 원한다면 당신의 몸을 어디든 당신이 좋은 대로 사용하는

거군요.

만약 그게 아니라면 쇼는 그냥 진행되는 거구요.

Lester: 그렇습니다.

당신은 그저 쇼가 진행되도록 놔둘 겁니다.

이것은 당신이 스스로 각본을 쓴 “육신으로 하는 한계 놀이”라고 불리우는 것입니다.

그러나 당신은 당신의 육신을 다른 이들과 교류하고 그들이 성장하도록 도움을 주는 것에 사용하도록 선택할 자유도 있습니다.

Q: 우리가 보는 모든 것들 -나무토막이나 포테이토칩 같은 것들-이 그 영원한 진리의 일부분인거죠?

Lester: 그렇습니다. 하지만 당신은 그것들이 다름 아닌 바로 당신이라는 것을 알아야 합니다.

그래야 당신은 그것들의 진실을 보게 되는 겁니다.

세상이 사라지는 건 아닙니다.

다만 우리가 세상을 바라보는 눈이 완전히 바뀌는 것이죠.

세상이 우리와 다른 무언가가 아니라, 세상이 우리가 되고 우리가 세상이 되는 것입니다.

당신이 세상을 당신으로 보게 될 때, 세상은 우리와 분리되어 있었던 것처럼 보였을 때와는 완전히 달라 보입니다.

당신은 그것을 사랑하게 되고 그것과 하나가 되며, 그 안에 있는 모든 이들을 사랑하고 그들과 하나가 될 것입니다.

당신이 누군가를 온전히 사랑하게 될 때 당신은 그와 하나가 됩니다.

당신이 우주가 될 때 당신은 우주를 사랑하는 것이고, 당신이 우주를 온전히 사랑한다면 당신이 곧 우주가 되는 것입니다.

사랑이야말로 우리에게 절대적으로 필요한 것입니다.

우리가 온전히 사랑할 때 우리는 우리 자신의 참모습인 광대하면서도 영광스러운 무한한 존재와 온전히 하나가 된 것입니다.

14. 행복의 열쇠

예전에 제가 여러분에게 어떻게 하면 끝없는 행복을 유지할 수 있는지에 대한 열쇠를 드린다고 말한 적이 있었죠?

제가 보기에 여러분 중 몇몇은 행복에 잠깐 머물렀다가는 다시 올라오지 못하는 것 같아요.

아시다시피 여러분들이 기분이 처지거나 근심 걱정에 휩싸여 있을 때는 모든 게 끔찍하게 생각되어지기도 하죠.

게다가 여러분과 제가 그럴 때마다 쉽게 만나 대화를 할 수 있는 것도 아니구요. 또 만약 제가 여러분과 만나서는 여러분들이 그런 상태에서부터 정신이 고양되어져서 벗어나게 된다 하더라도 여러분들은 그게 제가 한 것이라 생각하시게 될 겁니다.

이렇게 된다면 여러분들은 저에게 의존하는 관계를 만들게 되는 거고 이건 좋지 않아요.

여러분들은 여러분들이 원하는 것은 무엇이든지 그리고 모든 것들을 할 수가 있습니다.

여러분들은 여러분들이 원하거나 의도하는 것은 무엇이든 가지거나 될 수가 있습니다.

이런 심리적인 어려움이 충분히 오래 지속이 되면 여러분들은 그것에 질리게 되어 어떻게 되든 그것을 렛고우하게 될 겁니다.

그리하면 어찌되었건 여러분 스스로가 그것을 하게 되는 것이죠.

이것은 아주 아주 중요한 점인데 당신이 스스로 그것을 하는 것이 훨씬 더 좋다는 것이고, 당신은 누군가에게 의지할 필요가 전혀 없다는 것입니다.

우리 모임이 알고자 하는 것은 바로 우리가 새로이 발견한 이 행복을 어떻게 하면 계속해서 유지해나갈 수 있을까? 하는 것이죠.

왜 우리는 이 행복을 늘 가지고 있지는 못할까요?

우리는 마땅히 그래야만 하는데 말이죠!

그래서 제 생각에 제가 여러분들에게 이해를 줄 수 있다면 혹은 이해에 도달할 수 있는 열쇠를 드릴 수 있다면 그것이 여러분들이 이 행복을 유지하고 키워 나가는데 도움이 될 것 같아요.

좋아요. 이 제 여러분들에게 행복의 열쇠를 드리도록 하죠.

당신이 행복이 무엇인지 이해하게 되고 진정으로 알게 될 때 당신은 그 행복을 확고하게 할 수가 있습니다.

그리고 당신은 그 행복이 늘 지속되기까지 계속해서 더욱 더 행복해질 수가 있습니다.

하지만 그 열쇠는 바로 행복이 무엇인지를 아는 것입니다.

당신이 행복이 무엇인지를 진실로 알게 될 때 당신은 행복이 어디에 있는지를 보는 것이지 행복이 어디에 있지 않은지를 살피고 있지는 않을 겁니다.

행복이 있지 않은 곳에서 행복을 찾아다니는 것이 당신을 행복으로부터 떨어쳐 나오게 하는 것입니다.

여기까지 질문 있으신가요?

열쇠는 바로 행복이란 무엇인가를 아는 것에 있습니다.

그리하면 우리는 곧장 그것으로 갈 수가 있죠.

행복이 무엇인지를 자각하지 못하는 것이 행복이 끊임없이 지속되는 것을 어렵게 만듭니다.

여러분이 행복이 진실로 무엇인지를 보게 된다면, 고통 받거나 비참해질 때 여러분은 올바른 방향으로 움직여 나아가서는 그 행복에 안주할 수 있게 될 겁니다.

좋아요. 그럼 행복이란 뭘까요?

대부분의 사람들은 행복을 즐거움이라 부릅니다만 그건 단지 고통으로부터의 도피에 불과하죠.

대부분의 사람들이 말하는 행복이란 다른 사람이나 오락 등을 통해서 그들의 고통으로부터 벗어나는 것을 말합니다.

그것은 단지 도피에 불과합니다.

그 사람들은 그들 스스로의 힘으로 자신만의 생각과 홀로 마주할 수가 없습니다.

단지 그들 자신의 생각과 마주하고 싶지 않아서 다른 무엇이든 해야만 하는거죠.

그들의 마음에서 생각이 다른 곳으로 돌려지면 그들은 기분이 좋아집니다.

그리고는 그것을 즐거움이라 하고 이것이 행복인양 생각하는 것이죠.

우리가 알고 있는 모든 오락거리는 실제로 이런 것입니다!

행복한 사람은 오락이나 만나야 할 사람 따위를 필요로 하지 않습니다.

그는 만족합니다.

하지만 당신이 자유롭게 된다면 당신이 그리고 오락을 선택한다면 당신은 그 어느 때보다 그것들을 즐길 수가 있게 됩니다.

왜냐하면 당신은 오락을 갈구해야 하는 허덕임에서 벗어났기 때문이죠.

제가 지금부터 말하고자 하는 행복이란 단지 이런 비참함에서 도피하고자 하는 그런 류의 행복이 아닙니다.

제가 말하고자 하는 것은 진실로 유일한 행복입니다.

그것은 당신이 참자아가 되는 것에서 오는 기쁨입니다.

우리가 더욱 더 참자아가 될수록 우리는 더욱 더 기쁨을 느끼게 됩니다.

세상의 감각적인 즐거움은 우리가 그것과 관련한 외부의 사람이나 사물을 통해서 이루어지는 것이 아닙니다.

그 즐거움은 그 사람이나 사물을 얻기를 갈망하는 생각이 충족되거나 고요해짐으로써 오는 것입니다.

우리가 그러한 생각들을 고요하게 했을 때 우리는 참자아를 더욱 느끼게 되고 그래서 우리는 더욱 행복해지는 것이죠.

마음이 고요하면 할수록 우리는 더욱 더 그저 존재하게 되고, 우리는 더욱 더 참자아에 머물 수 있게 되어서는 우리는 더욱 기쁨을 느끼게 되는 거죠!

하지만 마음이 고요할수록 더욱 행복해진다고 하는 이러한 사실을 당신 스스로가 알아내야만 합니다.

이것을 가지고 당신이 알게 될 때까지 실험을 해보고 연습하는 것은 아주 좋은 일입니다.

당신이 느끼는 기쁨이 무엇이었던 간에 그것은 항상 결과적으로 마음을 고요하게 만들었고 그리하면 당신은 행복을 느꼈던 것입니다.

이것을 이해하게 되면 당신은 사람이나 사물들에게서 행복을 기대하는 집착을 렛고우하게 되실 겁니다.

당신은 기쁨이란 오직 당신 자신의 참자아에 머무는 것에만 있다는 것을 보시게 될 겁니다.

그리하면 - 당신이 이것을 알게 되면 - 당신은 기쁨이 있지 않은 곳에서 기쁨을 찾아다니지 않을 것입니다.

당신은 즉각 렛고우하고는 단지 존재하기만 할 것입니다.

그리고 마침내 당신은 행복을 위해서 어느 누구도 어떤 무엇도 필요로 하지 않는 곳에 도달하게 될 것입니다.

당신은 그저 항상 행복합니다.

제가 한 말에 대해서 질문이 있으신가요?

머리로는 다 이해하고들 있으신 것 같은데 그렇죠?

이것을 여러분의 마음의 눈으로 보든 그렇지 않든 우선 지적으로 이해를 먼저

해야 합니다.

그리고는 이것을 실험하고 테스트 해보는 거죠.

그리하면 이것이 정말 그렇다는 것을 알게 될 것입니다.

당신의 마음이 고요하고 편안할 때마다 당신은 늘 행복하다는 것이고, 당신의 외부에 있는 어떤 사람이나 사물에 달려있을 것이라고 생각하던 행복의 근원이 바로 당신 안에 있다는 것을 알게 되는 거죠.

당신의 마음이 고요해지면 당신은 더욱 참자아에 머물 수가 있게 됩니다.

이 사실을 분명히 깨달을 때 당신은 더 이상 아래로 굴러 떨어지지 않을 겁니다. 왜냐하면 이제 당신은 행복하지 않은 바로 그 순간 즉각 알아차리고는 행복으로 되돌아가려면 어디를 바라봐야 하는지를 알고 있으니까요!

Q: 바로 우리 자신의 내면을 봐야 하는군요?

Lester: 그렇습니다.

하지만 우선은 행복이란 바깥에 있는 사물이나 사물에 달려 있는 게 아니라, 바로 사람이나 사물을 욕망하는 생각이 고요해지는 것에 있다는 것을 깨달아야 합니다.

이렇게 하면 당신은 내면으로 들어갈 수 있고 단지 당신의 참자아로 있을 수 있습니다. 즉 그저 존재하기만 할 수가 있죠.

당신의 마음이 바깥에 있는 사물들에 쏠려 있을 때 당신은 그저 존재하기만 하는 상태가 아닌 외부의 것들과 얽여져 있는 것입니다.

제가 말하고자 하는 핵심은 당신의 행복은 욕망을 성취함으로써 마음을 고요하게 하고 이로 인해 외부의 사물에 대한 당신의 갈구하는 생각이 멈추게 되어 그저 존재할 수 있게 된다는 것에 있다는 것입니다.

당신이 이 사실을 당신의 마음 안에서 보게 된다면 당신은 이것을 직접적으로 할 수가 있습니다.

즉 당신은 그러한 욕망의 생각들을 어떤 사람이나 사물을 얻지 않고서도 렛고 우할 수가 있고 즉시 행복해질 수가 있다는 것이죠.

중요한 것은 당신이 행복이 실제로 있는 곳으로 움직여 간다는 것입니다.

외부가 아니라 당신의 내면으로 말이죠.

이렇게 함으로써 당신은 영속적인 행복의 상태에 머물게 됩니다.

프랭크, 제가 무슨 새로운 이야기를 한건 아니죠?

제가 뭐 새로운 걸 이야기한 게 있나요. 릴?

아시다시피 제가 여러분들에게 이런 이야기를 수없이 했었어요.

그런데도 여러분들에게는 마치 새로운 이야기인 것처럼 보이는군요!

Q: 선생님께서 우리들에게 말씀을 하셨지만 이전에는 우리가 받아들이질 못했었어요.

Lester: 그래요.

이전에는 그저 머리로만 이해를 했었거나 아니면 실제와는 연결이 되지 않았기 때문에 지금 마치 새로운 말처럼 보이는 겁니다.

저는 항상 제가 똑같은 말을 몇 번이고 몇 번이고 반복하는 것처럼 보입니다.

이쪽에서 또 저쪽에서 또 다른 쪽에서 말을 하지만 항상 똑같은 말입니다.

하지만 여러분들이 마음의 눈으로 볼 때까지 여러분들이 자각하고 깨달을 때까지는 이 말들이 어떤 의미가 없을 겁니다.

Q: 마치 선생님이 하시는 말씀은 우리가 자동차를 욕망해서는 안 되고, 집을 욕망해서는 안 되고, 와이프나 애인을 욕망해서는 안 되고, 우리는 아무것도 욕망해서는 안 되고, 아무것도 아닌 존재가 되라는 것 같아요.

Lester: 당신이 말한 마지막 문장만 빼고는 맞는 말입니다.

당신은 아무 것도 아닌 존재가 되는 게 아니라 모든 것이 되는 겁니다.

모든 것이 된다면 당신에게는 필요한 것이 아무것도 없습니다.

욕망이란 부족함과 분리감의 의식이고 이것이 바로 모든 고통의 원인입니다.

당신이 모든 것이고 전체라면 당신은 아무 것도 필요로 하지 않습니다.

당신의 말 중에서 마지막 문장만 바꾸세요. 그러면 됩니다.

O.K.?

Q: 만약 우리가 모든 것이 되는 것이라면 우리는 와이프가 되고, 우리가 세상이 되고, 우리가 모든 것이 되는 거군요.

우리 자신을 분리시키는 대신에 우리는 다른 이와 하나가 되는거죠.

Lester: 그리고 그것이 우리가 느낄 수 있는 가장 멋진 느낌입니다.

그것이 가장 높은 사랑이죠.

당신이 다른 이가 되는 것 말입니다.

하나됨은 사랑의 가장 지고한 형태입니다.

달리 말하자면 당신은 “그녀가 접시를 깬 것이 아니라 우리가 접시를 깬 거야”, “그녀가 옷 사느라 돈을 써대는 게 아니라 우리가 돈을 쓴 거야.”

이렇게 생각할 겁니다.

이런 게 가장 높은 형태의 사랑이죠.

Q: 내가 자동차가 됩니다. 그래서 나는 자동차를 욕망하지 않습니다.

혹은 당신이 모든 것이 되고 당신이….

Lester: 이제 당신은 이것을 스스로의 힘으로 해내야만 합니다.

당신이 모든 것이 될 때 그래서 아무 것도 필요하지 않다는 것을 느낄 때, 그리하면 무언가에 대한 아주 미세한 생각만으로도 즉시 그것을 당신에게 가져다 줄 것이라는 것을 깨닫게 될 것입니다.

Q: 욕망이란 “난 가지지 못했어.” 라는 생각이죠.

Lester: 그렇습니다.

당신은 인위적인 부족함을 만들어낸 거죠.

당신이 “난 가지지 못했어.”라고 말할 때 당신은 거짓을 말하고 있어요.

당신으로 하여금 “난 가지지 못했어.” 라고 느끼게 하는 욕망이 바로 당신으로 하여금 가지지 못하게 하는 원인입니다.

욕망을 렛고우하면 당신은 “난 가지고 있어.” 라고 느낄 겁니다.

이것이 사물들이 당신에게 오도록 해줄 겁니다.

Q: 내가 만약 이 세상을 내가 소설을 쓰고 있는 것처럼 본다면 그리고 내가 그 등장인물이라고 말한다면 나는 나의 이야기 속에서 창조한 모든 등장인물 들입니다.

이게 바로 오늘 제가 살아가고 있는 삶이죠. 그렇죠?

나는 나의 어려움들을 창조해 내었습니다.

내가 이런 이야기들을 쓰고 있는 거죠.

그렇게 하는 대신에 나는 내가 권능이라고 말해야 할 겁니다.

그리고 뭣 하러 한계들을 창조하겠어요? 그럴 필요가 없는데 말이죠.

그래서 전 그걸 멈출 겁니다.

하지만 제가 창조를 하지 않을 때면 저에겐 뭐가 남죠?

Lester: 당신이 창조를 하지 않을 때 무엇을 가지게 되냐구요?
당신이 진정으로 원하는 모든 것 즉 우리의 순수한 존재입니다.

Q: 전 평화를 가집니다.

Lester: 네. 당신은 전체입니다.
모든 것이 당신 안에 있어요.
이렇게 느끼는 것이 당신에게 완전한 평화를 줄 겁니다.

Q: 다음 전화벨이 울리기 전까진요.
전화벨이 울리면 또 예전 습관으로 돌아가 버려요.

Lester: 그 보잘 것 없는 벨이 당신을 마음대로 하도록 내버려 두지 마세요.
다시 한 번 말씀드리지만 우리 각자가 스스로의 힘으로 이것을 깨달아야 합니다.
우리가 그렇게 한다면 영원한 행복을 찾을 수가 있습니다.
왜냐하면 이제 당신은 행복이 있지 않는 곳에서 행복을 찾는 것을 그만 두고
행복이 있는 곳에서 행복을 찾기 때문이죠.
사람과 사물들 속에는 행복이 없습니다.
행복은 바로 우리들 자신의 타고난 본성입니다.
행복이 바로 우리들의 존재 그 자체입니다.
그리고 우리가 단지 존재로만 있을 때 우리는 무한한 행복입니다.
그렇습니다. 우리가 다른 것이 아닌 우리 자신의 존재로만 있을 때 우리는 한
없이 행복합니다!

Q: 달리 말하자면 내가 여러 가지 것들을 가졌을 때라도, 그러니까 자동차를
가졌을 때도 내가 그것을 유용하게 쓰기는 하더라도, 기쁨에 대한 느낌을 가지
기 위해서 그것에 집착하는 마음은 없는 거죠.
만약 내가 그 자동차에 집착을 한다면 그 집착이 내 안에 어떤 종류의 걸림을
만들어내는 거고 그것은 순전히 나의 책임이죠.

Lester: 그렇습니다.
집착이 클수록 불행도 커집니다.
마찬가지로 무언가를 싫어하면 할수록 불행도 더 커지는 것이죠.

어떤 것이라도 집착을 하는 것은 자유롭지 못한 것입니다.

어떤 것에 집착을 한다면 필연적으로 자신을 불행 속으로 밀어 넣는 것입니다.

Q: 우리가 존재의 상태에 있게 된다면 그것이 여기저기를 떠다니는 바람 같은 존재가 된다는 뜻은 아니죠.

그것은 우리가 진실을 알고 있다는 것이고, 그렇기 때문에 예고에 의해 쌓여진 습관들을 다시 겪을 필요가 없다는 것을 뜻하는 거죠.

Lester: 그래요.

그것은 영원하고 결코 변하지 않는 당신의 무한한 존재를 아는 것입니다.

그리하면 이 세상이 당신을 건드리지 못합니다.

당신은 그저 세상을 픽션 꿈으로 보고 그것을 주시합니다.

당신은 아무런 집착이나 싫어함이 없이 삶을 살아가죠.

그렇기에 누구도 그 어떤 것도 당신을 방해할 수가 없습니다.

그리고 당신은 언제나 무한한 평화와 기쁨을 가지게 됩니다.

Q: 제가 이것을 다른 사람들에게 설명하려고 할 때면, 그들은 제가 마치 그림자가 되거나 다른 사람들의 눈에서 사라져 버리는 무언가가 되려한다고 생각해요.

Lester: 완전히 깨달은 사람과 그렇지 않은 사람이 세상에서 살아가는데 있어서 유일한 차이점은 세상을 바라보는 관점이 완전히 달라졌다는 것입니다.

깨달지 못한 사람은 이 제한된 하나의 몸-마음을 자신과 동일시하고 있습니다.

깨달은 사람은 모든 만물, 모든 존재, 모든 원자, 하나하나를 자신의 참자아로 봅니다.

그는 모든 것 속에 있는 존재를 자신의 존재로 보는 거죠.

Q: 그래서 일어나는 모든 일에서 기쁨을 얻는 것이로군요.

Lester: 그게 아닙니다.

당신의 타고난 본성이 바로 기쁨인거죠.

당신이 일어나는 일들에게서 기쁨을 얻어내는 게 아니라 당신의 본래의 성품이 바로 '무한한 기쁨' 그 자체입니다.

그게 바로 당신의 원래의 상태라구요!

기쁨을 얻어야 할 필요가 전혀 없는 겁니다!

Q: 그래서 영원히 기쁨의 상태에 머물 수가 있는 것이군요.

Lester: 그렇습니다.

당신이 기쁨을 사물이나 사람에게 가두어 두지 않는다면 그것은 항상 거기에 있습니다.

하지만 만약 당신이 어떤 것을 하지 못하거나 가지지 못해서 기뻐할 수 없다고 말한다면 그건 당신의 기쁨을 제한하고 있는 것이죠.

자연스러운 상태가 바로 무한한 기쁨입니다.

이것은 정말 자연 그대로의 상태입니다.

본래의 타고난 상태는 무한함이지만 우리는 그것에 한계 욕구 집착 그리고 혐오 등의 생각들을 뒤집어 씌웠고 그것이 원래의 무한한 기쁨을 가로막아 버렸습니다.

만약 어떤 사람이 절대적으로 아무것도 하지 않는다면 그는 이 ‘무한한 존재’가 될 것입니다.

그는 그리하면 단지 주시자가 될 것입니다.

Q: 하지만 당신은 여전히 하루종일 열심히 일을 할 수도 있죠.

Lester: 예. 그렇습니다.

당신은 다른 모든 사람처럼 살아갈 수가 있어요.

Q: 하지만 삶에 대한 태도가 바뀐 거군요.

Lester: 그래요. 당신은 이제 사물들을 다르게 봅니다.

당신은 자신을 행위자로 보기보다는 주시자로 봅니다.

Q: 거기에 있지만 뭐랄까 그것과는 떨어져 있는 거죠.

가끔은 좀 이상한 기분이 듭니다.

Lester: 그건 기분 좋은 거예요. 그렇지 않아요?

단지 익숙하지 않아서 이상한 기분이 드는 거죠.

거기에 익숙해지면 그건 이상한 게 아니라 달콤한 게 될 겁니다!

Q: 레스터, 이 모든 게 정말이지 쉬운 것인데 단지 우리가 어렵게 만들고 있

는 건가요?

Lester: 네. 바로 그렇습니다.

모든 어려움이란 단지 당신이 스스로를 한계 지웠기 때문에 일어나는 거죠.
당신은 한계 위에 또 한계를 씌우고는 그것을 당신 생각 속에 붙들고 있습니다.

바로 거기에 어려움이 있는 겁니다.

당신은 모든 생각들을 렛고우해야 합니다.

모든 생각들이 그 안에 한계를 가지고 있어요.

모든 생각들을 내려놓고 나면, 남아 있는 것은 당신의 무한한 행복 당신의 존재입니다.

그리하면 당신은 당신이 무한한 행복을 가지고 있는 무한한 존재라는 것을 아는 것이, 당신이 여자인지 남자인지를 아는 것만큼이나 쉽다는 것을 알게 될 겁니다!

15. 기본적인 목표와 그것을 이루기 위한 방법

우리 모두가 이 세상에서 추구하고 있는 것은 완전히 똑같습니다.

모든 존재 심지어 동물들까지도 그것을 추구하고 있습니다.

그렇다면 우리 모두가 찾고 있는 그것은 과연 무엇일까요?

슬픔이 없는 행복입니다.

어떠한 슬픔의 흔적도 없는 행복의 연속적인 상태죠.

이것이 우리의 목표라면 왜 이것이 목표가 되어야 할까요?

이것이 우리의 목표가 되는 이유는 왜냐하면 '한계 없는 행복'이야말로 우리 자신의 참본성이기 때문입니다.

이 무한한 행복이야말로 우리가 한계를 설정해서 그것을 물들이기 전의 진정한 자연스런 상태입니다.

그러하다면 왜 우리 대부분은 어떠한 슬픔도 없는 연속적인 행복을 가지지 못하는 걸까요?

단 한가지의 이유가 있습니다.

우리가 무한한 행복을 가진 이 무한한 존재임에도 불구하고, 이러한 기쁨과 행복을 누리지 못하는 것은 우리가 '나는 전체로부터 분리된 이 개인이다.'라고 하는 생각을 가지기 때문입니다.

자신을 전체로부터 분리된 것으로 만들기 위해서는 나는 이것을 이룰 방법을 고안해 냅니다.

그 방법이란 바로 나의 마음으로 나의 육신과 물질 세상을 만들어내는 것이죠. 그리고는 계속해서 점점 더 많은 생각들을 만들고 물질들을 더욱 창조해내어서는 마침내 생각과 물질들이 나를 꿈쩍 못하게 하고 눈멀게 해서 무한한 존재인 나의 진정한 모습을 잃어버리게 했습니다.

"나는 전체로부터 분리된 개인이다."라고 하는 최초의 생각은 필연적으로 부족함을 창조했어요.

부족함은 다시 욕망을 창조했죠.

그러므로 욕망으로는 부족함을 없앨 수가 없어요.

왜냐면 부족함이란 애초에 존재하지 않는 것이고, 다만 허상의 상상일 뿐 실재가 아니기 때문이죠.

그리고 우리는 계속해서 욕망을 충족시키려 애쓰고 또 애쓰지만, 결코 결코 성공할 수가 없어요.

만약 우리가 욕망을 충족시키는 것을 성공할 수가 있다면, 모든 욕망은 마땅히

사라져 버렸을 겁니다.

그렇다면 우리는 이미 욕망 없음의 상태에 있지 않겠어요?

우리가 이 지구에 존재하는 단 한 가지 목적은 '자유이자 아무런 한계 없는 전체로서의 우리의 타고난 자연스러운 상태'를 기억해 내거나 혹은 배우기 위해서입니다.

한번만이라도 우리가 우리의 본래의 모습을 보게 된다면 우리는 모든 한계들을 놓아 보낼 수가 있게 될 겁니다.

최초의 그리고 가장 중요한 한계는 "나는 전체로부터 분리된 개인이다." 라는 것입니다.

당신이 그것을 없앤다면 당신은 모든 한계 고통 질병 빈곤함 등을 없애는 겁니다. 이것을 다른 말로 하자면 "하느님만이 모든 것이다."

모든 것을 놓아 보내고 하느님만이 있게 하라.

내가 하는 것이 아니라 아버지께서 하시는 것이다." 라는 것이죠.

우리가 전체로부터 분리된 개체라고 하는 '최초의 분리된 감각인 에고의 느낌'을 놓아 보내고, 그저 우리의 본래의 존재를 그 자리에 있게 한다면 모든 것은 저절로 완벽해집니다.

이것은 매우 매우 단순합니다.

만약 당신이 복잡하게만 생각한다면 당신은 이러한 단순함을 보지 못할 겁니다. 이러한 사실을 전체적으로 받아들인다 하더라도 그것을 성취하는 게 어렵게 보일지도 몰라요.

왜냐하면 수천 수만년 동안 과거에 이러한 습관에 익숙해져 왔기 때문이죠.

그리고 몇몇 바보 같은 이유로 우리는 무의식적으로 이러한 과거의 고통과 문젯거리들을 지속시키고 있어요.

우리는 스스로에게 한계를 지우는 이런 습관들을 자동적으로 계속합니다.

그것을 무의식이라고 부르면서요.

이제 이 무의식이라는 마음은 '우리가 들여다보기를 거부하는 부분'이 되었습니다. 우리의 욕망이 강할 때는 우리는 무의식적인 습관을 들여다보고 그것을 놓아 보내줘야 합니다.

우리가 우리들 자신의 타고난 본래의 존재로 성장해 가는 것이 아닙니다.

그 존재는 전체이며 완벽하고 지금 여기에 있습니다.

단지 그것에 반하는 관념들을 우리가 놓아 보내는 것이죠.

즉 우리에게 문젯거리가 있고 한계들이 있다는 이런 생각들 말이에요.
"나에게 문제가 있어."라고 말하는 사람은 누구나 자기의 마음에서 그것을 만든 겁니다.
그건 마음에 있을 수밖에 없는데 왜냐하면 마음을 제외하고는 다른 어디에서도 그것을 찾을 수가 없기 때문이죠.
당신이 무엇을 보든 무엇을 듣든, 무엇을 감각한다 하더라도 당신의 마음을 통해서일 뿐입니다.
마음이야말로 바로 '모든 것이 있는 곳'입니다.
당신의 마음을 바꾸기만 한다면 밖에 있는 것들은 그것을 따라 바뀔 것입니다.
당신의 생각을 바꾸면 당신의 세상을 바꾸는 겁니다.
이것을 스스로 해냄으로써 증거를 삼으세요.

우리가 갈 길은 - 방법은 - 단순합니다.
하지만 모든 한계들을 되돌리는 것은 습관들 때문에 쉽지가 않습니다.
우리는 과거로부터 온 이 잘못된 습관들을 놓아 보내려는 강한 욕망이 필요합니다.
이 욕망은 세상을 소유하고 통제하려는 욕망보다 더 강해야만 합니다.
지금은 '실제처럼 보이는 이 세상'이, 당신이 진실을 보는 순간 '픽션'에 불과하다는 것을 알게 될 겁니다.
이 세상은 꿈에 불과합니다.
처음에 당신은 이것을 꿈으로 보게 될 것이고 그러고 나면 당신은 이 꿈조차도 결코 존재한 적이 없다는 것을 알게 될 겁니다.
당신이 밤에 꿈을 꾸는 동안 당신은 육신을 가지고 있고 다른 육신들도 봅니다.
행동이 있고 상호작용과 반응도 있습니다.
좋은 일도 있고 나쁜 일도 일어납니다.
당신이 밤에 꿈속에 머무는 한 거기에서 일어나는 모든 일은 당신에게는 실제처럼 보입니다.
그리고 당신이 꿈에서 깨어날 때 당신은 말합니다.
"이런 모두가 꿈일 뿐이었어. 그런 일은 일어난 적이 없었던 거야!"
당신은 그것이 단지 당신의 상상이 만들어 낸 허구라는 것을 알게 될 겁니다.
그것들은 꿈일 뿐이었어요.
그리고 당신은 장애물 한계들은 놓아 보내고, 남는 것은 무한한 당신입니다.
그리하면 당신은 완전히 깨달고 완전히 자유롭습니다.
우리는 실제로 항상 완전히 깨달아 있습니다.
우리는 깨달지 못했다고 말을 하는 '완전히 깨달은 존재'입니다.

그러므로 우리가 할 일은 단지 <우리가 아닌 것>들을 놓아 보내는 것이고, 남는 것은 '완전히 깨달은 존재인 우리 자신'입니다.

여러분들은 제가 한 말을 지적으로는 이해했을 것이지만 그것을 사용하지는 못하고 있습니다.

왜냐하면 여러분은 스스로를 정직하게 신뢰하면서 살펴보지 않기 때문입니다.

그러는 과정에서 당신이 보지 않는 것들을 무의식으로 설정해 놓고 있죠.

그러나 이러한 무의식을 파헤치는 것이 필요한 것은 아닙니다.

실제로는 마음을 고요히 하는 게 훨씬 더 낫습니다.

우리가 마음을 완전히 고요하게 할 수 있을 때 남아 있는 것은 무한한 존재입니다.

모든 생각 하나하나는 한계 지워진 것입니다.

그러므로 우리가 마음을 고요히 할 때, 우리는 한계 지워진 이 생각들을 고요하게 하는 것이고, 이 무한한 존재가 우리에게 스스로 모습을 분명하게 드러냅니다.

우리의 참자아는 한계 지워진 생각들에 의해 가리워지지 않습니다.

우리는 그것을 분명하게 보고, 우리는 결코 마음과 몸이 아니었다는 것을 알게 됩니다.

그리고 그 순간부터 몸과 마음은 우리에게 결코 영향을 미치지 못하게 됩니다.

그러므로 가장 뛰어난 방법은 마음을 고요하게 해서 당신 자신의 존재를 바로 보는 것입니다.

'나는 누구인가?(나는 무엇인가?)'라는 질문을 해보십시오.

그리고 다른 생각이 일어나면 물어보세요.

"누구에게 이 생각이 일어나지?"

대답은 "나에게"일 것입니다.

"그렇다면 그 나는 누구지?"

이렇게 당신은 다시 트랙 위로 올라가서는 자신을 찾게 됩니다.

"나는 누구인가?"는 모든 사람이 대답을 해야 하는 마지막 궁극의 질문입니다.

그러니 이 궁극의 질문으로부터 시작을 해야 하지 않겠어요?

마음을 고요히 하고 당신이 누구인지를 보세요. 무한한 존재인 당신을!

"나는 스스로 존재하는 자이다.",

"내가 바로 그 (神)이다." 라는 긍정적인 선언을 하세요.

이것은 아주 빠릅니다.

세상은 단지 우리가 정신적으로 창조해낸 환상에 불과합니다.
그것은 밖에 있는 것이 아니라 우리 안에 - 우리 마음 안에 있는 것입니다.
언젠가 당신은 당신이 보고 있는 전우주를 당신이 창조해냈다는 것을 알게 될
것입니다.
세상을 창조하는 방법은 첫째로 마음이라 부르는 것을 창조함으로써입니다.
우리는 우리의 마음을 만들어 내었는데 그것은 단지 우리들의 생각들 - 의식
적인 그리고 무의식적인 생각들의 조합에 불과합니다.
그리고 그 생각들이 물질세계를 창조해 냅니다.
우리 모두에게 일어나는 사소한 일들 하나하나도 우리의 생각 안에서 창조된
것입니다.
우리는 정신적으로 시간이라 불리우는 것을 창조했는데, 이 시간이 '지금 생각
하는 것'과 '일이 일어나는 것'의 간격을 만들어 내어 사실을 보기 더욱 어렵
게 만들었습니다.
유일한 창조자는 바로 마음 당신의 마음입니다.
하느님은 창조자입니까?
그렇습니다. 왜냐하면 당신이 창조자이니깐요. 당신이 그것입니다.
당신은 마음을 설정했고 그 마음이 모든 것을 창조합니다.
일어나는 모든 것들은 우리의 생각에 의해서 만들어진 것이라는 것을 발견하
는 것은 중요한 일입니다.
우리에게 일어나는 모든 것은 우리의 생각에 의해 창조됩니다.
이 사실은 우리가 창조자라는 것을 자각하고 깨닫는 것의 기초가 됩니다.
우선 당신은 자신이 문젯거리들을 만들었다는 것을 알게 되고, 그리하면 당신
은 '당신이 원하는 것을 무엇이든 창조해낼 수 있다는 것'을 알게 됩니다.

당신이 스스로 창조할 수 없는 것은 없다는 것을 알게 된다 하더라도 당신은
여전히 행복하지 않을 겁니다.
그 이유는 당신은 자신을 무한으로부터 분리시켰기 때문입니다.
당신의 무한함을 깨달을 때에만 당신은 '완벽하게 만족'할 수가 있습니다.
만약 문젯거리들이 여전히 남아있다면 오직 당신이 생각으로 그것들을 붙들고
있기 때문입니다.
당신이 그것들을 놓아 보내는 순간 그것들은 사라져 버리고 맙니다.
그것들을 없애려고 하는 것은 그것들을 붙드는 것과 같습니다.
우리가 없애려고 하는 것은 무엇이든 마음으로 붙들고 있는 것이고 그 문젯거
리는 여전히 지속됩니다.

그러니 문제를 해결하는 유일한 방법은 그것을 놓아 보내는 겁니다.
문제들에 초점을 맞추지 말고 당신이 원하는 것에 초점을 맞추세요.
이제부터 당신이, 당신이 원하는 것만을 본다면 당신은 원하는 것을 얻게 될 겁니다.
하지만 당신은 이제껏 원하지 않는 것을 마음에 붙들고 있었어요.
당신은 마음에서 당신이 원치 않는 것들을 없애려 애를 써왔죠.
하지만 그렇게 함으로써 오히려 그것들을 붙들고 있었던 거랍니다.
그러니 당신이 만약 긍정적이고 행복한 삶을 원한다면, 부정적인 것들을 그저
놓아 보내고 그 자리에 '긍정'을 심으세요.
이러한 주제는 마음을 통해서 지적으로 배울 수 있는 게 아니랍니다.
왜냐하면 이것은 마음의 뒤편에서 인지되기 때문이죠.
우리는 마음을 이용해서 한계들을 점차 되돌릴 수가 있고 그렇게 하다보면 마
음이 점점 고요해져서 마음의 뒤편에 도달할 수가 있어요.
우리 각자는 이것을 경험하고 깨달아야만 합니다.
마음의 뒤편으로 가서 거기에 있는 것을 알아차림으로써 그것을 실현해야만
합니다.

가장 지고의 상태는 단순히 존재하는 것입니다.
그리고 우리가 그저 존재할 수만 있다면 우리는 '우리의 무한함'을 볼 수 있습니다.
우리는 거기에서 아무런 한계를 볼 수가 없을 겁니다.
우리는 우리가 모든 것이라는 것을 보게 될 겁니다.
우리는 완벽하게 만족하고 영원히 변함없는 상태에 있습니다.
그리고 그것은 아무것도 없는 공허나 지루함이 아닙니다.
그것은 모든 것이고, 하나됨이며, 영원하고 완전한 만족입니다.
당신은 결코 결코 당신의 개인성을 잃지 않습니다.
당신이 당신의 개인성으로 사용하는 "나"는 결코 당신을 떠나지 않습니다.
그것은 확장되어 갑니다.
당신이 자신이 누구인지를 기억하게 됨에 따라 일어나는 일은 당신이 다른 이
들을 당신으로 보게 되고 나를 당신으로 보게 되고 당신은 여기에 존재하며
항상 그리고 언제나 영광스러운 무한이라는 것을 알게 된다는 겁니다.

당신의 마음을 들여다보세요.
그것은 그 자체로 좋은 훈련입니다.
마음은 당신을 그것으로부터 분리시켜 놓았습니다.
당신은 이제 그것을 지켜봅니다.

당신의 생각을 지켜봅니다.

이것은 멋진 일입니다.

당신이 당신의 마음을 철저히 조사한다면 당신은 마음이라는 게 존재하지 않는다는 것을 그것이 환상이라는 것을 알게 됩니다.

마음은 그저 스스로 흘러가게 놓아 주세요.

단지 지켜보기만 하세요.

궁극의 주시자는 바로 참자아입니다.

마음을 그저 지켜보기만 하는 것은 어마어마한 일입니다.

이것은 마음을 고요하게 해줄 뿐 아니라, 마음이 당신이 아니라는 것을 알게 해줍니다.

당신이 마음의 근원을 거슬러 올라감에 따라 당신은 그것이 아무것도 아니라는 걸 알게 됩니다.

세상 전체가 꿈속의 환상이고 이것은 곧 세상은 존재하지 않는다는 것을 의미합니다.

16. 이제는 삶에서 기쁨을 창조하세요.

살면서 겪는 많은 이슈들은 사실은 '나'가 아니에요.

'나'와의 동일시를 통해 '나의 것'이라고 붙들고 있지만 생명의 실상은 아니고, 단지 삶의 상황이 그렇다는 것일 뿐인데 우리가 생각의 함정에 갇혀있음일 뿐입니다.

전개된 똑같은 상황에서도 진짜 자기(眞我)인 기쁨과 가짜 자기(假我)인 고통에서 어디에다 채널을 맞출 것인가에 의해 '불행 끝, 행복'을 선언하세요!

우리는 무지에 고통을 창조하는 데 익숙해져 있었어요.

우리의 본래 모습은 행복이지만 그동안 고통 받아왔던 거죠.

고통은 피할 수 없는 것이다. '업보다. 윤회다'라고 생각하고 있지 않으신가요?

좀 더 깨달은 예고가 되면 그냥 내려놓고 순복하라고 하면서도 고통에 자유롭지 못하고, 오히려 고통을 은근히 즐기는 것처럼 고통에 무기력한 경우를 많이 볼 수 있어요.

아픈 기억을 잊어야 한다, 고통에서 해방되어야 한다, 병을 치유하여야 한다고 바람을 이야기하면서도 초점이 앞부분의 부정적인 생각에 맞추어져 있기 때문에 어두운 이미지가 항상 따라 다니게 되는 거죠.

이제는 기쁨을 창조하는 쪽으로 주파수를 맞추도록 하세요.

마음의 포커스를 밝은 이미지로 가져가도록 하세요.

지금 내가 고통 받고 있다 해도 실제로는 '고통 받고 있지 않은 내'가 있습니다. 병들어 있다 해도 아픈 몸이 내가 아닙니다.

나는 원래가 기쁨이요 행복입니다.

나는 완벽하며 이미 주위의 사랑으로 충만합니다.

내가 깨어 있으면 잠재의식의 부정적인 생각이 더 이상 나를 지배하지 않게 되고, 참자아를 발견하여 내가 바로 존재하는 자임을 알게 됩니다.

내가 바로 기쁨과 평화를 창조하는 자임을 알게 됩니다.

내가 바로 무한한 능력과 무한한 지혜와 무한한 풍요를 누리는 자임을 알게 됩니다.

나를 한계 속에 가두어두는 생각의 흐름이 쉬고 고요함 속에 들어가면 우리의 본성인 무한의 존재인 참자아만이 남게 됩니다.

단지 한 생각만으로 우리는 누구나 원하는 것을 즉시에 이를 수가 있습니다.

다만 "우리가 그것을 할 수 없다."하고 "우리는 궁극적인 한계를 가지고 있다."

고 하는 뿌리 깊은 잘못된 믿음 때문에 그렇게 실천하지를 못해왔던 것일 뿐 이랍니다.

우리가 안으로 들어갈 때 우리는 행복이 거기에 있다는 것을 발견하게 됩니다.

우리가 행복을 발견할 수 있는 유일한 장소는 바로 우리자신 안입니다.

거기가 바로 행복이 있는 곳입니다.

우리가 행복을 바깥에 있는 - 외부의 사람이든 - 무언가에 의지할 때마다 우리는 더욱 고통스러워지게 됩니다.

이 견해에 반대할 사람은 없을 겁니다.

당신이 이 사실을 충분히 경험하고 충분히 연륜이 쌓이고, 이것을 탐구해 본다면 이것의 진실을 발견하게 될 것입니다.

우리가 찾고 생각하는 행복이 우리 밖의 어딘가에 있다면 그것은 행복이 아닙니다.

슬픔이 없는 행복은 단지 안으로 들어감으로써만 발견할 수 있습니다.

이것이 Point number one입니다.

이제 point number two는 우리가 찾고 있는 가장 큰 행복은 다름아닌 우리 자신의 존재 그 자체인 자아입니다.

우리의 가장 기본적이고 타고난 본성이 바로 우리가 찾고 있는 그것이며 그것은 지금 여기에서 우리의 것입니다.

우리는 우리가 찾고 있는 행복이며, 우리가 그것을 밖에서 찾는 한 거기에서는 행복을 발견할 수가 없을 것입니다.

안을 들여다 볼 때 우리는 우리 자신의 자아가 우리가 스스로 부여한 한계들에 조금도 영향을 받지 않음을 알게 됩니다.

완벽하고 현존하며 기쁨이며 영원하고 무한한 존재와 직접적으로 접촉하지 않는 사람은 우리 중 아무도 없습니다.

우리 중 그것과 지금 바로 이 순간 직접적으로 접촉하지 않고 있는 사람은 아무도 없습니다.

그러나 잘못된 교육과 추론을 통해 그리고 나이가 들어가면서 스스로에게 한계를 지우는 관념들 때문에 밖으로 추구함으로써 우리는 우리의 눈을 흐리게 하고 말았습니다.

우리는 이 무한한 존재 위에 "나는 바로 이 몸이다.", "나는 바로 이 마음이다.", "이 물질적인 몸과 마음으로 인해 나는 문젯거리들과 고통들을 잔뜩 짊어지고 있다."라고 하는 관념을 덮어씌우고 말았습니다.

그러므로 우리 자신이 한계가 없는 무한한 존재라고 하는 진실을 발견하기 위해 우리는 마음을 고요하게 하고 마침내는 마음을 풀어 보내야 합니다.

오직 이렇게 할 때에만 우리는 그것을 성취할 수가 있습니다.

저는 우리 모두가 관심이 있는 그것에서부터 시작하고 싶어요. 좋죠?

우리의 주제에 관해 내가 가장 좋아하는 단어는 바로 행복입니다.

우리 모두가 추구하거나 찾고 있는 것은 바로 행복일 겁니다.

그렇죠?

그리고 당신이 신이나 당신의 진정한 자아를 발견하게 된다면 그게 바로 궁극의 절대 행복일 겁니다.

우리가 완전한 진실, 궁극의 진실을 추구하고 발견하게 된다면 그 역시 궁극의 절대 행복이라는 것을 알게 될 겁니다.

우리 모두는 우리 자신에게 가장 좋은 것을 찾고 있어요.

그리고 우리에게 가장 좋은 것은 역시 궁극의 절대 행복이겠죠.

모든 존재는 자유를 찾고 있으며, 완전한 자유 혹은 해탈은 궁극의 절대 행복 바로 그것입니다.

그러니 결국 신, 선, 진실, 해탈, 자유, 진정한 자아는 궁극의 절대 행복과 같은 것이죠.

그리고 모든 사람들은 신, 선, 진실, 해탈, 자유, 진정한 자아를 찾고 있습니다. 그것을 찾지 않는 사람은 없어요.

우리와 다른 사람들과의 유일한 차이점은 우리는 우리가 행복이 있는 방향을 향해서 그것을 의식적으로 찾고 있다는 것이고, 다른 사람들은 그들이 갈구하고 있는 완전한 행복을 결코 찾을 수 없는 이 세상에서 눈을 감은채로 행복을 찾아 더듬고 있다는 것이죠.

우리는 행복을 직접 찾고 있습니다.

우리는 행복이 있는 바로 그곳을 찾고 있죠.

우리는 안으로 들어갑니다.

모든 사람들이 지속되고 계속되며 슬픔이라고는 없는 영원한 행복이든 뭐든 그런 것을 찾고 있어요.

그리고 우리는 그것을 발견하게 될 때까지는 결코 만족할 수가 없어요.

모든 사람들이 우리가 지금 찾고 있는 것을 찾고 있습니다.

그들과 우리의 유일한 차이점은 그들은 그것을 밖으로 나가 이 세상에서 찾고 있고 결국은 좌절하게 될 거라는 것과 반면에 우리는 우리의 안으로 들어가는 점점 더 행복해지게 될 것이라는 겁니다.

17. 마음

마음이란 하나임이 쪼개어지고 나와 관련된 수많은 부분들로 분리된 것으로 상상하기 위해 당신이 만들어낸 도구입니다.

마음이란 단순히 모든 생각들의 모임에 지나지 않습니다.

마음은 습관적입니다.

무의식적인 마음이란 단지 우리가 지금 현재 보고 있지 않은 생각들에 지나지 않습니다.

바로 이 무의식적인 마음이 우리를 내몰아 습관의 희생자로 만들고 있습니다.

우리의 무한함을 깨닫지 못하게 하고 표현하지 못하게 하는 것은 단지 이 마음일 뿐입니다. -의식적인 마음과 무의식적인 마음-

우리가 만약 우리의 무한한 본성을 표현하고자 한다면 우리는 단지 마음을 넘어섬으로써 그렇게 할 수가 있습니다.

우리가 마음 뒤편의 영역에 도달하면 우리는 생각 없이도 직관적으로 활동할 수가 있고 우주 전체와 조화를 이루게 됩니다.

요체는 마음을 고요히 하는 것입니다. 마음을 고요히 하십시오.

그리하면 당신의 무한함이 바로 거기에 있다는 것을 알게 될 것입니다.

단지 마음을 완전히 놓아 보내십시오.

그리고 남아 있는 것은 당신의 무한한 존재입니다.

그것은 전지하고 전능하며 모든 곳에 편재하는 것입니다.

우리가 모든 에너지를 마음을 고요히 하는데 집중할 수 있다면 우리는 곧 깨달을 것입니다.

위대한 영혼과 함께 있을 수 있다면 마음은 즉각 고요해집니다.

당신이 마음을 고요하게 하면 할수록 당신은 더욱 참자아를 느낄 것이고 더 기분이 좋아질 것입니다.

당신의 마음이 고요해지는 것만큼 당신은 기분이 좋아집니다.

마음이 사라지고 나면 거기에는 참자아가 있습니다.

참자아가 있는 곳에는 마음이란 없습니다.

마음이란 단지 우리의 근원인 참자아에서 반사된 의식에 불과합니다.

마치 달빛이 태양의 빛에 반사된 것인 것처럼 말입니다.

달빛이 있는 동안은 사물을 비춰주는 쓸모가 있겠지만 태양이 떠오르면 그것은 아무 쓸모가 없게 됩니다.

비록 태양이 떠 있는 동안에도 달은 여전히 하늘에 있지만 그것은 희미하고

별 쓸모가 없습니다.

이와 마찬가지로 참자아의 빛이 비출 때면 마음은 쓸모가 없어집니다.

당신의 마음은 당신의 참자아를 육신-세상과 동일시하기 위해 사용되는 도구입니다.

당신이 자신을 몸-마음과 동일시하지 않는다면 당신의 몸도 당신의 생각도 당신에게 어떠한 영향도 미칠 수가 없습니다.

그러므로 당신이 잠들 때 몸과 마음과의 동일시가 떨어져 나가므로 당신에게는 어떠한 문젯거리도 고통도 없습니다.

명상 중에 우리는 마음을 가라앉히게 되고 참자아의 평화를 느끼게 됩니다. 이것이 출발점입니다.

마지막 도착점은 마음이 완전히 용해되는 것입니다.

이 마지막 과정은 마음이란 참자아에서 분리된 것이 아니라 단지 참자아의 환상의 부산물에 불과한 것임을 깨달음을 통해서 이루어집니다.

이러한 꿈-환상에서는 생각이라 불리우는 것이 존재하는 것처럼 보입니다.

그리고 생각이 모든 물질(문젯거리)의 원인이 됩니다.

당신의 상상 속에서 당신은 각본을 쓰고 드라마의 줄거리와 배우와 관중들을 스크린에 투사했습니다.

그리고 이것이 단지 당신의 상상. 마음이 만들어낸 것일 뿐이라는 사실을 망각했습니다.

이러한 사실을 발견하시고 절대 진실을 찾아내십시오.

이 세상과 우주란 단지 정신적인 혼합물일 뿐입니다.

마음이 완전히 가라앉아 버리는 것이 깨달음입니다.

이것을 성취하는 데에는 2가지 방법이 있습니다.

한 가지는 마음이 무엇인지를 깨닫는 것인데 마음이 환상이란 것을 알게 되면 그것은 자연스럽게 가라앉아 버립니다.

또 한 가지는 당신의 참자아에 집중함으로써 당신을 알게 되면 마음이 또한 가라앉습니다.

완전히 마음이 가라앉아 버린 것이 완전한 깨달음입니다.

생각이 계속해서 되돌아와서 세상을 떠돌아다니는 이유는 당신이 이 세상이 실재하는 것이라고 믿기 때문입니다.

하지만 이러한 믿음에도 불구하고 깨달음은 가능합니다.

마음이 산란해지는 것은 참자아보다는 세상의 것들을 더 원하기 때문입니다.
당신의 참자아에 더욱 마음을 붙들어 매십시오.

세상을 바라보지 마시고!

생각이란 무언가를 충족시키기를 원하는 결핍이라는 상상입니다.

모든 생각은 전혀 진실이 아닙니다.

이것은 간단한 것입니다.

당신이 생각을 단지 넘어서기만 한다면 당신의 모습인 무한함이 명백하게 드러날 것입니다.

당신은 마음을 고요하게 하기 위해 마음을 사용합니다.

당신은 마음을 고요하게 하려는 결심을 사용할 필요가 있습니다.

당신이 마음을 집중하기 시작할 때 당신은 마음을 넘어서기 시작하는 것입니다.
일단 마음이 무엇인지 알게 된다면 당신은 더 이상 마음에 종속되어 있지 않을 것입니다.

마음의 힘이란 산란되지 않고 한 가지의 생각이 집중할 수 있는 능력입니다.

집중된 마음이 없다면 앞으로 많이 나아가지 못합니다.

이리저리 돌아다니고 산란해진 마음은 수많은 생각들의 형태로 우리의 에너지를 허비하게 만듭니다.

한 생각만을 붙들고 있으면 에너지가 덜 소모되고 더욱 충만해질 것입니다.

이 충만한 에너지를 참자아로 향하게 하면 당신의 참자아가 드러날 것입니다.

당신이 이렇게 할수록 당신의 집중은 더욱 강해질 것이고 당신의 참자아에 안주하는 것은 더욱 쉬워질 것입니다.

처음에는 참자아를 추구하는 마음이 아주 긴 인터벌을 가진 채 간헐적으로 나타날 것입니다.

하지만 계속 나아감에 따라 그 간격은 점차 줄어들 것입니다.

마지막에 가서는 마음은 계속해서 이것을 추구하게 되고 거기에서 벗어나지 않게 될 것입니다.

마음의 힘은 거의 무한합니다.

오직 한 생각만이 있게 될 때 우주의 모든 힘이 바로 거기에 있습니다.

산란한 생각들이 이 위대한 것들을 멀리하게 합니다.

고요해진 마음은 그것에 문을 활짝 열어놓게 됩니다.

마음이 고요해질수록 당신은 더욱 평화롭게 됩니다.

마음은 결코 참자아를 발견할 수가 없는데 왜냐하면 마음이란 참자아를 덮어 씌

우는 덩개이기 때문입니다.

오직 마음을 렛고우했을 때 참자아를 만날 수가 있습니다.

당신의 마음을 참자아가 분명하게 보일 정도로 충분히 고요하게 한다면 당신은 참자아로 하여금 마음을 렛고우하게 할 수가 있습니다.

당신이 아닌 것을 내려놓는 것이 바로 성장입니다.

가장 어려운 부분이 무의식적인 마음입니다.

우리는 사물들과 무의식적인 마음을 묶어놓았고 그것을 무의식에 저장하고서는 열쇠를 멀리 던져버렸습니다.

우리가 만약 우리의 무의식을 온전히 의식할 수 있다면 우리는 완전히 깨닫게 될 것입니다.

모든 마음은 거의 똑같이 제한된 지성을 사용하고 있습니다.

모든 사람들이 이 지성을 자신의 욕망을 충족시키는데 사용할 수 있다고 믿는 그만큼만 사용하고 있습니다.

만약 그들이 자신의 정신적인 한계란 단지 자신의 예고가 설정한 것일 뿐이라는 것을 알게 된다면 그 한계들을 놓아 보내줄 것입니다.

그리하면 그의 지성은 그가 한계를 알지 못할 정도로 높아지게 될 것입니다.

우리 모두는 똑같은 마음을 사용하고 있는데도 불구하고 다른 사람의 마음을 읽지 못하는 것은 우리가 우리의 이 자그마한 자아에 너무나 주의를 기울이고 있기 때문입니다.

모든 사람이 무의식적으로 다른 사람들의 생각을 읽고 있으면서 그것이 자신만의 생각이라고 착각하고 있습니다.

모든 마음들은 서로서로 영향을 미치고 있습니다.

고양된 마음은 높은 수준의 마음들과 동조를 이루고 있습니다.

저열한 마음은 낮은 수준의 마음들과 동조를 이루고 있습니다.

마음은 들러붙기가 쉬운 것이라 즉각 전염이 됩니다.

생각은 한계의 메카니즘입니다.

마음이 가지고 있는 유일한 지성은 당신이 그것에 부여한 것일 뿐입니다.

생각들은 우리가 행복할 수 있는 능력을 질식시키고 있습니다.

모든 생각은 현실화됩니다.

사람이 가질 수 있는 새로운 아이디어에는 한계가 없습니다.

사람은 생각하는 것 바로 그것이 될 수가 있습니다.

당신은 당신의 마음을 고요하게 하기 위해 마음을 사용합니다.

당신이 명상을 할 때 한 가지 생각을 붙들고 있으면 다른 생각들은 떨어져 나갑니다.

마음은 항상 외부의 지식을 구하려 합니다.

그것을 안으로 돌리세요.

내면으로 마음을 돌리고 완전한 깨달음을 얻으십시오.

에고-마인드는 살아남으려고 애를 쓰면서 당신의 주의를 밖으로 향하게 하려고 온갖 짓을 다할 것입니다.

마음은 에고의 부분 즉 한계의 부분이기 때문에 결코 궁극의 해답을 줄 수가 없습니다.

참지식은 상대적인 지식에 불과한 생각 바로 뒤편에 있습니다.

상대적 지식이란 다름 아닌 무지입니다.

마음 뒤편에 있는 참자아가 발견되면 당신은 마음이란 것이 한계 지워진 것이란 것을 알게 되고 마음을 자연스럽게 놓아 보내주게 됩니다.

이 행성을 움직이는 마음이 있습니다.

태양계를 움직이는 마음과 이 우주 전체를 움직이는 마음이 있습니다.

이 모든 마음들이란 단지 환상에 지나지 않습니다.

당신의 마음을 제외하고 도대체 어디에 세상이란 게 있습니까?

당신의 마음이 가라앉을 때 세상이란 게 있던가요?

세상에 대한 생각이 세상을 만들어낼 뿐입니다.

이 딱딱한 물질 우주는 단지 당신이 정신적으로 딱딱한 물질적 우주라고 말하는 당신의 생각일 뿐입니다.

당신의 마음이 절대적으로 확신하는 것은 무엇이든지 즉각 물질화됩니다.

마음은 무엇이든지 할 수가 있습니다.

우리가 지성과 추론을 가지고 할 수 있는 가장 큰 것은 첫째로 그것의 한계를 자각하는 것이고 둘째로 참자아를 찾으려는 것을 돕게 하는 것입니다.

모든 생각은 고통 그 자체입니다.

생각의 파장이 완전히 고요해지면 더 이상 고통이란 없습니다.

모든 생각은 기쁨을 추구하고 고통을 회피하고자 하는 것에 기인합니다.

모든 집착과 싫어함을 내려놓는 것은 바로 당신의 모든 생각을 내려놓는 것과 같은 것입니다.

생각과 욕망은 같은 말입니다.

우리가 현재 자각할 수 있는 유일한 것은 우리의 생각밖에는 없죠.

우리가 밖으로 볼 수 있는 모든 것은 단지 우리의 마음일 뿐입니다.

당신이 진정으로 바라는 것은 결코 잊지 않겠죠?

항상 마음에 있을 겁니다.

당신의 참자아를 알게 되기를 진심으로 진심으로 바라십시오.

마음은 아스트랄체와 원인체의 두뇌(집약체)입니다.

당신이 어디에 있든 마음을 고요하게 할 수가 있습니다.

당신이 마음을 고요하게 하는 거기가 바로 당신이 있는 곳입니다.

마음을 더 이상 상관하지 않는다면 마음은 더 이상 마음 쓸 필요가 없게 될 것입니다.

마음이 시끄러운 것이 아닙니다.

단지 당신이 너무나도 고요해져서 그것이 얼마나 시끄러운 것인지를 알게 될 뿐입니다.

생각을 벗어난다면 모든 것이 아무런 힘도 들이지 않고 완벽하게 들어맞고 조화롭습니다.

마음이 고요해짐에 따라 첫째로 어느 정도의 안정감이 찾아오게 되어 소유하고자 하는 느낌이 줄어들게 됩니다.

존재하기 위해서 무언가를 소유할 필요가 점점 줄어들게 되는 거죠.

좀 더 깊은 안정감을 느낌에 따라 자신이 무언가를 한다는 <행위자>라는 느낌이 줄어듭니다.

진정한 행위자는 더 높은 힘이고 우리는 점점 자기가 한다는 느낌이 줄어들고 단지 존재하기 위해서 해야 할 일도 점점 줄어듭니다.

마침내 항상 뒷배경에 있었던 참자아가 들어와서는 모든 것을 떠맡게 되고, 당신은 이제 더 이상 필요한 것은 없고 가져야 하거나 해야 할 일이란 없고 단지 존재하기만 한 것으로도 충분하다는 것을 알게 될 것입니다.

마음을 쓰지 마시고 전지함을 사용하세요.

우리의 목표는 마음을 완전히 내려놓는 것입니다.

생각이 없다면 마음도 없습니다.

마음은 생각들에 지나지 않습니다.

당신이 마음을 내려놓으면 남아 있는 것은 전지함입니다.

당신은 당신이 찾아 온 바로 그 전지한 존재입니다.

단지 마음에 가려져 있었던 거죠.

세상에 대한 집착에서 벗어나 오직 참자아에 중심한 마음은 그 자체로 해탈입니다.
명상의 깊이는 마음이 얼마나 고요한가 하는 것입니다.

우리가 마음을 내려놓지 않고, 에고를 내려놓지 않고서는 앞으로 나아갈 수 없습니다.

우리가 마음 안을 들여다보면 볼수록 우리는 고요해집니다.

마음이 고요한 그곳에 바로 참지식이 있습니다.

마음을 완전히 아는 것이 바로 완전한 깨달음입니다.

모든 생각들 중에서 가장 최초의 생각은 “나는 분리된 개인적인 존재다.”라는 생각입니다.

그, 그녀 혹은 그것이 있기 위해서는 먼저 나라는 것이 있어야 합니다.

그래서 우리는 분리된 나라는 것을 만들어 내었고 다른 것들을 만들었죠.

최초의 분리된 ‘나’라는 생각이 없다면 다른 생각들도 있을 수가 없습니다.

이것이 첫 번째 기본적인 착각이었습니다.

나는 분리된 개인적인 존재라는 생각 말이죠.

만약 내가 분리된 존재라면 거기에는 그, 그녀 혹은 그것이라는 다른 것들이 있어야만 하죠.

그리고 당신은 그 하나임을 당신이 그것에서 분리된 개인이 됨으로써 나누었습니다.

생각은 처음에는 그 하나임을 나누고 당신을 분리해 내었고 그리고는 수많은 존재들과 사물들을 만들고 이것들 사이의 관계를 창조해내었습니다.

이것들은 모두 당신의 생각들입니다.

이게 전부입니다.

이 생각들을 다 놓아 보내고 남는 것은 당신 자신인 무한하며 영원하고 영광스럽고 기쁨 그 자체이며 고요함입니다!

마음의 근원을 찾아본다면 당신은 그것이 자신의 참자아라는 것을 알게 될 것입니다.

마음으로부터 마음을 돌려 본다면 그것이 스스로 비밀을 드러낼 것입니다.

단 한 가지 생각에만 마음을 집중한다면 나머지 다른 생각들은 떨어져 나가게 됩니다.

그러고 나서는 이 한 생각마저 떨어뜨리세요.

호흡을 가다듬는 법을 배우신다면 자동적으로 마음을 가다듬는 것도 배우시게 될 겁니다.

에고를 즉각 내려놓으세요.

에고-생각이 모든 생각들을 만들어내는 원인이 됩니다.

에고란 참자아를 몸-마음과 동일시하는 것입니다.

그 마음을 하느님에게 온전히 바치십시오.

감각되는 모든 대상을 넘어서면 마음은 용해되어집니다.

그리하면 남는 것은 오직 절대 주체입니다.

마음은 그것이 실재가 아니라 단지 겉보기에만 존재하는 듯이 보이는 환상이며, 당신의 참자아에 근원을 두지 않으면 존재할 수 없는 것이란 것을 깨달음으로써 마음은 영원히 사라질 것입니다.

오직 절대 주체만이 있고 더 이상은 대상이 존재하지 않게 될 때 거기에 참자아가 있습니다.

18. 마음과 물질

우리가 이야기하는 주제는 행복입니다.

우리가 찾고 있는 행복이라는 것이야말로 우리 각자의 무한한 존재라는 이해에 도달하면 행복 그리고 그것에 따라오는 모든 것들 -신·깨달음·지혜·이해-은 모두가 같은 것이 됩니다.

그리고 우리가 이것을 깨닫게 될 때 우리는 이러한 내적 존재를 더욱 더 많이 알아내려고 하게 되고, 마침내는 우리가 이것을 온전히 그리고 오직 이것만을 보게 될 것입니다.

그리고 이렇게 할 때 궁극의 행복은 영원히 자리 잡게 될 것입니다.

그리고 이 행복과 함께 불멸, 한계 없음, 흔들리지 않는 평화와 완전한 자유 그리고 우리가 찾고 있는 모든 것이 올 것입니다.

우리 자신인 이 내적 존재에게 이르는 길은 우리의 주의를 내면으로 돌리는 것입니다.

우리는 처음에는 우리의 마음이 무엇인지 알게 되기까지 마음의 뒤편에 초점을 맞추게 됩니다.

그러고 난 다음에는 우리의 주의를 우리의 참자아에 초점을 맞추어 마침내는 우리의 본연의 모습을 보게 됩니다.

우리의 본연의 모습인 무한한 참자아는 단순히 우리에게서 마음을 빼버린 것과 같습니다.

그 마음이란 것은 우리의 참존재를 덮어씌운 한계 지워진 부속물에 지나지 않은 것이고 모든 생각은 한계 지워진 것이고(우리는 수백만 가지의 한계 지워진 생각을 가지고 있죠.) 이것이 우리 자신의 참모습인 무한한 존재를 보지 못하게 하고 있었습니다.

그리고 우리가 우리의 주의를 안으로 돌림으로써 우리는 이 모든 것을 발견하게 될 겁니다.

우리가 이렇게 한다면 우리는 자연스럽게 이 모든 한계들을 놓아 보낼 것입니다. 그리하면 우리는 우리가 항상 그래왔고 지금도 그러하며 앞으로도 그러할 이 무한한 존재라는 것을 알게 됩니다.

우리가 마주하는 가장 큰 장애물은 무의식적인 마음입니다.

무의식은 매일매일 우리를 자동적으로 몰아세우는 한계 지워진 생각으로 가득 차 있습니다.

그리고 우리는 이러한 습관적인 무의식적인 생각들을 너무나도 강하게 만들어

놓았기 때문에 우리가 내면으로 향해야겠다는 자각을 하더라도 무의식적인 생각들이 꽤 오래(심지어는 평생 동안) 우리가 그것을 극복하는데 성공하기 전까지는 우리를 조종하려 들 것입니다.

우리는 이러한 생각들을 인생에서 진정으로 원하는 것에 대한 생각으로 극복할 수가 있습니다.

그리고 이런 식으로 우리는 마음의 마스터가 될 수가 있고 생각들을 다룰 수가 있게 되어 마침내는 우리가 원하는 생각만이 우리의 행동을 결정하게 할 수가 있습니다.

그리하면 우리는 마음에 무언가를 할 수가 있는 위치에 있게 되어 우리는 마음을 넘어서기 시작합니다.

우리는 마음을 넘어서고 마음을 떨어뜨릴 수가 있습니다.

우리는 그것을 놓아 보내는 거죠!

그리고 우리가 진정으로 우리 자신이 순수하고 무한하며 한계 없는 완전히 자유로운 존재임을 알게 될 때 행복은 완전해집니다.

우리가 갈 방향은 내면으로 들어가는 것입니다.

탐구하고 명상하여 마음을 충분히 고요하게 하면 우리는 우리 자신인 무한한 존재를 볼 수가 있습니다.

우리가 나아갈 첫 번째 단계는 우리가 물질(물질에는 몸도 포함되죠)의 마스터라는 사실을 자각하는 것입니다.

두 번째 단계는 우리가 마음의 마스터가 되는 것입니다.

그리고 우리가 진짜로 마음의 마스터가 될 때, 우리는 마음을 렛고우할 수가 있게 되고 전지(全知)와 앎의 영역에서 움직이게 될 것입니다.

그리하면 우리는 우리 자신인 무한한 존재를 완전히 자각하게 되고 우리는 궁극의 행복에 있게 되는 것이죠.

우리는 의식적으로 물질을 통제하는 첫 번째 단계로부터 시작해야 합니다.

우리가 자각을 하든 하지 않든 모든 사람은 항상 물질을 컨트롤하고 있습니다.

우리가 원하든 원하지 않든 항상 창조자가 되지 않는 것은 불가능합니다.

모든 사람이 매일 창조를 하고 있습니다.

우리가 그 사실을 잘 살펴보지 않기 때문에 그것을 자각하지 못할 뿐입니다.

우리는 우리가 가진 모든 것을 매일 창조해 왔습니다.

모든 생각 하나하나가 이 물질 세상에서 물질을 만들어 냅니다.

물질화 하지 않는 생각을 하기란 불가능합니다.(우리가 그것을 되돌릴 때를

제외하고는)

우리가 만약 한 생각을 한 후에 똑같은 힘을 가진 정반대의 생각을 한다면 우리는 그것을 중화시킬 수가 있습니다.

하지만 중화되거나 되돌려지지 않은 모든 생각은 미래에 현실로 나타날 것입니다. 즉각적이진 않더라도 말입니다.

그러니 우리는 우리가 그렇게 하고 있다는 것을 의식하지 못한 채로 항상 이러한 현시를 이루려고 애를 쓰고 있습니다.

우리가 해야 할 일은 그것을 의식적으로 하는 것입니다.

모든 사람이 자신의 인생에서 가지는 모든 것이 바로 이러한 현시입니다.

우리가 이전에 언젠가 생각을 하지 않았다면 어떤 것이 우리의 경험에 들어올 수가 없습니다.

당신의 생각의 총합이 어떤 것인지 보고 싶다면 주위를 둘러보세요.

그 생각들이 정확하게 지금 이 순간 당신이 가지고 있는 것들을 결정했습니다.

바로 당신의 결정입니다!

만약 그것이 마음에 드신다면 그것을 유지하세요.

마음에 들지 않으신다면 생각을 다시 바꾸세요.

당신이 진정으로 원하는 방향으로 생각을 집중하세요.

그 생각들이 무의식적인 생각들을 지배할 때까지요.

당신이 조그만 것들을 현실화하기 시작할 때 당신은 아마도 당신이 조그만 것들만 현실화하게 되는 유일한 이유가 당신이 감히 큰 것들을 생각하지 못하기 때문일 뿐이란 것을 알게 될 겁니다.

1페니를 만들어 내는 것이나 백만 달러를 만들어 내는 것이나 정확히 똑같은 법칙 혹은 원리가 적용됩니다.

단지 마음만이 그 크기를 만들어 내는 것이죠.

1달러를 현실화할 수 있는 사람이라면 누구나 백만달러를 현실화할 수가 있어요!

당신이 1달러를 만들어 내는 방법을 충분히 자각하고 다음에는 조금 더 큰 액수로 증가시켜 보세요.

의식을 1달러짜리보다는 백만 달러에 집중해보세요.

물질세계란 단지 우리가 세상과 육신들이라 부르는 곳으로 우리의 마음이 밖으로 투사된 것에 불과합니다.

그리고 우리가 '세상이란 단지 우리의 마음이 밖으로 투사된 것' 즉 우리가 그린 그림이 밖으로 나온 것에 불과하다는 것을 깨달을 때 우리는 그것을 쉽게 바꿀 수가 있고 심지어는 즉각 바꿀 수도 있습니다.

단지 생각만을 바꿈으로써 말이죠.

그러니 다시 말하자면 모든 사람이 매순간 자신이 생각하고 있는 것을 현실화를 하고 있으며 창조를 하고 있습니다.

당신에게는 선택의 여지가 없습니다.

당신이 마음과 생각을 가지고 있는 한 당신은 창조자입니다.

자 이제 이 창조의 수준을 넘어서 가기 위해서는 우리는 마음을 넘어서야 합니다.

마음을 넘어선 바로 거기가 창조를 할 필요조차 없는 완벽함의 영역입니다.

창조를 넘어서는 더 높은 경지가 있습니다.

그것은 바로 존재의 상태이며 때로는 자각 혹은 의식의 상태라 불리웁니다.

그 상태는 바로 마음 뒤편에 있습니다.

거기는 창조를 넘어선 상태입니다.

마음의 입장에서는 창조를 넘어선 것이란 도대체 어떤 것인지 상상하기가 너무나 힘듭니다.

왜냐하면 마음이란 것은 항상 창조에만 관련이 되어 있으니까요.

마음이란 것은 우주와 세상에서 일어나는 모든 것에 있어서 창조의 수단일 뿐이니까요.

그러니 당신은 단지 창조자일 뿐인 이 마음을 붙들고서 창조를 넘어선 무언가를 상상하려고 애쓰는 것은 불가능한 일일 뿐입니다.

마음은 결코 신이 무엇인지 당신의 참자아가 무엇인지 알 수가 없습니다.

왜냐하면 당신이 당신의 참자아인 신을 알기 위해서는 마음을 넘어가야 하기 때문입니다.

당신 자신인 무한한 존재를 알기 위해서 그리고 창조를 넘어선 것이 어떤 것인지 알기 위해서는 마음을 넘어서야 합니다.

마지막 단계는 창조를 넘어서는 단계이며 이것은 변함없는 상태입니다.

창조에 있어서는 모든 것이 계속해서 변해만 갑니다.

그러므로 궁극의 진실은 거기에 머물 수가 없습니다.

그러니 우리가 원하는 것을 현실화하기 위해서 우리가 해야 할 일은 우리는 원하는 것들을 단지 생각하기만 하면 되고, 우리가 그렇게 하기만 하면 그것들을 얻게 될 것이라는 것을 자각하기만 하면 되는 것입니다.

당신이 원하는 것만을 생각하면 바로 그것을 당신은 항상 가지게 될 것입니다.

왜냐하면 마음은 오로지 창조하기만 하니까요.

엄청 심플하죠?

그렇지 않나요?

마찬가지로 당신이 좋아하지 않는 모든 것들을 창조한 것에 대해서도 책임을 지세요.

그냥 이렇게 말하세요. “오. 내가 해놓은 것들을 좀 보라지!”

당신이 스스로 마음에 들지 않은 것들을 창조했다는 것을 자각할 때 당신은 창조자의 입장에 서는 것이고, 그것이 마음에 안 든다면 당신이 해야 할 일이란 단지 그것들을 되돌려 바꾸면 되는 겁니다.

당신이 의식적으로 원하는 것을 창조함으로써 물질을 마스터하고 난 후에 당신은 마음을 마스터하게 되는 것이고 마음을 넘어서게 되는 것입니다.

질문 있나요?

Q: 아뇨. 선생님께서 전체적인 그림을 너무 잘 그려주셔서 말씀하신 모든 것을 이해할 수가 있었습니다.

Q: 제가 이제껏 들어본 것 중에 가장 완벽한 설명이신 걸요!

Q: 오늘 하루 동안 제가 보고 만난 일들이 저의 무의식적인 생각에 의해서 창조되었다고 생각해도 될까요?

Lester: 그렇습니다. 무의식적인 생각이 어려운 부분이죠.

모든 무의식적인 생각이 우리가 그것을 자각하든 그렇지 않든 활동하고 있습니다.

Q: 그럼 만약 저에게 월세를 제대로 내지 않는 임차인이 자꾸 생긴다면 이것은 부모님이나 이전의 누군가에 의해 만들어진 무의식적인 생각이겠군요?

Lester: 아닙니다. 당신을 거기에 놓으세요. 그것은 당신의 생각입니다.

Q: 좋습니다.

“이러한 습관적인 생각들이 어디에서 나올까?”하고 바라보는 것이 최상이겠군요. 그것을 봄으로써 저는 어디서 그것이 오는지를 볼 수가 있고, 나의 의식으로부터 그것을 지우고는 특정한 습관적인 생각들을 지울 수가 있는 것이죠?

Lester: 그렇습니다.

조금 더 나아가나면 그것이 어디서 오는지를 보는 것보다는 그 생각들이 다름 아닌 당신 속에 있었다는 것을 보세요.

그렇게 되면 당신이 스스로 자신에게 좋지 않은 이런 생각들을 지니고 있다는 게 얼마나 어리석은 짓인지를 알게 되고 그것을 즉각 내려놓을 수가 있는 거죠.

Q: 저도 그렇게 할 수 있었으면 좋겠어요.
전 그렇게 자동적으로 떨어져 나가지가 않거든요.

Lester: 한 가지의 주제에 대해서 한 개의 생각만 있는 게 아니라 수백만 가지의 생각이 있습니다.
이런 말을 하고 싶진 않지만 당신이 수백만 년의 세월동안 쌓아 놓은 수백만 가지의 생각이 있어요.

Q: 만약 나의 삶에 무언가가 자꾸 반복해서 일어나는 일이 있다면 예를 들어서 어떤 일을 이루는 것을 미룬다든지 하는 그런 것들은 순전히 저의 의식인가요?

Lester: 그렇습니다.

Q: 그리고 부동산 업자들이 하는 게 다 그렇지! 라고 말하는 건 넌센스군요.
제가 저의 의식을 들여다보고는 이것은 순전히 나의 생각이기 때문에 이런 것들을 없앨 수가 있는 것이군요.

Lester: 그렇습니다.

Q: 우리의 삶에서 반복적으로 일어나는 환경들은 어떻게 없앨 수가 있을까요?

Lester: 그것을 꾸준히 되돌리면 됩니다.
그것들을 불러일으키는 무의식적인 생각들을 살펴보세요.
그리고는 그것들을 내려놓으세요.

Q: 그것은 저의 생각들입니다.
제가 보는 것은 다른 것들이 아닌 오직 저의 생각들이군요.

Lester: 그렇습니다.
이제 또 다른 방법, 더 나은 방법이 있는데요.
당신이 무의식적인 생각들을 멈출 수가 없다면, 당신은 의식적인 생각들에 강

력한 의지를 낼 수가 있습니다.

이전의 모든 무의식적인 생각들을 넘어설 수 있는 강력한 의지 말이죠.

이것은 충분히 가능합니다.

이것은 의지의 힘을 사용하는 것이죠.

당신은 그것을 의도할 수 있습니다.

그리고 당신이 그것을 충분히 강하게 의도한다면 모든 무의식적인 생각들을 넘어설 수 있습니다.

당신이 정신적으로 고양되었을 때 그때가 가장 강력한 의지를 가지고 있을 때입니다.

그저 당신이 원하는 대로 되리라고 의도하십시오.

그것의 메카니즘은 이렇습니다.

당신은 ‘한 생각’에 아주 강한 힘을 부여해서 그 생각이 이전의 모든 무의식적인 생각들을 합친 것보다 더 강력하게 되는 것입니다.

Q: 어젯밤에 한 남자가 죽었고 그는 2천 5백만 달러를 남겼습니다.

그리고 그 옆집 사람은 빈털터리였죠.

그 남자는 죽어서는 천국으로 갔습니다.

Lester: 당신의 2천 5백만 달러가 당신을 여기에 붙들지 않을 때 천국에 가는 게 훨씬 더 쉽죠.

Q: 2천 5백만 달러가 없을 때 천국에 가기가 더 쉽다는 거군요.

Lester: 그렇습니다. 그는 자신의 2천 5백만 달러에 집착을 하고 있었어요.

비록 그가 죽었어도 그것을 붙들려고 합니다.

그리고 그것을 집어 들려고 할 때 그의 아스트랄체의 손은 단지 그것을 통과해 버리고 그는 곤경에 처할 겁니다.

이것이 그로 하여금 떠나지 못하게 하고 반면에 한 푼도 없었던 그 남자는 간단하게 더 높고 자유로운 영역으로 떠나갔습니다.

Q: 선생님 말씀은 소위 “죽은 후”에도 여전히 자신의 돈에 집착할 수가 있다는 건가요?

Lester: 물론이지요.

단지 조밀한 육체를 벗어난 것을 제외하고는 그가 죽기 전의 바로 그 사람이 그가 죽은 후의 바로 그 사람입니다.

육체란 아스트랄체의 똑같은 카피일 뿐입니다.

그리고 우리가 육체로 부터 벗어나더라도 당신은 똑같이 느끼기 때문에 만약 당신이 물질 세상에 대해 집착을 한다면 당신은 육체에 있을 때와 똑같은 일들을 하려 할 것입니다.

당신이 집착이 없다면 당신은 아스트랄체의 삶에 훨씬 더 쉽게 적응할 것이고 자유롭게 될 것입니다.

Q: 저는 선생님께서 해주신 창조에 대한 설명이 참 좋습니다.

Lester: 지성인들에게는 이러한 문제를 가지고 논쟁하는 학파들이 있습니다. 창조는 점차적인 것인가? 즉각적인 것인가?

Q: 그것은 점차적인 것입니다. 왜냐하면.

Lester: 그것을 점차적인 것으로 만드는 것이 무엇가요?

바로 마음이죠. 그것을 점차적인 것이라고 말함으로써 말입니다.

Q: 그렇습니다.

Lester: 그리고 여러분들이 계속해서 곰곰이 생각해본다면 당신은 창조는 즉각적이란 것을 알게 될 겁니다.

Q: 물론 그것은 즉각적입니다. 하지만 겉으로 보기에는 달라 보이죠.

Lester: 그리고 그 즉각성-즉각이라는 것조차도 또한 시간의 개념이 들어가 있죠. 그게 바로 제가 여러분들이 작업을 통해 던져버렸으면 하는 겁니다. 만약 원하신다면 말이죠.

Q: 즉각이라는 것도 특정한 시간을 한정하는 것이고 우리는 그것을 제한하게 되는 거군요.

Lester: 제가 힌트를 드리죠.

당신이 잠들고 꿈을 꾸게 되는데 당신이 갓난아기로 태어나고는 1살 2살 3살을 거쳐서 청년과 중년 노년을 겪게 되고는 90살이 될 수도 있습니다.

그리고 그렇게 되기까지 90년이란 세월이 걸렸습니다.

아주 오랜 세월이죠? 그렇죠?

당신이 잠에서 깨어나서 그게 꿈이었던 사실을 깨달을 때까지 아마 1초 내지는 2초 정도의 시간일 수도 있습니다.

단지 몇 초의 꿈을 꾸었을 뿐인데 당신은 90년의 세월을 경험한 것이죠!

당신이 꿈속에 있을 때는 그것이 90년인 것처럼 보입니다.

당신이 꿈에서 깨어나고서야 그것이 단지 몇 초에 불과했다는 것을 깨닫게 되는 거죠.

언젠가 당신은 창조가 -그 안에 시간이라는 정신적인 개념이 있는- 즉각적인 것을 알게 될 겁니다.

Q: 우리가 원하는 것을 창조하려고 하는 것과 “하느님의 왕국을 먼저 구하라. 그리하면 너에게 모든 것들이 더해질 것이다.”라든가 “무엇을 먹을지 어디서 잠을 잘지 근심하지 말라.”는 것은 어떻게 일치이 되나요?

Lester: 그것은 딱 들어맞습니다.

“하느님의 왕국을 먼저 구하라.”에서 하느님은 우리 존재의 에센스입니다.

만약 우리가 그것을 구하고 찾게 된다면 우리는 모든 것의 비밀을 알게 되는 것입니다.

그러니 하느님의 왕국을 먼저 구하십시오.

내면으로 들어가서 당신이 누구인지를 알아내세요.

그리하면 당신은 모든 것의 비밀을 -창조뿐 아니라 만물의 비밀을 알게 될 것입니다.

당신도 알다시피 우리가 모여서 몇 년 동안 해온 작업이 이것입니다.

어떻게 내면으로 들어가서 우리 자신인 이 무한한 존재를 발견할 것인가?

그리고 이 무한한 존재를 발견하게 될 때 모든 것은 알려지게 되고 어떻게 창조할지, 나아가서는 어떻게 창조하지 않을 것인지를 알게 됩니다.

그리고 더욱 중요한 것은 창조와 창조하지 않음을 넘어선 궁극의 상태에 도달하게 됩니다.

그리하면 당신은 무엇을 먹을지 어디서 잠을 잘지를 생각하지 않게 될 것입니다.

어떻게 연결이 잘 되었나요?

Q: 우리가 높은 상태에 도달하기 전까지는 무언가를 창조해 내려고 애를 쓰지 않을 수 없는 건가요?

Lester: 저는 당신이 창조를 할 수밖에 없다고 말했습니다.

당신은 창조자가 될지 안 될지 선택을 할 수가 없습니다.

당신은 항상 창조자입니다.

당신은 이제 오직 당신이 원하는 것만을 창조해야 하고 당신이 원하지 않는 것을 창조하는 것을 멈춰야 합니다.

우리가 범하는 큰 실수는 우리가 창조를 미래에 하려고 한다는 것입니다.

나는 이것을 가질 것이고 저것을 가질 것이다.

그리고 우리가 그렇게 할 때 그것을 항상 미래에만 보관하고 있습니다.

그러게 함으로써 그것을 멀리하게 되는 거죠.

이것이 대부분의 사람들에게 있어서 가장 큰 걸림돌입니다.

당신이 무언가를 창조할 때는 그것이 지금 이 순간에 보여져야만 합니다.

그것의 지금 이 순간의 있음에요.

그것은 지금 나의 것입니다!

Q: 제가 무언가를 가질 수 있게 되리란 것을 지금 당장 믿을 수는 없다가더라도 최소한 생각이 나의 것이라는 것은 믿을 수가 있어요.

그래서 만약 제가 “생각은 나의 것이야.”라는 것을 기초로 해서 나아간다면 그것은 저에게 기반이 되어줄까요?

Lester: 그렇습니다. 생각하는 자가 누구인지 알아보세요.

Q: 욕망이 없는 상태에 도달하면 어떻게 되는 겁니까?

Lester: 글썄요. 욕망이란 뭘까요?

욕망은 우리가 전체가 아니라고 하는 생각에서 나옵니다.

당신이 욕망이 없는 상태에 도달했을 때 당신은 자신을 전부로 봅니다.

그리고 거기에는 더 이상 필요한 것도 부족한 것도 없고 모든 것이 바로 당신입니다.

그것이 당신의 것인 게 아니라 바로 당신입니다!

Q: 그러니 그것은 진실로 ‘하느님의 왕국을 먼저 구하라.

그리하면 모든 것이 너에게 더해질 것이다'라고 하는 상태군요.

Lester: 모든 것이. 우주의 원자 하나하나가요.

제발 여러분들의 대부분의 질문은 무언가를 가지는 것에 관한 것이라는 것에 주목해주세요.

이것은 당신들이 행복을 어떻게 생각하는지를 보여줍니다.

하지만 비록 당신이 원하는 모든 것들을 가지게 된다 할지라도 당신은 여전히 불행할 수 있다는 것을 알게 될 것입니다.

당신은 그 가짐의 상태를 넘어서서 오직 당신의 참모습인 존재의 영역에 도달해야 합니다.

거기에서는 당신은 부족한 것이 아무것도 없고 당신은 무한한 전체라는 것을 알게 될 것입니다.

거기에 가장 심오한 평화와 궁극의 만족인 궁극의 기쁨이 있습니다.

19. 명상

우리가 해야 할 가장 위대한 일이면서도 가장 어려운 일은 마음을 떨구는 것입니다. 마음은 과거의 쓰레기들과 “나는 제한된 몸이다”, “나에게는 문젯거리들이 있다”와 같은 한계 지워진 생각들의 쓰레기를 모아 놓은 집적소와 같은 것입니다.

모든 생각들에는 한계가 있습니다.

우리는 그것들을 모아놓았고 그것을 마음이라고 부릅니다.

마음이란 단지 모든 생각들을 모아 놓은 것에 지나지 않습니다.

그러므로 마음이란 한계들의 모임에 지나지 않죠.

좋아요. 그렇다면 어떻게 하면 우리가 마음을 없앨 수가 있을까요?

마음을 고요하게 함으로써입니다.

우리가 마음을 고요하게 할 때 우리는 자신의 무한함을 볼 수가 있습니다.

우리가 자신의 ‘한계 없음’을 더 많이 볼수록 우리는 마음이라 불리우는 쓰레기 더미를 더 잘 볼 수 있고 렛고우할 수가 있습니다.

그리고는 마침내 남아 있는 마음 전체를 한 번에 내려놓는 것이죠.

하지만 그 이전에 우리는 생각이 떠오를 때면 참자아가 분명해질 때까지 그 생각들을 렛고우하고 또 렛고우해야 합니다.

그리하면 그때부터는 참자아가 주도권을 가지고 우리를 데리고 끝까지 갈 것입니다.

가장 위대한 것은 마음을 고요하게 하는 것이고 그것은 곧 생각을 없애고 마음을 없애는 것과 같습니다.

명상이 필요합니다. 이것이 제가 강조하는 주된 포인트입니다.

명상 말이죠. 명상을 어떻게 하는지를 배우세요.

우리가 명상에 깊이 들어가면 갈수록 우리는 아무런 한계가 없는 본래 타고난 기쁨을 만나게 됩니다.

아무리 많은 기쁨을 얻게 되더라도 당신은 항상 더 기뻐할 수가 있습니다.

지금 이 순간보다 몇 천 배나 되는 기쁨을 가지게 되더라도 당신은 여전히 더욱 더욱 기뻐할 수가 있습니다.

우리가 가질 수 있는 기쁨에는 한계가 없습니다.

왜냐하면 우리가 무한한 존재이기 때문이죠.

우리가 성취해야 할 가장 중요한 것은 마음을 통제할 수 있는 능력과 마음대로 명상에 들어가고 평화 속에 들어갈 수 있는 능력입니다.

한 나라를 다스릴 수는 있더라도 자신의 마음을 다스리지 못한다면 그런 건

컨트롤이라 할 수 없는 것입니다.

그는 자신의 마음의 희생양일 뿐입니다.

자신의 생각을 자유롭게 컨트롤하기보다는 생각의 결과물로 사는 것이죠.

실제로 그는 자신의 과거의 생각들에 떠밀려 다닐 뿐입니다.

그는 전혀 마스터라 할 수 없습니다.

오직 자신의 마음을 컨트롤할 수 있는 사람만이 마스터입니다.

자신 스스로에 대한 마스터일 뿐 아니라 그가 하는 모든 일에 있어서도 마스터가 됩니다.

명상이 그 길입니다.

명상은 컨트롤된 생각입니다.

명상은 당신의 마음으로 하여금 신을 발견하는 길 위에 서도록 하는 것입니다.

명상이란 올바른 방향에서 대답을 찾아나서는 것입니다.

명상이란 기본적으로 올바른 방향으로 생각을 하고 그 생각을 붙들고 다른 생각들이 들어오지 못하도록 렛고우해서 마침내 마음이 집중되는 것입니다.

마음이 집중되어졌을 때 해답은 당신에게 스스로 명백해질 것입니다.

집중이란 한 가지 생각을 붙들고서는 다른 생각들이 들어오지 못하게 하는 것이고, 이러한 집중을 통해서 우리는 고양되어지고 성장하는데 도움을 받습니다.

한 가지 생각만을 붙들 수 있는 능력이 마음을 집중하게 하고 마음은 스스로 갈라져서는 비밀을 드러냅니다.

마음을 고요하게 하기 위해서 명상하는 것은 좋습니다.

에고가 원하는 것을 렛고우하기 위해서 명상하는 것은 더욱 좋습니다.

“나는 무엇인가?”에 대해서 명상하는 것은 최상입니다.

열정적으로 탐구하면서 명상하세요.

명상은 “나는 무엇인가?”, “신이란 무엇인가?”, “세상이란 무엇인가?”, “세상과 나의 관계는 무엇인가?”, “이 세상은 무엇으로 이루어져 있는가?”, “무한이란 무엇인가?”, “지성이란 무엇인가?”, “이 세상은 어디에 존재하는 것인가?”와 같은 것에 대한 것이어야 합니다.

혹은 당신이 이제껏 들어왔던 “내가 세상 안에 있는 게 아니라 세상이 나의 안에 있다.”와 같은 것에 관해서 명상해야 합니다.

질문하고 물어보십시오.

“왜? How come?”

살펴보세요. 이러한 진리의 말씀들 뒤에 있는 의미를 탐구해보십시오.

우리는 완벽이 존재하는 방향으로 살펴봄으로써 완벽을 보게 됩니다.

지금 이 순간 완벽은 저 멀리 밖에 있는 게 아닙니다.

우리는 이것 알고 있어요.

완벽은 바로 지금 여기 우리가 있는 곳. 즉 우리들의 “나”가 있는 곳에 있습니다.

그러니 첫째로 우리는 우리의 주의를 내면으로 돌려야 합니다.

우리는 한 가지 질문을 들고 그것에 대한 대답이 올 때까지 붙들고 있어야 합니다.

그 대답이 오면 그때 당신은 알게 되고 당신이 알고 있다는 것을 알게 될 것입니다.

그리고 “나는 누구인가?”에 대한 대답을 얻기 위해서는 생각과 마음의 소음을 고요하게 하는 것이 필요합니다.

생각이 바로 소음입니다.

생각들은 한계의 개념들이고 우리를 계속해서 끊임없이 폭격해대는 생각들이 너무나도 많습니다.

완벽함이 명백해질 때까지 그 생각들을 계속해서 떨구어 나가세요.

이 쓸데없는 생각들은 우리가 그것들에 관심을 주지 않는다면 들어오지 않을 것입니다.

우리는 어떻게 마음을 고요하게 할 수 있는지를 배워야만 합니다.

우리가 계속 대화함으로써 그 방법을 배울 수는 없습니다.

대화가 적을수록 더 좋습니다.

명상은 반드시 규격화된 명상일 필요는 없습니다.

언제라도 우리는 마음을 고요하게 하고 탐구할 수 있습니다.

어떤 사람들은 명상이 정형화되지 않은 것이 더 쉽다는 걸 알게 될 것입니다.

왜냐하면 때때로 우리는 정형화된 명상에 무의식적으로 저항하고 반대하기 때문입니다.

하지만 우리는 그 저항과 반대를 렛고우해야 하고 그것들로부터 자유로워져야 합니다.

당신의 부정적인 생각들이 마음에 들어올 때면 그것들을 되돌려 놓으세요.

부정적인 생각들을 되돌려 놓음으로써 렛고우하고 마침내는 모든 생각들을 렛고우하세요.

여러분들이 한 가지 생각이나 아이디어를 렛고우하더라도 여전히 수많은 생각들이 남아 있고 다른 생각들이 올라올 것입니다.

한계 지워진 하나의 생각을 없애는 것이 모든 무의식적인 생각들을 다 없애는 것은 아닙니다.

남아 있는 생각들은 당신의 성향이나 기질 등을 렛고우함으로써 그것들에 의해 유발되는 생각들을 렛고우해야 합니다.

명상은 항상 탐구와 함께여야 합니다.

모든 사람이 노력을 통해 얻고자 하는 모든 것을 명상을 통해서 훨씬 더 얻을 수가 있습니다.

명상을 통해서라면 당신이 세상에서 노동을 통해 얻기를 원하는 것보다 더 좋은 것을 더 빨리 얻을 수 있습니다.

당신이 내면으로 들어갈 때면 당신은 무한의 입구에 들어서는 것입니다.

당신이 밖으로 나갈 때면 당신은 한계의 입구에 들어서는 것입니다.

당신의 주의를 내면으로 돌리세요.

모든 외향적인 주의를 시간 낭비입니다.

스스로에게 행한 것은 당신 자신이 한 것이기 때문에 오직 당신에 의해서만 되돌려질 수 있습니다.

신은 오직 당신의 노력과 내면으로 향하는 것에 의해 알려집니다.

집중해서 내면에 있는 신의 왕국을 찾으세요.

명상을 통해서 당신은 한계 지워진 에고로 덧씌운 '한계 없는 참자아'를 발견하게 됩니다.

명상은 편재함으로 가는 길입니다.

명상하는 연습과 명상이 습관이 될 때까지 명상하십시오.

우리는 할 수 있는 한 명상을 해야 합니다.

명상은 마음을 하나로 모아 우리 자신의 참모습으로 향하게 하는 것입니다.

그것은 세상의 것들로부터 마음을 거두어서는 우리 자신의 참모습이 있는 내면으로 초점을 맞추는 것입니다.

이것을 하면 할수록 우리는 이것을 좋아하게 될 것입니다.

그리고 이것을 더 좋아하면 좋아할수록 우리는 명상을 더욱 하게 될 것이고 마침내는 아무런 노력 없이도 항상 명상이 계속될 것입니다.

당신이 무슨 일을 하더라도 그 배경에는 명상이 지속됩니다.

그리하면 당신은 진정으로 성장하고 있습니다.

그때까지는 당신의 성장이 빠르지는 않습니다.

왜냐하면 대부분의 시간 동안 당신은 세상에 머물러 있고 한계의 방향에 있을 것이기 때문이죠.

높은 경지에 이르는 단 한 가지 방법이 있는데 그것은 마음을 고요하게 하는

것입니다.

마음을 고요하게 하는 방법이 바로 명상입니다. 이것은 매우 어렵습니다.

당신이 자리에 앉아서 마음을 고요하게 하려고 하자마자 생각들이 튀어오릅니다.

처음에는 이 생각들이 튀어오를 때, 그것들을 흘려보내고 내려놓고 하다보면

당신은 상대적으로 고요하게 앉을 수 있는 상태에 도달하게 됩니다.

이렇게 되면 당신은 명상을 좋아하게 될 텐데 왜냐하면 그것은 당신의 참자아를 깊이 경험하는 것이기 때문입니다.

일단 당신이 그것을 좋아하게 된다면 명상을 하는데 있어서 가장 큰 장애가 없어진 것입니다.

하지만 당신은 당신의 명상이 크나큰 기쁨이 될 때까지 멈춰서는 안 됩니다.

그리하면 당신의 명상은 아주 아주 쉽게 스스로 흘러갈 것입니다.

가장 효율적인 명상은 당신이 홀로 있을 때 하는 명상입니다.

그룹 명상은 초보자들이 명상에 익숙해지기 위해서 좋습니다.

명상은 진실로 당신 자신의 참자아와의 교류여야만 합니다.

당신은 마음이 고요해지는 것만큼 그것에 비례해서 당신의 참자아를 보게 될 것입니다.

예고를 없애는 방법은 마음을 고요하게 하여서 당신의 참자아를 보는 것입니다.

그리하면 당신은 자신이 예고가 아니라는 것을 보게 되고 예고를 떨굴 수가 있습니다.

강렬한 명상이 당신을 깨달은 스승, 당신의 마스터에게로 인도할 것입니다.

오늘날의 세상에서 살면서 육체라는 한계를 벗어나 확장되어 가는 것은 참으로 어렵습니다.

우리는 우리를 그것에서 빠져나오게 하고 고양시켜줄 마스터의 도움이 절실하게 필요합니다.

우리가 수용적이지 않다면 마스터들은 우리를 도울 수가 없습니다.

또한 우리의 마음이 고요해지지 않는다면 우리는 수용적이 될 수가 없습니다.

그리고 우리의 마음은 명상을 통해서 고요해집니다.

그저 명상에 들어가십시오.

점점 고요해지고 높은 곳에서 도움이 올 것임을 기대하십시오.

신과 구루들은 끊임없이 우리를 돕고 있습니다.

만약 우리가 고요해지기만 한다면 그들의 도움이 우리로 하여금 참자아를 경험하게 하도록 끌어올릴 것입니다.

명상이 가장 중요한 것이 되어야 합니다.
하지만 약간의 명상이라 하더라도 집중이 되어진다면 큰 성장을 가져올 수도 있습니다.

영적인 것들은 영적으로 구별되어집니다.
영적인 앎은 아래의 레벨로 내려오지 않습니다.
우리는 우리 자신을 위로 올려야 합니다.
우리는 명상 속에서 자신을 고양시킵니다.
명상은 높은 이해가 있는 곳으로 우리 자신을 들어 올림으로써 높은 이해를 성취할 수 있도록 사용되어야 합니다.
명상은 멋진 것입니다.
당신이 행동을 하거나 수다를 떨고 있을 때는 결코 일어날 수 없는 것들이 명상에서 일어납니다.
자신이 누구인지를 발견하겠다는 열망에 의해 마음을 고요하게 할 수 있습니다.
자신을 알겠다는 관심이 세상과 육체에 대한 관심보다 강하게 될 때 당신은 자신을 발견할 수 있습니다.
열망 그것에 대한 강렬한 열망이 열쇠입니다.
당신의 마음을 공백으로 만듦으로써 명상을 한다는 개념은 잘못된 것입니다.
당신은 마음을 공백으로 만들 수 없습니다.
명상은 “나는 누구인가?”에 대한 앎으로 가는 디딤돌입니다.
언젠가는 당신이 알게 될 가장 즐거운 일이 명상이 될 것입니다.
명상은 그것을 항상 할 때까지 계속되어야 합니다.
즉 당신이 어떤 행동을 하더라도 마음의 배경에 명상이 계속되어질 때까지 말
이죠.

단지 고요하게 하는 명상법이 있습니다.
단지 고요하게 있으세요.
하지만 수동적인 것이 아니라 그저 ‘존재함’이라는 적극적인 고요함으로 있으세요.
그저 존재하고 존재하고 또 존재하는 것은 정말이지 즐거운 것입니다.
단지 ‘존재함’은 너무나도 멋진 느낌입니다.
하지만 거기서 멈추지는 마세요.
더 이상 예고가 남아 있지 않을 때까지 계속 렛고우하세요.
당신은 명상이 그 어떤 것보다 더 좋아지는 단계에 이르게 될 것입니다.
왜냐하면 그때에 당신은 어느 때보다 당신의 참자아이기 때문이죠.

그것이 예전에는 당신이 바깥에서 당신의 부인과 아이들에게서 찾았던 모든 기쁨 중에서 가장 큰 기쁨입니다.

당신은 부인과 아이들이 다름 아닌 당신 자신의 참자아라는 것을 보게 될 것입니다.

그리고 그 기쁨은 직접적이고도 항상 지속되는 기쁨이 됩니다.

대답은 이성적인 추론에서 나오는 게 아닙니다.

고요한 명상으로부터 나오는 것입니다.

언젠가 그것이 올 것입니다.

그 대답은 단지 자신을 당신에게 드러낼 것이고 너무나도 간단한 것이어서 당신은 이렇게 말하게 될 것입니다.

"헐~~ Oh~!"

명상은 생각하는 것입니다.

하지만 오로지 한 가지만을 생각하고 다른 생각들이 떨어져 나가게 하는 것입니다.

당신이 오직 한 가지에 강렬하게 관심을 가질 때 다른 생각들은 떨어져나갑니다.

우리가 고요할수록 우리는 더 많이 참자아가 됩니다.

명상이 항상 하는 것이 될 때, 우리가 외적으로 활발하게 행동할 때도 계속되어질 때 우리는 자연스럽게 삶을 살아가고 일을 하게 됩니다.

여전히 우리의 참자아에 머물면서 말이죠.

성숙한 탐구자는 다음과 같이 시작합니다.

“진실로 나는 속박되어진 적이 없어. 나는 항상 자유롭고 완벽해.”

거기서부터 시작하십시오.

당신이 아닌 것을 보지 말고 당신 자신인 것을 보십시오.

당신의 참모습을 볼 때 당신은 동시에 자신이 무엇이 아닌지를 보게 될 것이고 그것을 떨구어 버릴 것입니다.

“난 이 몸이 아니고 이 마음이 아니야.”라고 말하시고 거기에 머무십시오.

당신이 에고가 아니라는 것을 보세요.

그게 에고의 가장 큰 덩어리를 렛고우하는 것입니다.

당신이 명상에서 얼마나 깊이 들어가느냐 하는 것은 당신이 에고를 얼마나 없앴느냐에 달려 있습니다.

명상의 깊이는 얼마나 마음이 고요한가에 달려있습니다.

명상을 오래 할수록 당신은 더 깊이 들어갈 수 있습니다.

일단 당신이 평화에 이르게 되면 당신 자신이 누구인지를 알게 됩니다.

좋은 기분을 가지는 것은 좋은 일입니다.

당신이 더 높이 비상할수록 기분이 더 좋아질 것입니다.

하지만 당신이 기분이 좋아지는 것을 목표로 삼는다면 거기가 끝일 것입니다.

성장이란 참자아의 기분 좋은 느낌으로 들어가는 것 이상입니다.

그것은 참자아가 아닌 에고를 떨구는 것입니다.

명상을 즐기는 것은 하나의 단계입니다.

거기서 멈추지 마세요.

그것을 넘어 가세요.

당신은 궁극의 대답을 얻어야 합니다.

당신은 영원에 영원이 다하도록 명상할 수도 있습니다.

명상 그 자체가 하나의 덧이 될 수도 있습니다.

당신은 수레를 목발로 사용하게 될 수도 있어요.

당신은 깨달음에 이르러야만 합니다.

당신이 완전한 깨달음에 이를 때 당신은 어느 때고 항상 명상의 상태에 있을 것입니다.

실제로 명상이야말로 가장 자연스러운 상태입니다.

끊임없이 명상한다는 것을 항상 신과 참자아를 기억한다는 것입니다.

명상은 처음에는 아주 어렵습니다만 시간이 지남에 따라 점점 더 쉬워집니다.

그러다가 어느 날 당신은 이렇게 말하게 될 겁니다.

“이건 정말 멋져. 내가 원하는 게 이런 거라구!”

그리하면 당신은 항상 명상을 하게 될 겁니다.

그때 당신은 영적인 성장의 길에 진정으로 올라서는 것입니다.

당신의 참자아에 집중해서 안주하세요.

마음을 뒤집어 보고 마음이란 게 어떤 것인지 알아내세요.

그리고는 마음을 넘어서 당신의 참자아에 안주하세요.

우리 모두 각자 스스로 이것을 경험해야만 합니다.

이것은 자각이지만 마음으로 자각하는 것은 아닙니다.

당신은 마음이 매우 고요해지고 다른 모든 생각들이 떨어져 나갈 때까지 마음을 한 방향으로 포인트를 잡아서 깨달음과 앞에 도달합니다.

한 가지 생각을 붙들고 그것이 당신을 생각 뒤편에 있는 영역으로 데려가게 하세요. 해답이 거기에 있습니다.

우리는 그것을 자각의 경험, 깨달음이라 부릅니다.
우리는 마음을 고요하게 하는 법을 배워서 우리가 고요히 앉았을 때 세상을
렛고우해야 합니다.
오직 그럴 때 우리는 이 영적인 길에서 더 높은 단계로 나아갈 수 있습니다.
우리는 이 세상을 더 좋은 세상으로 만들었고 이 꿈을 더 행복한 꿈으로 만들
었습니다.
하지만 우리는 예전과 마찬가지로 속박되어 있습니다.
우리는 나쁜 속박을 좋은 속박으로 바꾸었을 뿐입니다.
이제 우리는 모든 생각들을 렛고우하는 것을 배워야 합니다.
그렇게 하는 방법은 명상을 통해서 즉 마음을 고요하게 하고, 생각을 고요하게
하며, 마침내는 모든 생각들을 없애는 올바른 명상을 통해서입니다.
그roup 명상에서는 서로서로 힘이 되어줄 수가 있습니다.
명상의 힘이 배가되고 시간이 지남에 따라 더욱 깊이 고요함에 들어갈 수 있
습니다.
하지만 가장 좋은 명상은 홀로 있을 때 하는 명상이고, 어떠한 그룹의 지지를
필요로 하지 않는 명상입니다.
그리하면 당신의 명상은 시간에 제한받지 않게 될 것입니다.
당신은 명상에 5시간 10시간 심지어는 24시간 머물 수가 있습니다.
그리고 이러한 일이 일어나야만 합니다.
당신은 명상을 너무나도 좋아하게 되어서 명상을 계속하기 위해서 밤을 새울 수
도 있고 잠을 자는 것보다 명상을 더 좋아하게 될 것입니다.
그리하면 당신의 명상은 관성을 가지게 될 것이고 당신은 자신이 참자아라는
것을 보게 될 것이고 참자아로 머물 것입니다.

마음을 다스리는 한 가지 방법은 참자아로 미끄러져 들어가는 것입니다.
너무나도 기쁜 곳에 도달해서는 당신은 다른 것은 아무것도 하길 원하지 않고
거기에만 머물러 있고 싶어지게 되는 것이죠.
아주 쉽습니다.
일단 당신이 그 쉽고 편안한 지점에 이르면 계속하십시오.
당신이 끝까지 갈 때까지 계속 거기에 머무세요.
매일 매일 당신은 더욱 더 고요해지고 또 고요해질 것입니다.
그리고는 참자아가 예고를 질식시켜버리고는 마음을 더욱 고요하게 만들 것입
니다.

흔히들 진정한 영적인 성장은 당신이 사마디(삼매)에 들 수 있을 때부터 시작된다는 말을 합니다.

저는 이런 말을 그다지 좋아하지 않는데 왜냐하면 어떤 사람들은 이런 말에 낙심하기 때문입니다.

사마디는 당신의 생각에 완전히 몰입하는 것입니다.

완전한 집중이죠.

명상은 처음에는 다른 생각들을 배제하고 신과 참자아에 대한 생각을 붙드는 것입니다.

하지만 깨달고 나면 명상은 어떤 사람이 어떤 것을 자각하는 게 아닌, 자각이 자각을 자각하는 흐름이 되는데 거기에는 어떠한 타자(他者)도 없고 어떠한 행위도 없지만 정신적 육체적 기능을 완전히 사용하면서도 조화를 이룹니다.

명상의 끝에서 당신은 자신의 장엄하고도 영광스러운 참자아를 발견합니다!

20. 성장과 받아들임

행복 그 자체가 반드시 한 사람의 깨달음의 상태에 대한 지표가 되는 것은 아닙니다.

원주민들은 우리처럼 행복합니다. 그리고 때로는 더 행복합니다.

문명의 첨단에서 생활하는 우리들은 대체로 그들만큼 행복하지는 않습니다.

그들의 즐거움은 대부분 육체적인 것입니다.

우리의 즐거움은 좀 더 정신적인 것들이 많고 그래서 더 즐거움을 느낄 수도 있습니다.

하지만 우리의 즐거움은 더 많은 기쁨을 가져오기도 하지만 더 큰 고통을 가져다주기도 합니다.

많은 사람들이 우리에게 행복을 가져다주는 것들을 행하는 것이 우리에게 영적인 성장을 가져다줄 것이고 그러므로 그런 일들을 하는 것은 옳바르다고 생각합니다.

이것은 진실일 수도 있고 거짓일 수도 있습니다.

우리가 새로운 깨달음에서 얻는 행복은 분명히 영적인 성장입니다.

우리는 새로운 깨달음에 기뻐합니다.

왜냐하면 우리는 좀 더 자유로워졌고 그러므로 영원히 조금 더 행복해졌기 때문이죠.

하지만 불쾌한 것들을 피하거나 그것에서 도피하는데서 오는 행복은 성장이 아닙니다.

그것은 우리의 성장을 더 나아가게 하기보다는 우리가 피하고 있는 불쾌한 것들에 계속 묶여있게 만듭니다.

우리가 그것들을 마주하고 바라보고 내려놓을 때까지 그것들은 우리의 무의식 속에 머물러 있을 것이고 때때로 떠오를 것입니다.

마침내 우리가 그것들을 모두 렛고우할 때까지 말이죠.

그러므로 그것들을 내려놓으려면 마주해야지 피해서는 안 됩니다.

하지만 우리가 성장할수록 더욱 행복해져간다는 것은 정말 사실입니다.

우리는 매일 매일 바뀌지 않는 총체적인 행복을 연습니다.

그것은 계속해서 성가시게 하는 강박적인 무의식적 생각들로부터의 자유이고 웰빙의 느낌입니다.

그것은 안정감이고 평화의 느낌입니다.

비록 일들이 겉으로 보기에는 우리에게 적대적으로 보이고 세상이 우리에게 반대하는 것처럼 보일 때라도 우리는 그 어느 때보다 더 큰 평화를 내면에서 느낍니다.

우리가 얼마나 성장했는가 하는 것은 이 내적인 상태로 알아볼 수 있습니다. 비참한 사람도 일시적으로는 행복하게 웃을 수는 있습니다. 하지만 우리는 그 사람의 영속적인 자유의 상태를 그런 것으로 재어볼 수는 없습니다. 그렇다면 어떻게 하면 한 사람의 행복이나 자유로움의 상태를 알 수 있을까요? 바로 모든 것들이 그 사람에게 반대하는 것처럼 보일 때 그를 체크함으로써입니다. 이 방법을 스스로를 체크하는데 사용해 보세요. 세상의 일들이 잘못되어져 간다고 생각될 때 당신의 행복의 상태를 확인해보세요.

Q: 우리들은 다른 사람이 우리보다 더 행복한 것을 볼 때 좀 짜증이 나지 않나요? 아마 질투 정도는 할 것 같은데요?

Lester: 그렇습니다. 그것을 질투라고들 하지요.

그리고 우리가 다른 사람이 우리보다 더 행복한 것을 보면 그다지 좋아하지 않습니다.

때로는 간접적으로 그 사람을 공격하기도 하죠.

심지어는 그 사람이 자신의 아내나 남편이라도 말이죠.

이러한 일들은 커플들 사이에서 영적으로 성장할 때 일어납니다.

한 사람이 앞서 나아가면 그 짝은 무의식적으로 화가 나게 되고 자신의 짝을 깎아 내리려는 일들을 하게 됩니다.

이것은 대개 무의식적으로 일어나는 일이지만 가끔은 의식적이 되고, 심지어 의식적이 되더라도 자신이 왜 그러는지 이유를 알지 못합니다.

그 이유는 두 사람이 있을 때면 언제나 좀 더 성장한 사람은 자동적으로 상대방을 약간 위로 올리려 하고, 아래에 있는 사람은 위에 있는 자신의 짝을 약간 아래로 끌어내리려 하기 때문입니다.

그들은 서로서로를 향해 움직여 가는 것이죠.

이것은 두 명의 존재가 서로 만날 때면 언제나 일어나는 무의식적인 행동입니다.

앞서 제가 이야기했던 것으로 돌아가자면 한 사람의 평화가 얼마나 안정적인 것인가가 바로 그 사람의 영적 성장의 가장 좋은 잣대입니다.

그 사람이 시험 받고 이상적이지 않은 환경 속에서도 평화로운 것 말입니다.

만약 여러분이 세상이 적대시하는 것처럼 보일 때도 평화를 유지할 수 있다면 그 평화는 진짜 여러분의 것입니다.

이러한 평화가 제가 말하는 진짜 평화이고 그것은 여러분의 초연함으로 알아

볼 수 있습니다.

어떤 사람의 평화가 흔들리거나 방해받지 않는다면 그는 정말 그것을 얻은 것입니다.

그는 예고를 상당히 많이 렛고우했기 때문입니다.

왜냐하면 오직 예고만이 방해받을 수 있고 참자아는 결코 흔들리거나 방해받지 않기 때문입니다.

그리고 우리가 우리의 참자아에 머물게 될 때 우리는 이 세상을 있는 그대로 허용할 수가 있습니다.

만약 당신의 상태를 알고자 한다면 반대 경계에서 당신이 어떠한지를 확인해 보세요.

당신의 성장을 당신의 가장 윗부분으로 재지 말고 당신의 제일 아래 부분으로 확인해 보세요.

당신은 당신의 성장이 싸이클을 이루고 있다는 것을 알게 될 겁니다.

오르락 내리락 한단 말이죠.

하지만 제일 아래 부분이 지속적으로 올라가고 있어요.

우리는 그 제일 아래 부분이 행복인 곳에 도달해야 합니다.

그리하면 우리의 가장 윗부분은 더 높은 황홀 평온 고요함과 깊고도 초연한 평화로움이 될 것입니다.

Q: 어느 부분에서 이러한 기쁨 축복 평화를 느낄 수가 있나요?

Lester: 사람마다 느끼는 부분이 다 다릅니다.

실제로 그것은 당신의 존재의 센터에서 느끼는 것입니다.

그 센터가 어디이든지 말이죠.

지금 우리는 이 세션의 시리즈에서 처음으로 이 그룹이 흘러넘치는 기쁨의 상태에 도달했습니다.

과거의 지난 세션들을 돌아봐도 처음에는 낮은 포인트에서 시작해서는 마지막에 가서는 높은 곳에 도달했어요.

Q: 왜 그런지 아십니까?

Lester: 네. 그렇지 않아도 여러분들에게 이것을 설명해 드리고 싶었어요.

왜 아래로 내려가십니까?

우리는 지성적인 사람들이잖아요?

우리는 길을 알고 있어요. 왜 아래로 내려가세요?

여러분이 지금 느끼고 있는 이 행복감과 고양감을 어떻게 하면 느끼는지 그 방법을 알고 있으면서도 여기에 항상 머물지 않는다는 것은 멍청한 일 아닐까요? 여러분들이 저와 헤어지고 나서 아래로 떨어지는 느낌을 가지는 이유는 여러분들이 무의식적인 생각들을 충분히 렛고우하지 않아서입니다.

저와 함께 있을 때 제가 여러분들에게 여러분의 본래 모습인 무한한 존재를 가리켜 보입니다.

알다시피 여러분들은 그것에 반대되는 생각들을 렛고우하고 점점 더 자유롭고 높이 비상하는 느낌을 가지죠.

하지만 저랑 헤어지고 나면 남아 있는 무의식적인 한계의 생각들이 다시 올라와서는 여러분을 차지하고는 이리저리 굴러대기 때문에 아래로 떨어지는 느낌을 가지게 되는 거죠.

여러분들에게 필요한 것은 더 이상 무의식적인 생각이 남지 않을 때까지 렛고우를 계속해서 마침내 완전히 자유로워지는 것입니다.

오직 그때가 되어야 여러분은 만족할 것입니다.

저는 여러분들이 더욱 성장할 필요가 있다는 점을 말하고 있습니다.

지적인 이해는 성장에 있어서 중요하고 처음에는 필요한 것입니다.

당신이 올바른 방향으로 갈 수 있도록 해주고 앞으로 나아가게 해줍니다.

하지만 지적인 이해가 당신을 더 이상 앞으로 데려갈 수 없는 지점이 있습니다.

그러면 어떻게 해야 할까요?

여러분들은 지성의 최고봉에서 멈추실 건가요?

아니면 계속 나아갈 건가요?

저는 계속 나아가자고 말하고 있습니다.

이 말은 여러분의 지성을 렛고우하거나 망각하거나 억압하라는 의미가 아닙니다.

제가 하는 말은 지성을 넘어서 나아가자고 하는 것입니다.

저는 또 다른 커다란 도약을 제안하고 있는 겁니다.

저는 여러분들이 그 다음 단계가 무엇인지를 볼 수 있도록 하려고 하고 있습니다.

그 다음 단계가 무엇이 아닌지를 말함으로써 말이죠.

그 다음 단계는 지적인 이해가 아닙니다.

지적인 면에서 말하자면 저는 이제 여러분들에게 더 이상 해줄 말이 없습니다.

그럼 뭘까요?

그것은 여러분들이 자신의 참자아를 실제로 경험함으로써 여러분의 참자아를

자각하게 되는 것입니다.

저는 여러분들이 만약 저에게서 뽑아낼 수만 있다면 이제까지 우리가 왔던 것보다 훨씬 더 높은 곳으로 여러분들을 이끌 수도 있습니다.

이것은 여러분들이 이제껏 알았던 것보다 훨씬 더 높은 경지를 체험하는데 도움이 될 것입니다.

그리하면 그 경험이 여러분들의 삶이 될 것이고 그것을 경험한 후에는 여러분들에게 자유에 대한 더 강한 열망이 생길 것이고 더 빨리 목표에 도달하고자 하는 동기가 생길 것입니다.

저는 여러분들에게 애매하거나 수수께끼 같은 말을 하고 싶지는 않습니다.

우리의 지적인 이해가 가져다 줄 수 있는 것보다 더 큰 것을 우리에게 줄 수 있는 그것이 뭘까요?

그것은 여러분들이 얼마나 받아들일 수 있느냐 하는 것입니다.

이것이 여러분들에게 흘러들어오는 힘의 양을 결정합니다. 다른 말로 하자면 이것은 여러분의 한계를 렛고우하는 것입니다.

여러분들이 더욱 수용적이 될수록 더욱 많은 힘이 저를 통해서 여러분들에게 흘러가게 되고 여러분이 자신의 참자아를 경험할 수 있는 곳까지 여러분을 고양시킬 것입니다.

레스터라고 하는 제가 그렇게 하는 게 아닙니다.

여러분들이 받아들일 수 있는 만큼 저를 통해서 흘러나가는 것입니다.

이것은 여러분들을 높이 고양된 상태로 들어 올릴 것이고 그 상태를 경험함으로써 여러분들은 확실하게 알게 될 것입니다.

“당신이 바로 그것.” 이라는 것을 더 잘 알게 되는 것입니다.

Q: 우리가 어떻게 그렇게 할 수가 있죠?

Lester: 저를 통해서 나오는 ‘우리가 나아갈 방향과 행복’은 당신의 안에 있지 밖에 있는 게 아니라는 사실을 더욱 받아들이는 것으로요.

이제껏 우리가 왔던 길은 무의식적인 생각들을 바라보고 렛고우함으로써 마음을 고요하게 하는 것이었습니다.

여러분들이 이 생각들을 렛고우함에 따라 여러분들은 점점 더 자유로워지고 마음은 더 고요해졌고 여러분의 참자아는 더이상 모호하지 않고 여러분은 자신의 참모습인 참자아로 더욱 많이 존재할 수 있게 되었습니다.

또한 여러분들이 이러한 경험을 더 많이 할수록 여러분들은 저를 통해서 여러분

들에게 흘러들어가는 힘에 의해 자신의 참자아에 더 많이 끌릴 수 있게 됩니다.
이 과정이 궁극에 이를 때까지 계속되어질 수 있습니다.

우리들은 꽤 많이 마음을 고요하게 했습니다만 더 나아가야 할 것이 많이 있습니다.

그래서 제가 지난번에 “누가 앉아서는 즉시 자신의 마음을 고요하게 하고 어떤 생각도 들어오지 않게 할 수 있을까요?”라고 물어봤던 것입니다.

만약 당신이 그렇게 할 수 있다면 당신은 마스터입니다.

당신이 자신의 마음을 고요하게 할 수 있는 만큼 당신은 마스터입니다.

하지만 우리 모두는 예전보다 훨씬 더 고요해졌습니다.

다음 단계로 우리가 나아가야 할 것은 더욱 고요해지는 것입니다.

그리고 앞서 말했던 것처럼 우리는 더 이상 지적인 탐구나 이리저리 논쟁하는 것을 통해서 하지는 않을 것입니다.

우리는 여러분들이 자신의 참자아의 고요함을 바로 경험할 수 있는 직접적인 방법을 통해서 나아갈 것입니다.

Q: 마음을 고요하게하고 아무런 생각도 들어오지 않을 때 무슨 일이 일어나는 거죠? 그냥 공백 같은 것인가요?

Lester: 아닙니다. 그것은 공백이 아닙니다.

공백이 되어버릴 마음 자체가 없는 것입니다.

당신은 전지한 앎의 영역에 있는 것이고 더 이상 생각을 해야 할 필요가 없을 뿐입니다.

당신은 그저 모든 것을 그냥 알게 되고 매순간 모든 것이 완벽하게 맞아 떨어집니다.

당신은 영감이라고 불리우는 느낌으로 움직이게 됩니다.

지금 이 방에 있는 우리 모두가 가끔 이런 경험을 했습니다.

마음이란 단지 여러분들의 생각들의 묶음에 지나지 않습니다.

조그만 부분은 의식적이지만, 주된 부분은 볼 수 없는 무의식으로 이루어져 있죠.

마음은 여러분이 그것이 어떤 것인지 볼 때면 단순한 것입니다.

단지 생각들의 모임일 뿐입니다.

Q: 무의식적인 생각이란 그 순간에 생각되어지지 않고 있는 생각인 거죠?

Lester: 그게 아닙니다. 그 순간에 생각되어지고 있지만 의식적으로 생각되어 지지는 않는 생각인거죠.

무의식적으로는 그 순간에 생각되어지고 있는 겁니다.

Q: 그럼 그것이 의식적인 생각과 무의식적인 생각의 차이점인가요?

Lester: 그렇습니다.

무의식적인 생각은 지금 이 순간에 활동하고 있지만 우리가 보고 있지 않은 생각입니다.

여러분들은 심장의 박동을 의식하고 있습니까? 호흡은요? 소화를 시키는 화학 과정은요?

우리가 이러한 것들을 의식적으로 하고 있나요?

글쎄요.

우리는 이런 것들을 무의식적으로 하고 있습니다.

Q: 저는 그것을 생각해본 적이 없네요.

Lester: 알고 있습니다.

하지만 저는 여러분들에게 어떻게 몸에 대한 모든 생각들이 비록 의식하고 있지는 않더라도 지금 작동하고 있는지와 얼마나 많은 생각들이 몸을 작동시키는 데에 관련이 되어 있는지를 보여주고 싶었던 겁니다.

그 생각들은 우리가 의식하지 않더라도 지금 이 순간 작동하고 있습니다.

Q: 그것은 자동적인 것이군요.

Lester: 그렇습니다.

하지만 그 자동화된 과정을 작동시키는 사람은 누구죠? 우리 자신입니다.

원래 몸을 작동시키는 것을 의식할 필요가 없다는 것은 아주 유용한 것이었습니다.

그리고는 우리가 그것을 자동화시켰다는 사실을 잊어버렸고 그래서 이제는 그 생각들이 우리를 굴리고 있습니다.

우리가 그것을 무의식으로 만들어 버렸기 때문에 바꾸기가 힘듭니다.

우리가 그것을 의식하게 되면 우리는 바꿀 수가 있게 되죠.

우리는 그것에서 자유로워지고 다시 몸에 대한 통제를 가질 수가 있습니다.

우리의 목적은 무의식적인 생각들을 렛고우하는 것입니다.
이 습관적인 과거의 생각들이 우리를 자동적으로 속박하고 있습니다.
모든 습관적인 생각은 어느 정도의 자유와 행복을 앗아가는 속박입니다.
우리들은 이러한 과거의 습관적인 생각들을 우리가 그것들로부터 완전히 자유로워질 때까지 렛고우를 해야만 합니다.
그리하면 우리는 완전히 깨닫고 해탈한 마스터가 된 것이죠.

Q: 그러한 습관적인 생각들 때문에 말 몇 마디가 우리를 쥐락펴락하는 것이군요.
우리가 어떤 말들을 들으면 우리는 말 그대로 미쳐버립니다.
또는 어떤 말들을 들으면 기분이 좋아지고 말이죠.

Lester: 그렇죠.

그러니까 우리의 목표는 이런 무의식적인 생각들을 모두 렛고우하는 것입니다.
우리는 지금까지 멋진 작업을 해왔습니다. 생각과 마음을 통해서 말이죠.

저는 이제부터 우리가 좀 더 나아갈 것을 말하려고 합니다.

우리가 좀 더 직접적으로 즉 우리의 참자아를 경험함으로써 마음을 더욱 고요하게 만들어야 한다는 것이죠.

이것은 명상을 하면서도 할 수가 있습니다.

저는 '명상'이라고 하는 단어를 다시 정의하고 싶군요.

제가 명상이라고 말을 할 때면 한 가지 생각만을 붙들고 나머지 다른 생각들은 들어오지 못하게 함으로써 그 한 가지 생각이 의문이 되는 것을 말합니다.

다른 생각들이 떨어져 나감으로써 마음은 더욱 고요해지고 집중되어집니다.

마음이 집중되었을 때 당신은 참자아를 경험할 것이고 그것이 당신의 모든 질문에 답을 줄 것입니다.

이것이 우리가 속박에서 빠져나오기 위해서 가지는 의문에 대한 대답을 줄 것입니다.

명상을 할 때 마음을 고요하게 하기 위해서 당신이 자리에 앉는 순간 마음이 더 시끄러워지는 것처럼 보입니다.

이것은 자연스러운 것입니다.

우리가 생각을 내려놓을 수 있도록 생각이 올라오는 것이죠.

그리고 우리가 생각들을 렛고우하면 할수록, 우리가 렛고우해야 할 생각들은 점점 더 줄어들게 됩니다.

언젠가 마음이 충분히 고요해져서는 우리가 자신의 '무한한 존재'를 완전히 볼 수 있을 때가 올 것이고, 남아 있는 모든 생각들을 한 번에 떨칠 수가 있습니다.

그리고 더 이상 생각이 없을 때 우리는 자유롭게 오직 우리 자신의 무한한 참자아만이 있습니다.

Q: 제 마음은 점점 더 시끄러워지기만 합니다.

Lester: 그게 아니고 당신이 더 많은 무의식적인 생각을 보는 것입니다. 더 생각을 많이 하게 되는 게 아니고, 그 생각들을 더 많이 의식할 수 있게 된 것입니다.

당신을 굴러대던 무의식적인 생각들이 위로 솟아오르는 것이죠.

당신이 명상을 할 때마다 이런 일이 일어날 겁니다.

그리고 연습을 통해서 언젠가 당신은 다른 생각들은 들어오지 않으면서 하나의 질문 하나의 생각을 붙들 수 있게 됩니다.

당신이 거기까지 이르면 당신은 급속도로 나아가게 됩니다.

당신이 모든 무의식적인 생각들을 내려놓으면 당신은 신이 무엇인지를 알게 되고 당신의 <존재>가 바로 신이라는 것을 알게 됩니다.

Q: 저는 명상할 때 느끼는 기분이 뭔지 알고 싶은데 아주 좋은 음악을 들을 때의 느낌과 비슷한 건가요?

Lester: 네. 그것은 당신이 가질 수 있는 가장 멋지면서도 고요한 느낌입니다.

Q: 그러면 제가 이해한 바로는 명상이란 것은 생각들을 만지작거리는 게 아니라 이런 기분 좋은 느낌을 타고서는 그것이 확장되어 가도록 허락하는 것이겠군요.

Lester: 그렇죠.

하지만 그 기분 좋은 느낌은 생각들을 고요하게 해서 오는 것입니다.

언젠가는 명상의 느낌이 음악을 들을 때의 느낌보다 훨씬 더 즐거울 때가 올 것입니다.

Q: 제가 느끼기에는 무언가가 너무나 솟아올라서는 마치 제가 터져버릴 것만 같은 느낌이었습니다.

Lester: 당신은 결코 터져버리지는 않을 겁니다.

왜냐하면 당신이 받아들일 수 있는 만큼만 받아들일 것이기 때문이죠.

우리 안에는 너무나도 어마어마한 것이 있어서 그것이 한꺼번에 온다면 우리는 그것을 받아들일 수가 없습니다.

Q: 그렇다면 명상은 우리의 받아들임과 관련이 있는 것이겠군요.

Lester: 바로 그겁니다!

우리가 명상을 할수록 우리는 더 수용적이 될 것이고 우리가 더 받아들일수록 우리는 더 명상을 잘하게 됩니다.

저는 우리들이 더욱 받아들일 수 있도록 도움이 될까 하는 생각에서 명상을 강조하고 있는 것입니다.

여러분들은 힌두교도가 되거나 요기가 될 필요가 없습니다.

여러분은 100% 아메리칸이면서도 뛰어난 명상가가 될 수 있습니다.

명상이란 것은 단순히 하나의 질문이나 생각을 붙들고서는 다른 모든 생각들을 들이지 않는 것입니다.

그리고 그 생각과 질문이 당신의 존재에 관한 것일 때 그것이 올바른 명상입니다. 명상을 잘하기 위해서는 우리가 한가지의 질문을 붙들고 있는 동안 들어오는 다른 생각들을 렛고우하는 작업을 해야만 합니다.

그리하면 그 한 가지 질문은 그것이 무엇이든 대답이 주어질 것입니다.

“나는 누구인가?”라는 것이 마지막 질문입니다.

우리가 그것에 완전한 대답을 얻을 때 우리는 궁극의 상태에 있을 것입니다.

Q: 우리가 스스로에게 질문을 할 때 우리는 자동적으로 대답을 하려고 애쓰게 되지 않나요?

Lester: 네. 당신은 그렇겠죠.

하지만 당신의 마음은 대답을 줄 수가 없습니다.

마음은 결코 “나는 누구인가?”라는 질문에 대답을 줄 수가 없습니다.

왜 그럴까요?

깨달음은 마음을 없애는 것이고 그 질문을 들고 있는 마음은 스스로를 없애려 하지 않습니다.

그것은 마치 “나 자신을 없애야 해.”라고 말하는 것과 같아요.

마음은 결코 자신을 없애길 원하지 않기 때문에 마음이 “나는 누구인가?”라는 질문을 붙들고 있을 때 마음은 영원이 다할 때까지 절대로 그 대답을 주지 않을 것입니다.

바로 이런 이유 때문에 지적인 이해는 여기까지만 우리를 데려다 줄 수 있는 겁니다.

마음은 우리에게 그 대답을 줄 수가 없는데 왜냐하면 마음은 그 자체가 제한되고 한계 지워진 것이기 때문입니다.

궁극의 대답은 무한입니다.

마음은 “나는 누구인가?”라는 질문을 제기할 수는 있지만 그 대답이 올 때면 그것은 마음을 초월한 곳에서 옵니다.

오직 마음을 고요히 했을 때만 당신은 자신이 누구인지를 볼 수가 있습니다.

마음이 당신의 본래의 모습인 이 무한한 참자아를 가려서 보지 못하게 만들었습니다.

Q: 하지만 저는 이면에서 뭔가 붙들만한 것을 찾으려고 하고 있습니다.

이 빛나는 이러한 느낌이 그것일까요?

Lester: 네. 만약 당신이 그 빛을 살펴본다면 그것이 존재의 “나임”이라는 느낌이라는 것을 알게 될 것입니다.

Q: 우리가 간혹 가지게 되는 이 느낌이 참된 존재의 빛이 비춰지는 것이라면, 우리가 경험하는 것이 아무리 조그만 부분이라 하더라도 이것이 바로 우리가 계속해서 가져야 할 경험이 되겠군요. 그렇죠?

Lester: 그렇습니다. 오직 그것만을 경험해가면 그것이 바로 그것입니다.

그리하면 항상 “나-나-나-나”의 경험만을 가지게 될 것이고 당신은 도달한 것입니다.

Q: 이제까지 저는 오로지 지적인 이해만 있었는데 지금 이순간이 제가 처음으로 가지는 확고한 체험인 것 같습니다.

Lester: 실제로는 그렇지 않습니다.

당신이 깨달음을 얻게 되면 항상 그러한 경험의 느낌이 있었다는 것을 알게 될 겁니다.

Q: 제가 발견한 게 바로 그겁니다.

전 지금 이 빛나는 느낌과 하나가 된 것 같아요.

Lester: 그렇죠. 그 빛나는 느낌이 지적인 이해보다 더 높은 것입니다.
이것은 단순히 경험하는 것이죠.

Q: 제가 원했던 게 바로 이런 경험이었어요.
책에서 읽을 때는 너무 복잡하게 보였거든요.
자아실현 동지회의 가르침과는 어떻게 부합이 되는 걸까요?

Lester: SRF의 가르침 역시 다른 접근법에서 똑같은 것을 말하고 있습니다.
그들의 접근법은 대다수의 구도자들을 위한 것입니다.
그리스도교는 사랑과 헌신 신에게 대한 순복 등의 영역입니다.
SRF의 가르침은 예고를 없애기 위해서 열심히 노력하라고 말하는 대신에 “신
에게 모든 것을 맡기세요.”라고 말하는 겁니다.
만약 당신이 진정으로 순복한다면 그것은 예고를 순복시키는 것입니다.
“저의 뜻이 아니라 당신의 뜻대로 하소서.”라는 것이 예고를 순복시키는 것이죠.

SRF는 명상을 통해서 당신의 마음을 고요하게 하도록 가르칩니다.
그렇게 하면 당신의 무한한 참자아가 뚜렷해지는 것이죠.
SRF의 주된 가르침은 크리야 요가라고 불리우는 방법론인데 모든 사람이 접
근할 수 있는 통합적인 방법입니다.
당신이 전체적인 그림을 이해하게 된다면 아무런 불일치를 보지 못할 것입니다.
저는 여러분들이 마음을 고요하게 하고 렛고우하도록 하고 있습니다.
그들의 가르침 또한 똑같은 것으로 귀결될 것입니다.
그리고 우리의 지적이고 지혜를 사용하는 길과 그들의 헌신과 사랑 순복의 측
면에서 균형을 잡는 것은 좋은 일입니다.
우리가 한쪽을 버리고 다른 쪽만 취할 수는 없습니다.
그러니까 두 가지 측면에서 접근하는 것은 매우 도움이 되죠.
그리고 우리는 도움이 될 수 있는 모든 것을 이용해야 합니다.
우리에게는 그게 필요합니다.
지금 지구상에 있는 우리는 매우 낮은 단계의 시기를 지나고 있습니다.
우리가 세상 속에 살면서 매일 매일 반대되는 것들을 경험하게 되는 상황에서
어떠한 것이라도 도움이 된다면 이용해야 합니다.
우리에게 도움이 되는 것으로 말하자면 ‘자신의 참자아가 되는 멋지고도 황홀
한 경험’보다 더 크고 실제적인 도움은 없습니다.
더욱 받아들이세요.

당신의 조그마한 에고를 순복시켜서 참자아의 힘이 당신에게 흘러들도록 해서
는 마침내 오로지 참자아의 힘만이 당신을 통해 흐르게 하세요.
그 힘에 모든 영광이 있습니다. 그 힘과 함께 머무세요!
당신의 무한하고 영광스러운 참자아로 머물고 거기에 안주하십시오!

21. 성장은 매일의 일상에서 일어날 수 있습니다.

여러분 대부분은 매일마다 자신의 성장에 중요한 발걸음을 내디딜 멋진 기회들을 제공받는다라는 사실을 깨닫지 못하고 있습니다.

여러분이 이 사실을 보고 알게 된다면 너무나도 어렵게 보이는 그 목표가 곧 당신의 손에 쥐어질 것입니다.

이러한 사실을 깨달으시고 세상의 고통을 끝내세요!

이렇게 하기 위해서는 당신은 세상에서 일어나는 일들이 당신과 관련이 있다는 것을 받아들이고 당신의 성장의 도구로 심지어는 스승으로 받아들여야 합니다.

당신은 불쾌한 것들을 바로 보아야 합니다.

당신은 그것들을 정면으로 마주하고 객관적인 시각으로 그것들의 원인을 알아내야 합니다.

그 방법은 2가지 중 하나를 택하거나 2가지를 다 사용 할 수 있습니다.

어떤 사람이나 어떤 일이 당신을 성가시게 하고 당신이 불행하게 될 때마다 혹은 당신이 누군가나 어떤 일에 반응할 때마다 자신에게 물어보세요.

“이것을 어디서 어떻게 내가 불러들였지?”

당신의 마음을 들여다보시고 그 사건을 일으켰지만 이제는 과거의 생각이 되어서 잠재의식이 되어버린 생각을 보세요.

당신 안에 있는 원인 생각을 발견하게 되면 당신은 사건의 주도권을 쥐게 되는 겁니다.

2번째 방법은 당신에게 더 직접적으로 도움이 될 것입니다.

당신이 불쾌한 어떤 것을 경험하거나 반응할 때마다 그것은 항상 예고의 동기가 있기 때문입니다.

당신 자신에게 물어보세요.

“이 일의 뒤에 있는 나의 예고의 동기가 무엇이지? 지금 이 상황과 달라지기 위해서 이 상황에서 내가 무엇을 하길 원하지?” 당신이 그것을 발견하게 되면 그것을 놓아버리고 자유로워지세요.

당신의 일상에서 일어나는 불쾌한 일들을 매일 매일 더 자유로워지는 방법으로 삼으세요.

당신이 이렇게 할 때마다 이 과정은 더 쉬워지고 더 빨라집니다.

이 둘 중 한 가지 방법을 쓰든 둘 다 쓸 쓰든 당신은 자유로워지고 빠른 시간 안에 통제권을 되찾을 수 있게 됩니다.

매일 매일 이 두 가지 방법을 사용하는 습관을 기르세요.

당신이 불쾌할 때마다 시선을 돌리거나, 다른 일을 하거나 오락을 찾음으로써 그것에서 회피하려고 하지 마세요.

이것은 당신이 할 수 있는 최악의 것입니다.

당신은 결코 불행을 렛고우하거나 없앨 수가 없을 것입니다.

어떤 일이 일어났을 때 당신이 마스터라는 것을 발견하거나 혹은 어떠한 고통의 뒤에 있는 예고의 동기를 보아서 그 특정한 불행을 되돌리세요.

대부분의 사람들은 불행할 때 회피하려 하거나 그 슬픔으로부터 도피하거나 불행에서 벗어나 행복해지기를 기원합니다.

이러한 것들이 이 불행의 패턴이 미래에도 계속되도록 하는 것입니다.

이런 행위는 자신이 그 불행을 없애야만 하는 시간을 언제인지도 모를 만큼 뒤로 미루는 것입니다.

도피하는 것은 마약보다 더 좋지 않은 세상에서 최악의 변명거리입니다.

모든 도피는 완전한 시간 낭비일 뿐이며, 불행을 더 지속되게 하고 붙들고 있는 것입니다.

당신이 더 고통스러워할수록 그 고통은 더욱 깊이 스며듭니다.

그러므로 우리는 고통에서 도피해서도 고통 속에 머물러 있어도 안 됩니다.

앞서 말한 2가지 방법 중에 하나를 사용해서 영원히 고통에서 벗어나야 합니다.

모든 고통은 우리가 한계 지워진 예고가 되려고 하는 것에서 기인합니다.

우리가 더욱 참자아가 될수록 우리는 더욱 행복해집니다.

우리가 완전히 참자아가 되기 전까지는 우리가 완전하게 행복해질 수는 없습니다.

왜 오락거리나 도피 따위로 시간을 낭비하고 있습니까?

오락거리를 찾아다닐 때마다 우리의 목표를 연기하고 조금씩 더 멀리 밀어내고 있는 셈입니다.

오직 집착에서 벗어난 깨달은 존재만이 속박과 고통을 낳지 않고서도 이 세상의 것들을 즐길 수 있습니다.

모든 사람들이 오락거리에서 찾고 있는 것은 고통으로부터 벗어나고 참자아의 행복을 맛보는 것입니다.

고통에서 도피하는 것은 당신을 영원히 비참하게 만듭니다.

문젯거리들은 우리들이 잘못된 방향에 있다는 것을 계속해서 우리에게 일깨워 주는 것입니다.

모든 고통은 기본적으로 당신의 참자아를 한계지운 것에서 오는 고통입니다.
내면에 근심거리가 있는 한 행복해질 수가 없습니다.
근심거리란 당신이 일어나기를 원하지 않는 일이 일어날지도 모른다고 하는
생각입니다.
오직 당신이 원하는 일만이 일어나기를 기대하세요.
모든 문젯거리들의 근원은 분리된 개인이라는 예고 감각입니다.
모든 불행은 분리에서 옵니다.

한계와 고통은 같은 것입니다.
고통은 무한한 존재가 유한한 존재가 되려고 하는 것 때문에 일어납니다.
만약 당신이 불행할 때 그 반대로 생각하고 느낄 수 있다면 당신은 그 효력을
불러올 수 있습니다.
고통은 복잡하고 행복은 단순합니다.
만약 당신이 고통을 본다면 그건 당신의 고통입니다.
당신이 겉으로 보이기에 불완전한 것에서도 완벽함을 볼 수 있다면 그 고통은
단지 겉모습일 뿐입니다.
당신이 고통스러울수록 당신은 도피(사교행위 오락거리 등)를 해서는 안 됩니다.
그러기보다는 차라리 혼자 고요하게 그 원인을 살펴보고 렛고우를 하거나 혹
은 당신의 참자아로 들어가십시오.
결코 고통에서 도피함으로써 당신이 성장할 수 있는 좋은 기회를 흘려보내지
마세요.
고통이란 단지 우리가 자신을 행복으로 나아갈 수 있도록 셋팅해놓은 채찍질
일 뿐입니다.
참자아에서 벗어날수록 우리는 더욱 고통스럽고 비참하게 되어서 마침내는 너
무나도 고통스러워서 그것을 견딜 수 없게 되어 우리의 참자아로 다시 되돌아
가게 될 것입니다.

당신이 “난 가지고 있지 못해.”라고 말할 때, 당신은 거짓을 말하고 있는 것이
고 그것이 가지지 못하는 불행의 시작입니다.
당신이 고통스러울 때면 언제나 당신은 예고에 머물러 있는 것입니다.
당신의 고통스러움이 당신을 다시 정렬하도록 해야 합니다.
그저 “좋아. 지금 내가 잘못된 방향에 있는 거로군.” 이렇게 말하고서는 방향
을 바꾸고 다시 행복해지세요.
누구나 행복해질 수 있고 누구나 고통을 느낄 수 있습니다.

당신은 왜 그런지에 대한 이유를 알 필요는 없습니다. 그냥 바꾸세요!

모든 세상의 집착은 고통으로 가는 지름길입니다.

고통이란 단지 한계를 셋팅하는 것입니다.

고통의 정도는 우리가 얼마나 자신을 한계 지워진 것으로 생각하느냐에 달려 있습니다.

세상에서의 모든 즐거움은 고통과 관련이 되어 있습니다.

왜냐하면 이 즐거움이 미래에 지속되지 못 할 것이라는 느낌이 항상 따라오기 때문입니다.

당신은 당신의 감정을 켤 수 있고 만약 당신이 감정들을 다룰 수 있다면 그 감정들을 꺼버릴 수도 있습니다.

즉 감정들을 컨트롤 할 수 있다는 것이죠.

하지만 감정을 억누르지는 않도록 주의하세요.

당신이 만약 진실로 문젯거리들의 실상을 볼 수 있다면 그것은 사라져 버립니다.

당신은 어떠한 문젯거리라도 지금 즉시 없애버릴 수 있습니다.

모든 문젯거리란 예고의 문젯거리일 뿐입니다.

문젯거리가 있기 위해서는 반드시 예고의 좌절이 있어야만 합니다.

순교라는 것도 예고의 행위일 수 있습니다.

고통을 겪는 것은 신성함의 반대되는 것입니다.

고통이 영적인 것은 전혀 아닙니다.

신은 기쁨입니다. 고통은 사탄의 것입니다.

당신이 지금 고통 받을수록 앞으로 더욱 고통 받게 될 것입니다.

고통이란 카르마를 통해서 더욱 고통만을 가져올 뿐입니다.

고통이 당신을 신으로 향하게 하거나 당신의 참자아를 찾게 하는 것이라면 좋은 것일 수도 있습니다.

당신이 고통을 느끼는 매순간마다 당신이 앞으로 크게 나아갈 수 있는 뛰어난 기회가 주어집니다.

우리가 참자아가 임하는 것을 적게 허용할수록 우리는 더욱 고통스러워질 것입니다.

어떠한 것에 대해서 슬픔을 느낀다는 것은 그것을 붙들고 있다는 말입니다. 그저 “이게 내가 렛고우해야 할 것이군.”하고 말하면 즉각 기분이 더 좋아질 것입니다.

당신이 고통스러울 때 그것에서 도피하려 해서는 안 됩니다.

그 이유를 알 때까지 고요하게 내면으로 들어가시든지 아니면 더 좋은 방법으로 자신의 참자아가 되세요.

만약 당신이 기분이 좋지 않은 것에 대해서 온전히 책임을 진다면 당신은 마스터가 된 느낌일 것입니다.

당신이 초조함을 느끼거나 불행함을 느낄 때마다 그 뒤에는 에고의 욕망이 있습니다.

만약 당신이 그것을 제대로 볼 수 있다면 당신은 웃으면서 그것을 렛고우하게 될 것입니다.

그것은 당신을 굴리고 있는 무언가를 렛고우할 수 있는 기회입니다.

에고의 동기에 의한 욕망을 보았을 때 그것을 렛고우를 하면 당신은 즉시 가벼워지고 행복해질 것입니다.

당신이 에고를 내려놓을 때마다 당신은 기쁨을 경험합니다.

고통 받는 자가 누구인지 알아낼 때 당신은 기쁨을 찾아낼 것입니다.

22. 완벽한 몸

Lester: 우리가 완벽한 몸을 가져야 할까요?

만약 당신이 그렇게 할 수가 없다면, 저는 예스라고 절대적으로 그렇다고 대답할 것입니다.

Q: 만약 우리가 그렇게 할 수가 없다면요?

Lester: 네.

Q: 모순이군요!

Lester: 아닙니다. 할 수 없는 것을 할 수 있는 것으로 바꾸세요.

당신이 몸을 완벽하게 할 수 없다면 그렇게 하는 것을 배워야 합니다.

몸을 완벽하게 할 수 있다하더라도 일단 그렇게 할 수 있게 되면 몸이 가는 대로 내버려 두는 게 더 좋습니다.

그것이 건강하든 아프든 영향을 받지 않으면서 말이죠.

우리가 충분한 이해에 도달하게 되면 몸에 무슨 일이 일어나더라도 똑같은 것입니다.

이제까지 전체적인 접근을 해보았으니 더 상세하게 설명을 하도록 하죠.

만약 우리가 완벽한 몸을 원하는데 우리의 몸이 완벽하지 못하다면 우리가 몸을 완벽하게 만들 수 있다는 확신을 가지지 못해서입니다.

이것은 우리가 무의식적으로 완벽하지 못한 몸에 대한 의식을 가지고 있다는 것이죠.

몸은 마음의 완벽한 복사물이고 우리의 의식이 밖으로 투사된 것일 뿐입니다.

우리는 우리의 무의식적인 생각을 우리의 몸이 완벽하다는 무의식적인 확신들이 때까지 바꾸어야 합니다. 그러면 됩니다.

자. 완벽한 몸을 가지는 게 필요할까요? 아니오. 그렇지 않습니다.

하지만 완벽한 이해를 가지는 것은 필요합니다.

이러한 이해를 가지기 위해서 만약 당신이 완벽한 몸을 가질 수 없다면 몸을 완벽하게 만드는 것을 배우세요.

그렇게 할 수 있을 때 당신은 “나는 몸이 아니다.”, “몸은 나에게 영향을 미치

지 않는다.”라는 영적인 이해를 가짐으로써 완벽한 몸을 가져야 한다는 필요를 넘어설 것입니다.

이것이 훨씬 더 높은 상태입니다.

실제로 이것은 당신의 몸에 무슨 일이 일어나든 당신의 평정심을 유지할 수 있는 가장 높은 상태입니다.

이 몸은 무한하지 않습니다.

이것은 극도로 제한되어있고 매우 매우 섬세한 탈 것입니다.

체온을 12도 정도 바꾸면 죽습니다.

독극물 같은 화학물을 조금이라도 먹으면 죽습니다.

산소가 끊어져도 죽습니다.

그러니까 이 몸은 지극히 제한된 탈 것이란 말이죠.

몸이 되는 것보다 참자아가 되는 것이 훨씬 더 좋습니다.

그리고 모든 두려움들의 배후에 있는 죽음의 두려움으로부터 빠져 나오세요.

불완전한 몸을 가진 채로 그 몸이 당신을 방해하지 않도록 하는 수련은 아주 고도의 영적인 수련일 수 있습니다.

완전히 깨달은 많은 마스터들이 연약하고 아픈 몸을 가진 채로 삶을 살아갔습니다.

다른 사람들에게 육체를 중요시하지 않는 보기를 보였던 거죠.

왜냐하면 육체란 한계 지워진 새장과 같은 것이니까요.

우리가 몸 안에 있는 것이 아니라 몸이 우리 안에 있는 것입니다.

우리에게 있어서 가장 큰 제한은 “나는 이 몸이야.”라는 것입니다.

육체 자체가 한계일 뿐 아니라 그것은 다른 수백 가지의 한계들과 연관되어 있습니다.

제가 처음에는 저의 몸의 불완전함을 즉각 바로 잡았었지만 지금은 몸을 바로 잡지 않는 것을 더 좋아합니다.

하지만 몸에 무슨 일이 일어나더라도 그것이 저를 조금도 건드리진 못합니다.

지금부터 3-4년 전부터 전 이렇게 하고 있어요.

저는 당신이 몸과 동일시하지 않을 때 어떤 일이 일어나는지 말해줄 수가 있어요.

예전에 장작으로 쓰려고 나무들을 트럭에 싣고 있었는데 나무 하나가 움직이질 않더군요.

그래서 제가 그 나무에 어깨를 대고서는 엄청난 힘으로 밀었어요.

나무는 움직였지만 전 허리에 디스크가 생기고 말았죠.

제가 이 사고를 이야기하는 이유는 이게 견딜 수 없을 정도로 통증이 심했던

경우였기 때문이에요.

전 통증으로 바로 주저앉아 버렸죠.

그리고는 제가 말했어요. “레스터 넌 몸이 아니야.”

무슨 말이나 하면 제가 만약 몸이 아니라면 몸은 나를 괴롭히지 못한다는 거죠.

전 거기에 고통이 있다는 것을 알고 있었지만 아주 멀리 떨어진 곳에 있는 미약한 통증과도 같아서 저를 괴롭히지 않았어요.

저는 즉시 다른 나무들을 실을 수 있었습니다.

몸은 마치 불안전하지 않은 것처럼 움직였어요.

다른 경우도 있는데 한번은 발목을 빼어서 부어올랐어요.

이것도 역시 아팠지만 제가 몸과 동일시하지 않았을 때 여전히 발목이 뻐 상태였지만 마치 발이 완벽한 것처럼 걸을 수 있었어요.

아까 말했던 디스크가 생겼을 때 전 아침에 일어나서는 제가 몸이 아니라고 하는 것을 깜빡하자 통증이 매우 심했어요.

침대에서 빠져나오기 위해서 거의 기다시피 해야만 했죠.

처음 하루 이틀 정도는 이랬던 기억이 납니다.

그러다가 저는 고개를 흔들고는 이렇게 말했습니다.

“이런. 이게 뭐야!” 상황을 문득 깨닫고서는 저는 말했어요.

“오~ 난 몸이 아니야.” 그리고는 일어서서는 하루 종일 몸이 아무렇지도 않은 듯이 할 수 있는 모든 일을 다 했어요.

아직 여전히 저 멀리 약한 통증이 있다는 것은 알고 있지만 절 방해하진 못해요.

이런 형태의 훈련이야말로 할 수만 있다면 최고의 연습입니다.

몸을 넘어가세요!

Q: “몸은 완벽해.”라고 말하고 완벽한 몸을 가지는 게 더 간단한 것 아닌가요?

결국은 선생님께서 몸을 컨트롤하신 거잖아요.

왜 침대에서 빠져나오실 때 고통을 겪고 불편을 느끼시는 건가요?

Lester: 제가 침대에서 나올 때 저는 몸과 동일시하고 있었습니다.

그래서 고통이 그렇게 심했던 것이죠.

하지만 제가 그렇게 하기를 그만 둔 바로 그 순간 모든 것이 괜찮아졌습니다.

저는 즉시 일어났고 몸은 어떤 일이든 다 할 수 있었습니다.

이런 것은 당신의 영적인 깨우침에 대한 테스트가 될 수 있습니다.

이것은 더 높은 상태입니다.

이것이 몸에서 벗어나는 것입니다.

Q: 선생님께서 몸이란 것은 정신의 반영에 불과한 것이고 또 선생님께서 오로지 완벽함만이 있다는 것을 알고 계신데 어떻게 불완전한 몸을 가질 수가 있는 거죠?

Lester: 처음에는 제가 몸과 동일시를 했고 잠시 후에 저는 그렇게 하기를 그만 뒀습니다.

제가 한 단계 아래로 내려가서 설명을 해드릴까요?

아니면 제가 지금 있는 이 자리에서 설명을 할까요?

Q: 지금 계신 곳에서 계속 설명해주세요.

Lester: 완벽한 몸이 최고의 경지는 아닙니다.

몸이 완벽하다 할지라도 몸은 제한된 것입니다.

완벽한 몸이지만 여전히 몸입니다. 완벽하긴 하죠.

더 높은 경지는 몸이 아니라 전체가 되는 것입니다.

아~ 머리를 흔들고 계시는군요. 대답이 되었나요?

Q: 전 선생님께서 말씀하시는 것을 이해해 보려고 합니다만...

Lester: 다시 말하지만 이것은 레벨의 문제입니다.

하지만 우리는 지금 아주 높은 레벨에 있기 때문에 전 여기서 머물고 싶어요.

몸에서 벗어나서 당신의 참모습으로 있으세요.

무한함이 되세요!

전체가 되세요!

완벽함은 완벽한 몸이 아닙니다.

완벽함은 절대적인 완벽함입니다.

비록 여러분들이 그 완벽함을 완벽한 것들이라는 차원으로 끌어내리려는 성향이 있다는 것은 이해하지만 완벽함은 어떤 사물 따위와 관련된 것이 아닙니다.

세상의 어떠한 것도 완벽하지 못합니다.

모든 것들은 한계 지워진 것들이고 형체와 공간에 속박되어 있습니다.

그러니 최고의 상태 절대적 상태는 '아무것도 아님의 상태'입니다.

그것은 그저 존재함 혹은 순수의식, 순수자각입니다.

그것은 몸이 되는 것이거나 어떤 사물이 되는 게 아닙니다.

그저 존재하는 것입니다.

요약해서 말해보면 물론 당연히 우리는 완벽한 몸을 가져야 합니다!
우리 몸이 늘상 우리의 주의를 그쪽으로 당기기만 한다면 우리가 진리를 탐구하는 것은 어렵습니다.
그러니까 몸을 가능한 한 완벽하게 만들어서 몸의 요구를 덜어내세요.
하지만 보다 더 높은 차원은 우리가 몸과 동일시하지 않기 때문에 몸이 우리에게 어떤 영향도 미치지 않는 상태입니다.
이제는 몸의 이 상반된 2가지 측면이 명확해지셨나요?
완벽한 몸을 만드는 것은 멋진 일입니다.
몸에서 벗어나는 것은 더더욱 멋진 일입니다.

Q: 선생님. 저의 경우는 무언가가 되거나 무언가를 자각하지 않고서 그냥 존재한다거나 자각이 된다는 게 너무나 어렵습니다.

Lester: 선생뿐 아니라 우리 대부분이 그렇습니다.
하지만 최고의 차원은 그저 존재함 오직 존재 혹은 의식 오직 의식만이 있을 뿐입니다.
그것은 모든 의식을 의식하고 있는 의식입니다.
그것은 모든 존재로서 존재하는 존재입니다.
그리고 최고의 차원에서 존재와 의식은 똑같은 것입니다.

Q: 선생님. 그러면 우리가 이런 한계를 즐기지 못하게 되는 건가요?

Lester: 할 수 있습니다. 만약 그렇게 선택하신다면요.
하지만 그것이 궁극의 기쁨은 아닐 것입니다.
만약 당신이 더욱 많은 기쁨을 원하신다면 어떤 대상을 즐기려 하지 마십시오.
그냥 기쁨이 되세요.
행복은 우리 안에 있는 타고난 본성입니다.
우리는 모든 것입니다.
우리는 인위적으로 부족함을 만들어내었고 그리고는 그 부족함을 덜어내고자 하는 욕망을 만들어내었습니다.
그렇기 때문에 부족함이 없어지면 우리는 기분이 약간 나아지는 것이죠.
이건 마치 당신을 바늘로 찔러대는 것과 같아요.
바늘로 찔러대다가 아프면 그것을 치워버리고서는 이렇게 말하죠.
“오 기분 좋은 걸.”

이게 바로 우리가 사물이나 사람에게서 기쁨을 얻는 것과 정확히 똑같은 것입니다. 우리는 부족함을 창조하고서는 스스로를 바늘로 찔러댁니다.

그리고 그 바늘(부족함 고통)을 치워버리고서는 이렇게 말하죠.

“아! 기분이 좋아. 난 이게 정말 좋단 말야. 행복해.”

당신이 행복함을 느낄 때마다 당신은 오로지 당신의 참자아를 느끼는 것입니다. 정도의 차이는 있겠지만 행복해질수록 당신은 참자아를 더욱 많이 느끼는 것입니다.

그리고서는 당신은 어리석게도 그 행복의 원인을 자신의 바깥에 있는 사물이나 사람들에게로 돌리는 것이죠.

그 메커니즘은 이렇습니다.

당신이 부족함을 창조했을 때 당신은 “내가 행복해지기 위해서 나는 이 사람이 필요하고 이 물건이 필요해”라는 생각을 만들어내었습니다.

그것이 고통 - 욕구 부족함 -의 원인이 되었고, 당신이 그 부족함의 생각에서 풀려날 때 당신은 다시 자신 안에 있는 참자아로 되돌아오게 되고 이것을 우리는 행복이라 부르는 거죠.

당신의 행복이 당신 안에 내재되어 있다는 것을 깨우치는 것은 대단한 성취입니다.

이제껏 당신이 생각해왔던 행복이란 실제로는 행복을 없애버리고서는 그것을 바깥에 있는 사물이나 사람에게서 구하고자 하는 것이었던 거죠.

그러니까 만약 당신이 몸을 즐기려 한다면 그건 당신의 특권입니다.

하지만 더 큰 기쁨을 얻고자 한다면 몸을 즐기려 하지 말고 기쁨이 되십시오.

그게 당신의 본래의 상태이니깐요.

그건 가장 자연스러운 상태입니다.

어떤 것이 반드시 있어야만 하는 게 아닙니다.

당신이 스스로가 전체임을 볼 때 부족함이란 없습니다.

그러므로 당신의 기쁨을 직접 취하세요. 참자아가 되세요.

그게 바로 무한한 기쁨입니다.

Q: 이제 한 단계 아래로 내려와서 선생님이 몸을 변화시키신 경험에 대해서 이야기를 해보죠.

왜냐면 사실 우리 중 많은 사람들이 이걸 충분히 이해하지 못하고 있거든요.

Lester: 좋습니다. 저는 제 몸이 나무와 같이 생명이 있다는 것을 보았습니다.

그것은 탄수화물과 미네랄 등으로 이루어져 있고 나무와 같은 화학물질로 이루어져 있다는 거죠.

그러니까 이 몸에서 유일한 생명은 바로 나인 것이죠.

내가 이 몸에 생명력을 불어 넣었습니다.

저는 이 몸이 나의 의식이라는 것을 보았고 나의 의식이 이 몸에 생명을 불어 넣었다는 것을 알았습니다.

당신이 스스로 몸을 만든다는 것을 알게 되면 그것을 바꿀 수도 있습니다.

정신적으로 변화를 시키는 것이죠.

우리가 지금 가지고 있는 이 몸은 오늘날까지 쌓아온 학습의 결과물입니다.

몸에 대한 나의 개념은 이런 것이고 당신의 몸에 대한 당신의 개념은 또 저런 것이죠.

이제 그것은 아주 깊은 무의식적인 개념입니다.

그래서 몸을 바꾸기가 어려운 것이죠.

몸을 완벽하게 하는 것은 겉으로 보기에 불가능한 것처럼 보이더라도 불완전한 몸에 대한 과거의 개념들을 렛고우하는 것이 필요합니다.

하지만 이것은 부정적인 방법 즉 불완전함이라는 부정적인 개념들을 제거하는 것이고 어렵습니다.

더 좋은 방법이 있는데 당신의 마음에 완벽한 몸이라는 그림 즉 거기에 있어야 할 것을 집어넣는 긍정적인 방법이 있습니다.

완벽한 몸이라고 하는 이 그림은 의도의 힘과 함께 집어넣어야 하는데, 불완전한 몸이라고 하는 과거의 그림들을 다 합친 것보다 더 강력해야 합니다.

과거의 생각들보다 더 강력한 생각으로 완벽한 몸에 대한 이미지를 상상해야 하는 것이죠.

이해가 되나요? 이게 그 메카니즘입니다.

좋습니다. 그럼 강력한 생각이란 무엇일까요?

강력한 생각이란 집중되어진 생각입니다.

더 많이 집중할수록 생각이 더욱 강력해집니다.

집중되어진 생각이란 그 생각 외에 다른 생각이 없는 것입니다.

강력한 생각을 가지는 가장 좋은 방법은 당신의 조그만 자아를 렛고우하고, 내가 이런 저런 것을 가지고 있다는 느낌을 렛고우하는 것입니다.

그리고는 이렇게 말하는 겁니다.

“그래. 오직 완벽함만이 있어. 그리고 이 몸 또한 완벽해.”

세상을 렛고우하세요.

당신의 생각을 렛고우하세요.

왜냐하면 당신의 마음이 가장 큰 걸림돌이니까요.

당신이 의식을 하든 하지 못하든 당신의 마음은 항상 움직이고 있습니다.

당신이 그것을 의식하지 못할지라도 그것은 무의식적으로 움직이고 있습니다.

당신은 자신을 생각하고, 생각하고 또 생각하도록 훈련을 시켜왔어요.

당신의 마음은 이런 생각들로 끝없이 맴돌고 있습니다.

당신은 이 생각들에게 아주 많은 중요성을 부과해왔어요.

이러한 중요성 역시 무의식적인 것이라 생각의 중요성을 렛고우하는 것 역시도 쉽지가 않죠.

그래서 이런 것들이 당신이 집중을 하는데 걸림돌이 되는 겁니다.

만약 당신이 생각을 렛고우하고 “나는 완벽하다.”라고 하는 하나의 생각만을 가지고 다른 생각들이 얼씬거리지 않는다면 당신은 즉각 완벽한 몸을 가지게 될 것입니다.

당신이 이것을 성취하기까지는 계속해서 노력을 해야만 할 겁니다.

거의 힘을 들이지 않는 생각이 결과를 가져오는데 당신의 마음이 고요하기 때문이죠.

어쩌면 그 일이 일어났을 때 알아차리지 못할 수도 있어요.

나중에서야 무슨 일이 있었는지 알게 되는 거죠.

갑자기 생각이 나는데 한 남자가 휠체어에 10년간 앉아 있었어요.

그의 집에 불이 났는데 그가 2개의 가방에 짐을 싸서는 집 밖으로 나와서 가방 위에 앉았죠.

그리고 나서야 그가 자신에게 무슨 일이 일어났는지 알게 되었어요.

그는 자신이 걸을 수 없다는 사실을 깜빡했던 거죠.

이처럼 이런 일이 일어날 때 당신은 너무나도 긍정적인 생각을 받아들이고 있어서 부정적인 것들은 당분간 생각도 나질 않아요.

요약하자면 완벽한 몸을 가져다 줄 수 있는 것은 “내 몸은 완벽해.”라고 하는 강한 확신입니다.

다른 말로 하자면 다른 생각들로 방해받지 않는 집중되어진 생각이죠.

그리고 그때의 느낌은 렛고우의 느낌입니다.

당신은 그저 렛고우하고 완벽함이 임하는 것이죠.

Q: 그럼 선생님 말씀은 우리가 오로지 완벽함만을 볼 때 우리의 생각은 너무나도 완벽함에 머물러 있어서 몸이 자동적으로 그 완벽함을 따라간다는 것인가요?

Lester: 네. 만약 여러분이 오로지 완벽함만을 볼 때 모든 것이 절대적으로 완벽합니다.

Q: 그렇다면 우리가 완벽하지 못한 몸을 가지기란 불가능한 것이군요.

Lester: 그렇죠.

Q: 심신의학에서는 몸의 질병은 마음이 혼란하기 때문에 나타난다고 하는데 이 마음이 고요해지고 평화로워진다면 몸은 어떤 생각도 필요하지 않고 바로 잡힐 수가 있겠군요.

Lester: 네. 당신이 무의식적인 마음을 고요하게 한다면요.

알다시피 몸은 자동적으로 작동하고 있습니다.

우리 몸에서 일어나는 모든 일을 우리는 무의식적으로 자동적으로 하고 있습니다. 그러니까 당신은 무의식적인 생각들을 바로 잡아야만 합니다.

Q: 선생님께서 뉴욕에 계시면서 많은 성취를 이루셨을 때 체계적으로 하셨나요? 그냥 단순하게 오로지 완벽함만을 완전하게 보셨나요?

아니면 마음의 힘을 깨달으셨던 건가요?

정확히 어떤 방법을 쓰셨나요?

Lester: 글썬요. 제가 그렇게 했을 때 그건 거의 부산물에 가까웠어요.

저는 그저 답을 얻겠다는 결심으로 앉아 있었어요.

“나는 누구인가?

세상이란 무엇인가?

세상과 나의 관계는 무엇인가?”

이 과정에서 저는 완벽함을 보았고, 이 몸을 포함한 이 우주가 나의 의식과 생각의 산물이란 것을 보았습니다.

전 그래서 이 몸을 완벽한 것으로 보았고 즉시 그렇게 되었죠.

궤양 황달 관상동맥 질환 그리고 다른 불완전함이 사라져 버렸습니다.

매우 쉬웠어요. 마치 거의 힘들이지 않는 생각과도 같았죠.

몸을 치유하는 데에는 몇 가지 다른 레벨이 있습니다.
영적인 치유는 즉각적입니다.
오직 완벽함만이 있고 그것이 존재하는 전부입니다.
그리고 이것은 즉각적입니다.
정신적인 치유는 즉각적에 가깝다고 할 정도로 매우 빠릅니다.
며칠이나 몇 주 안에 일어날 수 있죠.
이것이 얼마나 빨리 일어날지는 자신의 생각에 달려 있습니다.

Q: 선생님께서 “몸”이라는 단어를 쓰실 때 이것은 우리의 환경도 모두 포함해서 하시는 말씀이죠?

우리의 몸과 환경 사이에는 아무런 차이가 없잖아요.

Lester: 그것이 모두 우리의 의식이라는 점에서는 사실입니다.

하지만 전 지금 몸에 대해서만 말하고 있습니다.

실제로 물질세계와 몸은 창조에 있어서는 유사합니다.

그것들은 우리의 마음이 밖으로 투사된 물질들이죠.

그것에 대한 대답이 되었나요?

잘 보세요.

제가 어떻게 했는지 하는 이야기는 여러분들에게 그다지 도움이 안 됩니다.

여러분의 방식으로 해내셔야 해요.

제가 볼 때 여러분들은 과거에 축적해온 몸에 대한 잘못된 생각들을 극복해야 합니다.

이 생각들은 전생에서부터 넘어온 것들이죠.

이것들은 당신 안에 아주 깊이 뿌리박혀 있습니다.

당신이 이것을 완벽한 것으로 바꿀 수 있다면 좋습니다.

만약 그럴 수 없다면 너무 애쓰지는 마세요.

그것과 함께 살더라도 그것에서 벗어나 있는 것이 더 좋은 것이니까요.

영적인 이해를 구하세요.

그게 더 중요한 것입니다.

이 몸이 뭐가 그리 중요합니까?

머지않아 언젠가는 썩어버릴 것입니다.

아무리 훌륭한 몸도 썩기 시작하면 끔찍한 악취로 가득할 겁니다.

그러니 이 몸에 대해서 유난을 떨 필요는 없잖아요?

더 높은 차원에서 접근해 보세요.

Q: 제가 이해한 바로는 만약 제가 완벽함의 느낌을 가진다면 -제 몸을 포함해서- 제 몸은 불완전해질 수가 없는 거군요.

Lester: 바로 그렇습니다. 이해하셨군요.

그리고 당신이 이해할 때 몸뿐 아니라 모든 것이 완벽해지게 되고 이것은 완벽한 몸을 가지는 것보다 훨씬 더 뛰어난 것입니다.

당신은 전 우주를 완벽하게 만든 것이고 이것은 매우 매우 높은 경지입니다.

불완전함이 있는 것처럼 보이는 곳에서 완벽함을 보는 것이야말로 최고의 경지입니다.

23. 온전히 책임지세요.

여러분은 목표에 가장 빨리 도달할 수 있는 실제적인 열쇠를 원하시나요?
그렇다면 저는 여러분들이 자신에게 일어나는 모든 일에 대해서 완전히 책임을 지실 것을 권하고 싶습니다.

우리는 우리가 이 세상을 만들어내는 마스터라는 사실을 망각을 하고는 우리를 - 자신을 컨트롤하고 이리저리 밀어대는 - 세상이라는 것의 희생자인 것처럼 속고 있어요. 절대로 그렇지 않습니다!

우리에게 일어나는 일들은 우리가 원인이 되어서 일어나는 것입니다.

우리가 그것들에 우리의 힘을 부여해서는 외부 세상에 나타나는 것이예요.

만약 여러분들이 여러분의 통제권을 다시 회복하고 싶으시다면 전적으로 온전히 책임을 지세요.

어떻게 그렇게 할 수가 있을까요?

바로 당신의 생각을 살펴보고 그것들을 바로 잡음으로써 그렇게 할 수가 있어요. 정직하게 내면을 살펴보는 습관을 기르세요.

이렇게 스스로에게 물어보는 거죠. “내 안의 어느 부분에서 이런 일이 나에게 일어나게 했을까?”

이 생각을 계속해서 유지해 나가다보면 마침내 그 일이 일어나게 했던 생각이 잠재의식에서 솟아나 의식적인 차원으로 떠오르게 될 겁니다.

그리하면 당신은 자신 스스로가 ‘즐거운 혹은 불쾌한 경험’을 자신에게 일어나게 한 것이라는 것을 알게 되고 당신의 통제권을 다시 쥐게 되는 것이죠.

당신이 이 연습을 하면 할수록 이것은 더욱 쉬워지고 마침내 당신은 항상 당신이 현실 창조자 마스터였다는 것을 깨닫게 될 것입니다.

Q: 그렇다면 제가 - 바로 자신이 - 나의 걸림돌이었을 뿐이고 다른 사람들은 나에게 영향을 주는 게 아니군요.

Lester: 그렇습니다. 다른 사람들이 무슨 말을 하느냐가 아닙니다.

단지 당신이 스스로 원해서 그 사람들의 생각을 따라간 것뿐이죠.

Q: 그래요.

왜냐하면 전 그 사람들이 저보다 더 많이 알고 있다고 생각했었거든요.

Lester: 제가 당신은 모든 것을 알고 있다고 말씀드리지 않았습니까?
만약 당신이 성장하기를 원하신다면 당신은 이 말을 최소한 전제로라도 받아들여야 합니다.

Q: 글썄요. 제 안에 있는 ‘어떤 부분이 모든 것을 알고 있다’는 건 받아들일 수 있긴 한데 그 부분이 작동하고 있는 것 같진 않아요.
왜냐하면 저의 세상은 그다지 보기가 좋지 않거든요.

Lester: 그게 작동하지 않고 있다구요?
당신이 당신 안에 있는 그 부분을 작동하지 않는다고 말씀하시는 건가요?
그렇지 않아요. 당신은 그렇게 하고 있습니다.
당신은 당신의 타고난 본성인 전지함을 사용하지 않기로 선택했어요.
당신은 자신의 전지함에 대해 무지함을 선택했어요.
“나는 이 제한된 몸-마음이야.” 이렇게 말함으로써 말입니다.
당신이 이렇게 선택한 것뿐입니다.
만약 당신이 스스로를 참자아와 동일시하도록 선택하신다면, 당신은 당신이 언젠가 전지했으며 지금 이 순간 그러하며 앞으로도 영원히 그럴 것이라는 것을 보게 될 겁니다.
그러면 당신이 전지전능하지 못하다는 그런 바보 같은 이야기는 그만 두겠죠.

Q: 선생님 말씀은 제가 정말로 그런 선택을 할 수가 있다는 말씀이신가요?

Lester: 그렇습니다.
당신은 그렇게 할 수 있을 뿐 아니라 언젠가 그리하시게 될 겁니다.
당신이 스스로에게 지워놓은 이 모든 한계들에 완전히 지치고 싫증이 나게 되면 당신도 그런 선택을 하게 될 겁니다.
당신의 모든 생각들을 누가 생각합니까? 바로 당신입니다.
모두가 당신이 하는 것입니다.
우리가 받아들이는 것은 우리가 받아들이기로 선택한 것입니다.
언제나 우리가 선택한 것입니다.
우리가 지금 이 순간 이 극히 제한된 몸이 되고자 선택한 것입니다.
그리고 당신이 자신의 선택에 대한 스스로의 책임을 받아들이지 않는다면 당신은 이 극히 제한된 경험에서 빠져나올 가능성은 없습니다.

Q: 저는 제가 이 한계에서 빠져나오고 싶다고 말하고 또 내가 그리하기를 원한다고 생각해요.

하지만 어떤 일들이 일어나면 전 빠져나올 수가 없게 되어버린다구요.

그냥 거기 그 한계에 갇혀서는 꼼짝 못하게 되는 걸요.

Lester: 당신에게 필요한 것은 그것을 단지 말로만 하는 게 아니라 아주 강렬하게 원해서 그것에 반하는 무의식적인 습관들을 극복하는 것입니다!

Q: 그 무의식적인 습관들을 극복하는 게 너무 어려워요.

왜냐하면 그것들은 우리가 모르는 사이에 슬금슬금 기어와서는 그것들이 우리를 사로잡고 있는지도 모를 때가 많거든요.

Lester: 그 무의식적인 습관들을 극복하느냐 못하느냐는 당신이 얼마나 그것을 강렬히 원하느냐에 달려 있습니다.

우리에게는 무한한 힘과 무한한 의지가 있습니다.

그리고 누구나 그렇게 되기를 의도하면 누구나 즉각 자유로워질 수가 있습니다.

Q: 오호~ 말이야 쉽죠.

Lester: 그건 우리가 할 수 있는 가장 쉬운 일입니다.

단지 그렇게 하겠노라고 의도만 하세요.

이것은 우리 모두가 할 수 있는 일입니다.

왜냐하면 우리는 무한함이고 그러므로 우리에게는 무한한 의도의 힘이 있기 때문이죠.

우리가 그렇게 하지 못하는 이유는 단지 우리가 그만큼 열망하지 않기 때문입니다.

우리가 여전히 이 제한된 몸속에 있기를 더 바라고 있어서 그래요.

Q: 저는 누구나가 다른 선택을 할 수가 있다는 건 믿을 수가 있어요.

하지만 그 선택이란 게 정말 있긴 있는 건가요?

Lester: 오호~ 선택이란 게 있다면요? 죄송합니다.(웃음)

지금 무슨 말씀을 하시는 건지 알고 있으시죠?

당신은 지금 우리에게 선택이란 게 없다고 믿으시는 건가요?

Q: 아뇨. 경험에서 보자면요.

어떨 때는 정말 무언가를 원하는데 정반대의 일이 일어나는 것 같거든요.

Lester: 당신이 살면서 진정으로 강렬하게 원했던 것을 당신은 얻게 됩니다.

왜냐하면 마음은 오로지 창조만 하니까요.

이 사실을 여러분 스스로의 힘으로 알아내고 깨달아야 합니다.

당신은 모든 사람과 마찬가지로 당신이 원하는 것을 정확하게 연습니다.

자신의 생각을 관찰을 해보지 않았기 때문에 그것을 무의식이라 부르지만 그 생각들이 없는 것은 아니죠.

Q: 저는 저의 무의식이 두렵습니다. 아세요?

Lester: 그게 당신의 무의식적인 생각들을 보는데 도움이 됩니까?

Q: 저는 의식적으로 그 생각들에게 저리 가라고 말합니다.

Lester: 그러면 항상 마음의 힘을 쓰고 계시군요.

생각들은 그 자체로는 힘을 가지지 못합니다. 당신이 힘을 가지고 있죠.

당신이 생각들을 의식적인 차원으로 불러내어 그것을 살펴보지 않는다면 당신은 그 생각들을 렛고우 할 수가 없습니다.

당신이 그 생각들을 의식적인 차원에서 본다면 당신은 마음에 들지 않는 생각들은 당신이 좋아하지 않기 때문에 자동적으로 그것들을 렛고우하게 됩니다.

Q: 어떻게 자기의 무의식적인 생각들을 의식할 수가 있나요?

Lester: 연습하면 됩니다. 지금 하고 계시는 것처럼요.

당신이 생각하고 싶어 하는 것은 무엇이든 당신의 마음에 떠오릅니다.

앞으로 5분 뒤에 당신이 저에게 할 말은 지금 이 순간의 의식에 있지 않습니다.

그래서 무의식적이죠.

지금으로부터 5분 뒤에 당신은 당신이 원하는 것을 떠올릴 것입니다.

만약 우리가 생각들을 떠올리는 습관을 만든다면 우리는 이것을 쉽게 할 수가 있습니다. 연습을 할수록 더 쉬워지죠.

이것은 좋은 습관입니다.

우리가 불필요한 카르마를 살아갈 필요를 많이 덜어주죠.

정직하게 내면을 살펴보는 것은 훌륭한 외과의사가 수술을 하는 것처럼 빠르고도 아름답게 작업이 이루어집니다.

우리는 무의식을 컨트롤하게 됩니다.

우리는 우리가 무의식 속에 머물기를 원하는 것들을 거기에 머물게 합니다.

그리고 우리가 그것을 의식의 차원으로 올리길 원할 때 그것을 떠올립니다.

Q: 선생님은 정말로 무의식을 통제한다고 믿으시나요?

Lester: 그럼 제가 당신의 무의식을 통제하고 있나요?

Q: 아뇨. 전 선생님께서 하시는 게 아니라고 생각해요.

Lester: 그럼 누가 그렇게 하고 있나요?

Q: 글썄요. 잘 모르겠습니다. 제 생각엔 그냥 무의식적인 통제인 것 같은데요.

Lester: 바로 당신의 무의식입니다.

당신은 어제 일어났지만 당신이 의식하지 못했던 일을 지금 당장 기억할 수가 있나요?

어제 아침에 뭘 드셨죠?

Q: 오! 햄과 계란을 먹었죠.

Lester: 좋아요. 1분전만 해도 그것은 무의식에 있었어요.

이제 그 일이 당신의 의식으로 떠올랐군요. 그렇죠?

당신이 당신의 무의식을 통제하고 있나요?

당신이 무의식에서 생각들을 떠올릴 수 있나요?

방금 그렇게 하셨잖아요!

Q: 하지만 제가 어제 아침에 뭘 먹었는지 떠올리는 것이 어떤 감정적인 영향을 주는 것 같진 않은데요?

Lester: 좋은 감정적인 영향이 있었죠. 당신은 그것을 좋아했어요.

하지만 감정적인 영향이 있었는지 아닌지는 중요한 게 아닙니다.

중요한 것은 당신의 무의식으로부터 무언가를 떠올리기를 원하는 것입니다.

Q: 하지만 선생님께서 저 숙녀분이 생각을 하도록 유도하셨잖아요.
그러지 않았다면 저 여자 분은 그 생각을 떠올리지 않았을 텐데요.

Lester: 네. 그렇죠.

하지만 그녀는 생각을 떠올릴 수 있었습니다. 그녀가 원했기 때문이죠.
만약 그녀가 원하지 않았다면 기억을 떠올리지 않았을 것입니다.
기분 좋은 일들은 떠올리기가 쉽고 불쾌한 일들은 떠올리기가 쉽지 않는데 왜
냐하면 우리는 불쾌한 것들을 떠올리고 싶어 하지 않기 때문입니다.

Q: 우리가 무한한 존재라는 이론을 받아들이기 전에 무의식을 청소하는 이러
한 단계를 꼭 거쳐야만 하는 건가요?

Lester: 처음에는 필요하기도 하고 또 빨리 성장하는데도 도움이 되죠.
기본적으로 성장에는 2가지의 길이 있어요.
하나는 마음 -무의식적인 마음-을 없애는 것이고 또 하나는 당신의 참모습을
봄으로써 긍정적인 것을 심는 거죠.

Q: 우리가 긍정적인 것을 심으려고 할 때면 정반대되는 것이 나오는 것 같지
않나요?

Lester: 가끔은 그렇죠.

하지만 당신이 자신의 진정한 참자아를 보게 된다면 당신은 그 반대되는 것을 시
들게 할 것입니다.

당신은 이렇게 말할 겁니다.

“이렇게 비참하고 병들고 불행한 상태로 머문다는 게 말이나 되는 소리야?”

그리고는 그런 생각들을 시들어 버리게 할 겁니다.

물론 당신이 물어보신 것 같은 그런 경향성은 있죠.

만약 제가 “뜨거운”이라고 말한다면 당신은 “차가운”을 같이 떠올릴 겁니다.

그렇죠?

또 제가 “위로”라고 한다면 이것에는 “아래로”라고 하는 단어를 은연중에 포
함하고 있어요.

이건 생각이란 게 원래 그렇기 때문입니다.

하지만 제가 이런 말을 한다고 해서 우리 자신의 참모습인 긍정을 봄으로써
부정적인 것들을 없앨 수는 없다, 라는 의미는 아닙니다.

우리는 그렇게 할 수가 있어요.

Q: 글썄요. 전 잘 모르겠군요.

알다시피 제가 병원에서는 밝음 사랑 평화 등등을 떠올리려고 해요.

왜냐하면 제가 생각하기에 이런 것들이 중요한 것이라 생각하거든요.

그런데 제가 밝음 사랑 평화 등을 생각하려고 하면 할수록 상황이 더 나빠지거든요.

Lester: 사랑이란 건 꺾다 꺾다 할 수 있는 그런 게 아닙니다.

또한 그것을 가질 수도 잃어버릴 수도 없는 것이죠.

당신에게 사랑이 있다면 사람들에게 좀 심한 말들을 할 수도 있겠지만 그들은 별 신경 쓰진 않겠죠.

그러니 사랑이라 불리우는 이것은 수도꼭지처럼 열었다 잠겼다 할 수 있는 게 아닙니다.

우리는 사랑을 우리가 가지고 있는 그 정도만큼만 표현할 수가 있어요.

그러니 당신이 사람들에게 사랑을 가지고 있다면 당신은 그들이 원하는 것을 가지게 되기를 원할 겁니다.

Q: 그럼 제가 이제껏 했던 게 다 예고 게임이란 말인가요?

Lester: 네. 이젠 그걸 알아볼 수 있나요?

당신이 그 사실을 볼 수 있다면 아주 좋습니다.- 제가 바라기에 - 당신은 그것을 렛고우 하게 될 겁니다.

Q: 그런데요. 선생님께서 앞서서 무의식을 떠올려서는 카르마를 없앨 수 있다고 하셨는데 어떻게 그렇게 할 수 있죠?

Lester: 카르마는 생각 속에 있는 것이지 행동 속에 있는 게 아닙니다.

당신이 무언가를 할 때 무의식 속으로 옮겨졌다가 다음 번 행동을 촉발시키는 것은 바로 생각입니다.

당신이 무의식 속의 생각을 없앤다면 그것은 미래의 카르마를 없애는 것이죠.

한 생애에서 다음 생애로 옮겨 가는 것은 바로 그 생각입니다.

그러니 당신이 그 생각을 떠올려서는 그것을 되돌린다면 카르마가 사라져 버리는 거죠.

Q: 선생님께서는 어떻게 생각을 컨트롤하시는지 알고 싶습니다.

제가 느끼기에 전 제 생각을 컨트롤 할 수 없을 것 같거든요.

Lester: 먼저 당신이 할 수 있다는 생각을 받아들이는 것부터 하세요.
그리고 나면 당신은 그것을 시도할 수 있고 한번 성공할 수가 있을 겁니다.
일단 한번 성공을 하면 다시 시도할 수 있고 또 성공할 겁니다.
당신이 두 번째로 성공할 때는 좀 더 쉬워질 것입니다.
세 번째는 처음 두 번보다 훨씬 더 쉬워질 것입니다.
당신이 하면 할수록 그것은 점점 더 쉬워집니다.
이러한 것이 완전한 컨트롤과 자유를 가져다줍니다.

Q: 생각을 컨트롤한다는 것은 생각을 바꾼다는 거죠?

Lester: 네. 우리 모두는 우리의 생각을 컨트롤 합니다.
내가 무언가 잘못을 했다면 그것은 내가 무언가 잘못된 것을 하기로 결정했기
때문입니다. 그게 다예요.
그리고 내가 무의식적으로 그것을 했다 할지라도 그건 내가 한 겁니다.
아까 “온전히 책임을 지라.” 이런 말을 했었나요? 이게 바로 그런 겁니다.
당신이 성장하기를 원하신다면 당신이 하는 모든 것과 당신에게 일어나는 모
든 일에 완전하게 책임을 져야만 합니다.
어떤 일을 불러일으킨 생각을 당신의 마음에서 거슬러 올라가 찾아보세요.

Q: 전 여전히 제가 다른 사람에게 상처를 줄 것만 같습니다만.

Lester: 아뇨. 당신은 그럴 수 없어요.
모든 사람들은 스스로 상처를 받는 것이지 당신이 다른 사람을 상처 줄 순 없어요.

Q: 저도 그게 무슨 말인지 이해할 수 있었으면 좋겠는데요.

Lester: 제가 당신에게 “멍청이”라고 했다고 합시다.
그러면 당신은 어떤 반응을 보일 겁니다. 그렇죠?
그 말이 좋지 않았죠? 그럴 겁니다.
자 누가 당신을 기분 좋지 않게 만들었나요.
당신은 이렇게 생각을 했어요.
'음. 그가 나를 보고 멍청하다고 했어. 그럼 난 이제부터 기분 나빠질 테야.'

좋아요. 이젠 제가 이렇게 말을 해요. “당신은 참 똑똑하군요.”

이젠 당신은 이렇게 생각을 해요.

‘그가 나더러 똑똑하다고 했어. 아. 이젠 행복해져야겠는 걸.’

당신의 감정에서 오르락내리락한 사람은 바로 당신입니다.

제가 그런 게 아니에요.

전 단지 “멍청한” “똑똑한”이라는 소리만 내었을 뿐입니다.

그리고 그것을 어떻게 느낄지는 당신이 결정한 것이죠.

그 단어들은 단지 나에게서 당신에게로 전해진 소리의 에너지에 불과합니다.

처음엔 기분이 안 좋았다가 나중에 기분이 좋아졌죠.

모두 당신이 한 것입니다.

이게 이해가 되나요?

Q: 음. 만약 제가 누구에게도 상처 줄 수 없다면 제가 다른 누구도 도와줄 수도 없는 것이겠군요!

Lester: 네. 그렇습니다.

Q: 우리가 긍정적인 생각을 심으려고 할 때, 가끔 부정적인 생각들이 오히려 강해지는 것 같을 때가 있는데, 이게 우리가 한손으로는 긍정적인 것을 심으려고 하고 다른 손으로는 여전히 우리가 맞서 싸우고 있는 것을 들고 있기 때문인가요? 그러니까 우리가 해야 할 일은 어떤 일을 그냥 하는 거군요?

Lester: 네. 당신이 그것을 하기를 원한다면 그냥 하는 겁니다.

Q: 우리가 그렇게 할 때 우리는 그냥 렛고우하는 것이군요.

마음에 담아두지 않으니까 거기에 남아 있지 않게 되는 거죠.

Lester: 맞습니다.

의식적인 차원에서 렛고우하고자 하는 열망이 무의식의 차원에서 잡아두려는 것보다 강하다면 당신은 그저 렛고우합니다.

무의식적으로 잡아두려는 이 습관들은 아주 강합니다. 매우 강하죠.

우리가 그것을 극복하기 위해서는 의식적인 바람이 충분히 강해야 합니다.

Q: 그럼 우리가 만약 무언가를 해내고자 하는 의식적인 바람을 가지고 있음에

도 그것을 이루지 못하는 것은 우리가 스스로를 막아버리는 무의식적인 습관을 가지고 있기 때문이군요.

그렇다면 어떻게 자신을 가로막는 이러한 무의식적인 습관을 없앨 수가 있을까요?

Lester: 의식적인 바람을 더 강하게 하면 됩니다.

혹은 자신의 바람과는 반대되는 무의식을 떠올리고는 그것을 바라보세요.

당신이 그것을 바라보면 자동적으로 그것을 렛고우하게 됩니다.

당신은 그것을 더 이상은 거기에 붙잡아 두지 않을 겁니다.

Q: 저는 명상을 잘하고 싶는데 그게 힘들어요.

Lester: 하루에 몇 시간 정도 명상을 연습을 하시나요?

Q: 아침에 45분 정도밖에 명상을 못해요.

왜냐하면 일을 하는 중에는 더 이상 명상을 할 수가 없거든요.

Lester: 그럼 하루에 몇 시간 정도 그 반대로 하시는 건가요?

Q: 뭐 거의 늘 그렇게 하죠.

Lester: 그러니깐 명상이 어렵다고 하는 겁니다.

자 깨어 있는 16시간 중에서 8시간은 명상을 하고 나머지 8시간은 세상 일에 매달려 있다면 하루 일과 중에 더하고 빼면 결국은 아무것도 남질 않죠.

명상은 마음을 고요하게 하는 것입니다.

세상일에 매달리는 것은 그것과는 반대이죠.

Q: 하지만 낮에 일하는 중에도 신을 생각하려고 애쓰지만 그럴 수가 없어요.

Lester: 왜냐하면 당신의 정신적인 습관들이 너무나도 강하게 세상일에 매달려 있고 날마다 당신은 그 습관을 강화시키고만 있어요.

그러니 당신이 잠깐 짬을 내어서는 그 반대로 명상해보려고 하지만 쉽지가 않다고 느끼게 되죠.

당신은 성공할 때까지 더욱 더 많은 시간을 내어서 명상을 해야만 합니다.

Q: 선생님 말씀은 명상을 하려는 열망을 더 크게 하면 할수록 그렇게 할 수 있는 기회가 스스로 나타난다는 것인가요?

Lester: 네. 그래서 당신은 성공할 수가 있어요.

당신의 명상에 대한 열망이 강렬하다면 당신은 다른 일을 하는 것보다 명상을 하고 싶어 할 것입니다.

그리하면 당신은 세상일을 하면서도 당신의 마음을 신에게 머물게 할 수가 있죠.

Q: 우리가 명상 중에 하나 됨에 일단 이르렀다고 하더라도 다시 분리로 되돌아 갈 수가 있는 거죠?

Lester: 그렇습니다.

당신이 그것을 처음 보았을 때는 그것은 너무나도 엄청난 경험이어서 결코 그것을 잊지 못할 겁니다.

하지만 마음이 아직 없어지지 않았기 때문에 다시 나타납니다.

하지만 당신이 그 하나 됨을 볼 때마다 마음은 점점 시들어가게 됩니다.

Q: 우리가 그것을 점점 더 많이 보게 되면.

Lester: 마음은 점점 시들어 가고 마침내 모든 마음이 완전히 떨어져나갑니다. 그리하면 당신은 이제 부동의 상태에 이르게 되는 겁니다.

더 이상 뒤로 미끄러지는 일은 없습니다.

마음을 잠시 잠기게 해서 그 하나 됨을 보는 것은 가능합니다.

하지만 마음이 완전히 사라지지 않는 한 마음은 다시 나타나게 될 겁니다.

하지만 일단 당신이 그 하나 됨의 상태에 한번이라도 들어가게 되면 그것을 놓지 않을 겁니다.

당신은 그 하나 됨의 상태가 영원해질 때까지 계속해서 그 상태에 들어가고 또 들어가게 될 겁니다.

Q: 그것을 우리가 의도할 수는 없는 건가요?

Lester: 아뇨. 할 수 있습니다. 할 수 있어요.

그렇게 되기를 의도하세요.

우리가 그 상태를 의도하는 것이 그렇게도 힘든 이유는 단지 우리가 너무나도 오랫동안 세상을 원해왔기 때문에 그 환상을 쉽게 렛고우하지 못해서일 뿐입니다.

우리가 머리로는 그 환상이 고통의 원인이라는 것을 알더라도 ‘기쁨이 외부 세상에 있다’라고 생각하는 오랜 시간 동안의 습관 때문에 그것을 쉽게 렛고우하지 못하고 있습니다.

Q: 그래서 이리저리 헛된 행복을 좇아다니는 거군요.

Lester: 네. 무지개를 좇아 다니는 거죠.

궁극의 기쁨은 우리 자신의 살덩이보다 더 가까이 있습니다.

그것이 나의 살덩이보다 더 가까이 있는데 내가 그것을 어떻게 바깥의 저 멀리 떨어진 곳에서 잡을 수가 있겠습니까?

Q: 내가 있는 곳. 바로 거기에 그것이 있군요.

Lester: 그렇습니다. 바로 거기입니다.

그것은 바로 당신의 ‘나’입니다. 그 “나”를 찾으세요. 그럼 되는 겁니다.

그러니까 우리가 갈 곳은 우리의 내면이죠.

Q: 혼자 있는 것은 도피인가요?

Lester: 그럴 수도 있죠.

단지 세상에서 벗어나기 위해서 혼자 있고자 한다면 그것은 도피입니다.

만약 자신의 내면으로 들어가기 위해서 혼자 있는 것이라면 그건 도피가 아닙니다.

Q: 그것을 어떻게 구분할 수가 있죠?

Lester: 자신 스스로에게 정직하면 됩니다.

Q: 자연을 가까이 하는 것에는 뭔가가 있는 것 같아요.

Lester: 자연을 가까이 하는 것에서 좋은 점은 세상의 자극으로부터 벗어날 수 있다는 것이죠.

Q: 그것도 일종의 도피인 거죠. 그렇죠?

Lester: 맞아요.

당신은 자연을 즐기기 위해 자연 속으로 가죠.

당신이 실제로 하고 있는 것은 모든 불행한 생각들과 사회의 영향력을 떨어뜨리고 벗어남으로써 얻어지는 자유를 즐기고 있는 것입니다.

그리고 그건 일종의 도피라 할 수 있죠.

Q: 선생님 말씀은 자연을 즐기는 동시에 내면으로 들어가서 우리의 고향으로 갈 수는 없다는 건가요?

Lester: 아닙니다. 제 말은 그런 뜻이 아닙니다.

모든 즐거움이란 당신 자신으로 있는 것에서 오는 것이어야 합니다.

우리는 어떤 것도 즐기려 해서는 안 됩니다.

우리가 뭐가를 즐기려 한다면 우리는 그것과 분리되어 있다는 환상 속으로 들어 가야만 합니다.

기쁨과 즐거움은 사물이나 사람들에 매여 있는 게 아닙니다.

하지만 우리가 일단 진리를 보게 되면 우리는 즐기는 것을 선택할 수도 있습니다.

그리고 우리가 진리에 더 가까이 가면 갈수록 우리는 더 많이 즐길 수 있어요.

우리는 더 민감해지고 모든 것이 훨씬 더 강렬해집니다.

하지만 우리가 자연을 즐기기 위해서 밖으로 나갈 필요가 있는 건 아니에요.

우리의 본성 자체가 기쁨이니깐요.

당신은 궁극의 기쁨이고 즐거움입니다.

저에게 있어서 기쁨을 찾아다닌다고 하는 것은 제가 레스터를 찾아다니는 것과 같아요. 내가 레스터인데 말이죠.

나는 저기 밖으로 나가서 레스터를 찾으려 다닐 필요가 없어요.

내가 기쁨 그 자체라면 저기 밖에 나가서 기쁨을 찾을 필요가 없죠.

그 기쁨이 당신 안에 있는 것이라면 밖으로 찾아나서야 할 필요가 전혀 없어요.

Q: 우리가 혼자 있는 조용한 장소에서는 더 단순 명료해지죠.

Lester: 네. 맞아요.

당신이 도피하고 있는 것이라 할지라도 당신은 당신의 생각을 견딜 수가 없는 지점에 이르게 될 겁니다.

그리하면 당신은 어쩔 수 없이 내면으로 들어가게 되는 거죠.

Q: 선생님께서는 우리가 말하는 것을 우리에게 다시 되돌려주거나 아니면 다

른 말을 해서 우리를 도와주시는 거죠.
우리가 탐구를 하는 데 있어서 이것은 필요한 것이죠?

Lester: 네. 그것은 도움이 됩니다.

다른 이가 우리에게 도움을 줄 수 있는 유일한 것은 우리에게 올바른 방향을
가리켜 주고 그것을 지지해주는 겁니다.

그리고 우리가 잘못된 방향으로 향하고 있을 때, 누군가가 우리에게 바른 방
향을 다시 가리켜 줄 수 있다면 아주 좋죠.

당신의 생각을 거울처럼 되비춰 주는 것은 당신이 스스로 잘못된 방향에 있음
을 보는데 도움을 줍니다.

그러면 당신은 그것을 바꿀 수 있으니까요.

Q: 어떻게 올바른 방향에 있는지를 알 수가 있을까요?

Lester: 직관적으로요. 혹은 나타나는 결과를 보면 됩니다.

무의식적으로는 모든 이들이 자신의 무한한 잠재아를 찾고 있습니다.

우리가 행복이라 부르는 것이죠.

우리가 충분히 오랫동안 또 충분히 강렬하게 탐구한다면 우리는 올바른 방
향으로 자신을 오픈할 수가 있어요.

그리하면 그리스도, 요가난다, 라마크리슈나, 붓다 같은 이들이 우리의 존재
속으로 들어올 것입니다.

이러한 위대한 인물들과 교류하는 것은 우연이 아닙니다.

그들이 우리에게 올바른 방향을 가리켜 주고 있어요.

이제 결론을 말해보겠습니다.

당신은 자신에게 일어나는 모든 일에 전적으로 책임을 져야 합니다.

당신의 느낌과 당신의 생각이 만들어 낸 것이니까요.

당신이 그것들을 불러들였어요.

당신이 그것들을 생각을 했어요.

다른 누군가가 아닌 바로 당신입니다.

그리고는 마치 당신이 컨트롤할 수 없는 것처럼 행동을 하고 있어요.

당신은 머리 위에 수도꼭지를 틀어놓고서는 “오~ 누군가가 나에게 물을 뿌려
대고 있어.” 이렇게 말하고 있어요.

당신이 수도꼭지를 열었고 당신을 흠뻑 젖게 만든 사람은 당신입니다.

그러니 당신이 이제껏 그래왔고, 지금도 그러하고, 앞으로 가야할 방향은 당신 자신에게 일어나는 모든 일은 당신 책임이라는 것입니다.

그리하면 당신은 “내가 이것을 했어.”라는 방향으로 보기 시작할 것입니다.

이제 당신이 스스로를 고문하고 있음을 보게 될 때 당신은 이렇게 말할 겁니다.

“오~ 세상에. 어떻게 내가 이렇게 멍청할 수가 있지?”

그리고 당신은 즉각 멈출 것이고 자신을 고문하는 것 대신 자신을 행복하게 할 것입니다.

이제는 그 누구도 자신이 스스로 선택하지 않고서는 무의식적인 생각 습관 경향성’의 희생자가 되지 않을 것입니다.

당신이 그 무의식적인 마음의 원인이고 당신이 그것들을 만들어내었고 그것을 따르기로 선택한 사람도 바로 당신입니다.

더 이상 그렇게 하지 않기로 결심하는 그 날 당신은 그것을 끝낼 것입니다.

이렇게 간단한 것입니다.

당신이 하는 짓을 스스로 살펴보지 않는다면 그것은 영원히 고통스러운 과정이 될 것입니다.

당신이 비참한 생각들을 하기 때문에 당신은 비참함을 느낍니다.

그리고 당신은 스스로 이러한 생각들을 하는 것에 대해 책임을 지려하지 않습니다.

그러니 어떻게 거기에서 빠져나올 기회가 있겠어요?

일단 당신이 자신의 생각에 대해서 책임을 진다면 당신은 컨트롤할 수가 있습니다.

당신은 그 생각들을 꺼버리고 바꿀 수가 있고 긍정적인 생각들을 심을 수도 있습니다.

그리고는 마침내 그 부정적인 생각들을 다 극복할 수가 있죠.

그리고 나서 당신은 모든 생각들을 다 떨구어 버릴 것입니다.

당신은 이제 생각을 한다는 게 얼마나 어리석은 것인지를 이해한 거죠.

모든 생각들은 한계 지워진 것들이고 당신은 아무런 생각이 없을 때 가장 행복합니다.

그리고 당신이 모든 생각에서 벗어났을 때가 가장 높은 경지입니다.

그러니 뭐가 어려울 게 있어요?

Q: 무의식적인 마음이에요.

Lester: 아닙니다.

무의식적인 마음이 아니라 바로 당신입니다.

이게 제가 말하고자 하는 포인트입니다.

무의식적인 마음이 아닙니다.

당신이 그것을 무의식으로 만들고 싶어 하는 겁니다.

당신은 그것을 당신이라 부르고 싶지가 않은 거예요.

그래서 당신은 마스터가 필요하고 레스터가 필요한 거죠.

누군가에게 그것을 떠넘기고서는 대신 해주길 바라는 거라구요.

당신은 자신을 행복하게 만드는 그것을하기를 선택하지 않아요.

당신은 스스로를 불행하게 만드는 것을 선택하고 있어요.

이것을 볼 수가 있겠어요?

아주 간단한 겁니다.

당신이 생각하는 생각은 누구의 생각입니까?

왜 이런 불행한 생각들을 붙들고 있는 거죠?

당신이 그것들을 가지지 않겠다고 선택하는 순간 그렇게 될 겁니다.

Q: 우리는 선생님을 보고 또 우리 자신을 봅니다.

Lester: 당신 자신을 보세요. 당신을요.

당신이 누구인지를 찾아보세요.

당신이 자신이 누구인지를 알 때만이 당신은 제가 누구인지를 알 게 될 겁니다.

자기 자신이 누구인지를 알아냄으로써만 당신은 이 우주가 무엇인지를 이해하게 될 거예요.

당신이 자신이 누구인지를 이해하기 전까지는 당신은 이 우주를 명확하게 볼 수가 없어요.

마치 안개가 덮인 것처럼 흐릿해요.

당신이 자신이 누구인지를 알게 된다면 이 우주가 바로 당신 안에 있다는 것을 알게 될 겁니다.

마치 밤에 꿈속에서 나타나는 우주처럼 당신 안에 있는 거죠.

당신은 온전히 책임을 져야만 합니다.

그렇지 않다면 이 혼란 속에서 빠져나올 가능성은 없어요.

당신이 만약 모든 것을 자신이 아닌 다른 무엇의 탓으로 돌리려 든다면 당신은 결코 이 혼란 속에서 빠져나올 수 없습니다.

그러니 당신이 그렇게 하기로 결심하는 그 날, 바로 그 날 모든 것에 온전히 책임을 지기로 한다면 당신은 바로 마스터가 되는 것입니다!

24. 영적인 성장

우리가 걸어가는 이 길의 목적은 에고를 내려놓는 것입니다.

그리하면 당신의 참자아만 남아 있게 됩니다.

유일한 성장은 에고를 내려놓는 것입니다.

에고란 “나는 전체로부터 분리된 개인이다.”라고 하는 느낌입니다.

성장이란 당신을 넘어서는 것 즉 에고와 다름없는 습관적인 자기를 넘어서는 것입니다.

성장이란 에고가 자신의 불행함으로부터 빠져나오는 것입니다.

모든 기쁨이란 당신의 참자아 그것에 지나지 않습니다.

그 이상도 그 이하도 아닙니다.

당신의 참자아를 만나는 것이 진짜 행복입니다.

당신이 그것을 보게 된다면 당신은 곧장 길을 걸어가게 되는 거죠.

당신은 이제 무지개를 쫓는 일 따위는 그만 두게 될 겁니다.

대신 당신은 당신도 알고 있는 바로 당신의 내면에서 행복을 발견하게 될 것입니다.

당신이 추구하고 있는 모든 것은 바로 당신 자신입니다.

어리석게도 당신은 그게 아니라 말할 진 몰라도요.

그것도 이 수수께끼의 일부분이죠.

모든 사람들이 그토록 추구하고 있는 모든 것은 바로 자신이 가지고 있는 그것입니다.

“그것”이 바로 당신입니다.

당신이 ‘나’라고 말할 때 그것은 무한입니다.

이제 무한한 당신이 바로 자신인 참자아를 찾고 있다니 이 얼마나 거대한 농담입니까?

어떤 사람이 자신이 깨달은 스승이 아니라고 말한다면 그는 지금 거짓말을 하고 있는 셈입니다.

당신이 무언가와 동일시하려면 올바른 곳을 향해야 합니다.

당신의 참자아와 동일시하십시오!

영적인 진보는 당신이 참자아와 스스로를 얼마나 동일시하느냐에 달려 있습니다.

에고는 트릭에 아주 능숙합니다.

에고는 종종 우리로 하여금 이 길에서 잠깐 혹은 때로는 꽤 오랫동안 벗어나게 만듭니다.

그러나 일단 우리가 이 길에 들어선다면 우리는 항상 이 길로 되돌아오게 됩니다.
당신은 당신의 예고라는 부분의 속임에 대해 주의하고 있어야 합니다.

어쩌면 우리를 정말 벗어나게 할 수도 있으니까요.

우리가 아무리 영적으로 진보하더라도 예고는 방심할 수 없는 동반자와 같아서 언제라도 우리를 길에서 벗어나게 할 수 있습니다.

그리고 때로는 평생을 벗어나게도 합니다.

우리가 깨어서 경계해야 할 것이 있습니다.

예고-센스가 우리에게 빗장을 걸어서는 이렇게 말할 수 있어요.

“내가 바로 신이야.”

예고는 이런 식으로 우리의 나아감에 빗장을 걸고는 이렇게 말하기도 해요.

“내가 바로 그것이야.”

그러고는 이렇게 함으로써 우리가 더욱 앞으로 나아가는 것을 방해하죠.

당신이 예고의 이면을 자각하게 된다면 당신은 그것을 놓아 보낼 수가 있어요.

한번 연습을 하고 나면 이것은 쉽게 되고 당신이 예고를 충분히 놓아 보낸다면 당신은 자연스럽게 당신의 참자아의 평화와 기쁨을 느끼시게 될 겁니다.

우리가 가는 이 길은 당신의 자연스러운 무한한 상태가 점점 더 드러나게 되는 길입니다.

당신은 한계를 내려놓습니다.

그리고 비참함도 내려 놓구요.

하지만 당신은 가치 있는 것 선하고 좋은 것은 절대 포기하지 않게 되실 겁니다.

이 길의 위에서 당신은 계속해서 문젯거리들을 내려놓을 겁니다.

우리의 첫 번째 스승은 불행함인 경우가 대부분입니다.

대개 이 불행함이 우리가 다른 길을 찾게 만드는 첫 번째 스승인 경우가 많아요.

처음에는 우리는 비참함을 피하기 위해서 길을 찾아 나서게 되죠.

그 다음에 참자아의 맛을 알게 되고 그것이 너무나 달콤하기 때문에 우리는 그것을 계속해서 원하게 되는 것이죠.

이 길에서 당신이 포기해야 할 것은 아무 것도 없습니다.

오히려 원하는 것을 점점 더 갖게 될 것이고 마침내 ‘모든 것’인 것을 가지게 될 것입니다.

우리의 본성에서 벗어난 고통에서 벗어나려고 하기보다는 본성 안에 있는 달콤함을 맛보세요.

이 길에서 자기 스스로 부여한 속박과 비참함 외에는 어떤 것도 포기할 것이 없습니다.

당신은 당신이 할 수 없다고 생각합니다.
그래서 당신은 할 수 없게 되는 겁니다.
“난 할 수 없어.”라는 것은 단지 생각에 불과합니다.
바로 이것이 당신이 할 수 있는 것을 가로막습니다.
할 수 없다는 것은 진정으로 원하지 않기 때문입니다.
당신의 성장은 오로지 당신에게 달려있습니다.
당신이 할 수 있다는 것을 알게 된다면 즉시 그 일이 일어날 것입니다.
당신을 변화시킬 수 있는 유일한 사람은 바로 당신입니다!
단지 바라기만 해서도 애쓰기만 해서도 되는 게 아닙니다.
바로 당신이 해야만 합니다!

선한 의도야말로 올바른 행동을 하는데 있어서 무엇으로도 대신할 수 없는 것
입니다.
더욱 빨리 변화하고 싶으시다면 그러리라 기대하세요!
당신은 변화하고자 하는 강한 바람을 가지고 있어야 합니다.
왜냐면 당신은 너무나도 습관적인 생각과 행동의 희생자이기 때문에, 당신은
마치 물에 빠진 사람이 숨쉬기를 원하듯이 이 세상을 원하고 있기 때문입니다.
그것을 상쇄하기 위해선 당신은 자신을 참자아로 알게 되기를 마치 물에 빠진
사람이 숨쉬기를 원하듯이 원해야만 합니다.
당신의 진정한 친구는 당신 자신입니다.
당신의 유일한 적은 바로 당신입니다.
당신이 자신의 참자아를 한계지우는 것만큼 당신은 자신에게 적입니다.
당신이 스스로를 한계에서 벗어나게 하는 것만큼 당신은 자신에게 친구입니다.
당신이 스스로에게 행한 것은 당신 스스로 한 것이니 오직 당신만이 되돌릴
수 있습니다.
당신이 그렇게 했습니다.
그러니 당신이 되돌려야만 합니다.
우리가 가는 이 여정은 스스로 행함의 길입니다.
자신에게 이로운 것을 최선을 다해 행하십시오.
당신이 하는 모든 경험은 당신에게 상처주기 위한 것이 아니라 당신을 축복하
기 위한 것입니다.
당신이 원리와 조화를 이루고 있다면 당신은 경험에서 빠져나와 더 높이 비상
할 것입니다.

삶의 모든 장소와 모든 상황이 성장의 기회를 제공하고 있습니다.
당신이 성장할 수 있는 가장 좋은 장소는 지금 당신이 있는 바로 그 곳입니다.
그 가장 좋은 때는 바로 지금입니다.
당신이 성장할 수 있는 이러한 기회들에게 감사하세요.

모든 테스트들 중에서 가장 큰 것은 바로 가정에서 함께 하는 가족들입니다.
그러므로 가정이야말로 성장할 수 있는 가장 뛰어난 곳입니다.
영적인 성장 중에 아주 많은 부분이 당신의 배우자와 가족들에게 진정 자기를
비운 사랑을 실천함을 통해서 이루어집니다.

사람들이 당신에 대해 수군거리고 당신에 반대할 때 그때가 바로 당신이 성장
할 좋은 기회입니다.
당신에게 지금 진짜배기 사랑을 실천해 볼 기회가 주어진 거죠.
당신이 진정한 평화를 누리볼 기회가 주어진 것이랍니다.
그들이 단지 입의 근육을 움직여 소리를 내는 것이, 당신이 그들에게 기분 나
빠해야 할 이유가 되지 않잖아요?
사람들이 당신에 대해 반대하는 것은 매우 좋은 기회입니다.
그것은 당신이 굳건하게 성장하도록 하는 촉매가 될 수도 있으니까요.
모든 사람이 우리의 스승이 될 수 있다는 것을 기억해 두는 게 좋습니다.
만약 우리가 칭찬이나 듣기 좋은 말에 반응한다면 우리는 에고를 키우고 있는
셈입니다.
만약 우리가 비난에 침울해 한다면 그것 역시도 에고에 불과해요.
우리가 참자아일 때 그때는 반응할 필요가 없게 됩니다.

우리에게 가르침을 주지 않는 상황과 일이란 없어요.
매일 매 순간이 우리가 성장하는데 쓰여져야 합니다.
만일 당신이 당신의 영적 체험이나 성취를 다른 이들에게 자랑하고 다닌다면
그들은 질투하게 될 것이고, 그것이 당신을 아래로 끌어내리게 될 것입니다.
당신이 무언가에 대해서 떠들고 다닐 때마다 당신은 그에 해당하는 테스트를
불러들이고 있어요.
그러니 제가 경고하고 싶은 것은 당신이 만약 성장하게 되고 영적인 체험들이
오게 된다면, 당신이 '너무나 그것에 확신하여 그것을 결코 잃지 않으리라' 생
각할 정도가 아니라면 누구에게도 말하지 않는 편이 더 낫습니다.
하지만 당신이 영적인 성취를 이룬다면 그것들에 행복해 하셔도 됩니다.

스스로 자랑스럽게 생각하셔도 되요.

그렇지만 당신이 거짓된 영적인 자만심을 가지게 된다면 당신이 자랑스러워하는 그것에 대한 도전을 반드시 불러오게 될 겁니다.

의심을 떨쳐버리세요.

당신은 이 길을 믿음으로 시작하게 될 겁니다.

하지만 당신은 믿음을 앞으로 바꾸어야 합니다.

당신은 스스로 시험을 거쳐야 합니다.

그리하면 당신은 진정으로 알게 되는 겁니다.

진정으로 이해하기 위해서는 우리는 그 앞을 경험해야만 합니다.

당신이 스스로 경험한다면 그 앞은 더 이상 단순히 지적인 것이 아닙니다.

당신은 이해할 수는 있지만 그것을 말로 표현할 수는 없을 겁니다.

유일한 성숙은 바로 영적인 이해입니다.

스스로 홀로 벗어나 우뚝 서 있으십시오.

다른 이들로 하여금 당신을 속여 옛날로 돌아가도록 내버려 두지 마세요.

이것은 쉽지는 않은 일입니다.

이 일은 용기를 필요로 합니다.

우리는 이 길의 끝까지 가려고 해야만 합니다.

우리에게는 이미 그것을 할 수 있는 능력이 주어져 있어요.

우리 모두는 우리의 고향인 '절대'로 돌아갈 수 있는 가능성을 가지고 있습니다.

끝까지 내면의 인도를 받으십시오.

당신이 내면의 인도에 더욱 맡길수록 더욱 빨리 길의 끝에 도달하게 될 겁니다.

당신이 얻는 모든 성취는 영원한 것이고 지금 내딛는 모든 나아감은 영원할 것입니다.

우리가 사다리를 오를 때 매번 한단씩 올라갈 때마다 우리는 아래에 있는 단을 잊어버립니다.

그리하여 우리가 끝까지 오른다면 그때는 우리는 사다리를 치워버릴 겁니다.

당신이 스스로 얻는 결과가 바로 증거가 될 것입니다.

당신이 성장을 할수록 당신은 성장해야 한다는 욕구를 덜 느끼게 될 것입니다.

더 높이 비상할수록 더 멀리 나아가고자 하는 동기가 점점 줄어들 것입니다.

어떠한 것을 증명하지 않고서는 결코 배웠다 할 수가 없습니다.

당신은 오로지 스스로 입증함으로써 배울 수가 있습니다.

환상에 대해 탐구할수록 그게 더 진짜 같아집니다.

만약 당신이 진리를 알고 싶다면 진리 아닌 것을 탐구하지 마세요.

성장의 모든 과정은 생각들을 놓아 보내는 것입니다.
우리의 생각들이 모두 비워지면 남아 있는 것은 오로지 참자아 밖에 없습니다.
절대 복잡하게 만들려 하지 마세요. 이것은 초간단한 것입니다.
우리는 오직 에고에서 벗어나서 확장할 수만 있습니다.
바로 그게 참자아죠.
성장은 단지 당신 자신이 아닌 것들을 놓아 보내는 것입니다.
에고를 놓아 보내고는 그저 참자아로 있으세요.

자유로워지고자 하는 열망이 열쇠입니다.
일단 그것을 가지게 되면 당신은 끝까지 저절로 인도될 것입니다.
자유로워지거나 깨달고자 한다면 우리가 다른 이를 돕는 만큼 우리도 도움을 받게 될 것입니다.
당신 자신에 대한 주의는 꺼지고 다른 이들에 대한 주의만이 커지는 그런 지점까지 나아가 보십시오.
왜 지금 바로 여기에서 우리 모두가 스승이 될 수가 없겠습니까?
우리가 참자아가 되기로 결심하자마자 -진실로 그리한다면- 우리는 이미 그것입니다.

더 높이 비상할수록 더욱 더 '분별없음'이 옵니다.
당신은 모든 종교를 똑같이 받아들이게 될 것입니다.
그저 자신의 이상적인 관념 안에 평화롭게 머무는 것은 영적인 성장의 표시가 아닙니다. 그것은 단지 도피일 뿐이죠.
우리가 성장해 나아가지 않는다면 우리는 반대 방향으로 가고 있는 셈입니다.
당신에게 반대하는 모든 사람에게 감사하세요.
왜냐하면 그들은 당신에게 성장할 수 있는 특별한 기회를 주고 있는 것이니까요.
이 길에서는 인내심이 필요합니다.
우리에게 적대하는 것은 사실은 성장을 위한 자극입니다.

“나는 무엇인가?”라고 계속해서 강렬하게 물어본다면 이것이야말로 빠른 길입니다.
“나는 무엇인가?”에 대한 대답을 얻게 된다면 당신은 몸과 마음을 컨트롤할 수 있을 것입니다.
바깥세상에서 무언가 마음에 들지 않는 것을 보게 된다면 당신은 자신을 바꿀 필요가 있습니다.

당신이 자신이 누구인지 충분히 일별한다 하더라도 그것을 유지할 수가 없을 겁니다.

무한한 참자아가 될 때 우리는 무한함을 흘끗 쳐다보게 되고 잠시 동안 거기에 머물죠.

그리고는 갑자기 그것을 잃어버린 기분이 될 겁니다.

이렇게 되는 이유는 마음이 완전히 내려놓아지지 않았기 때문입니다.

잠재의식에 있는 한계 지워진 생각들이 잠시 뒤에 떠오르기 때문이죠.

당신은 마음을 일시적으로 렛고우함으로써 참자아속으로 온전히 잠겼었던 겁니다.

당신이 마음을 완전히 내려놓은 것이 아니라 잠시 순간적으로 렛고우한 것이죠.

그래서 당신은 잠시 동안 완전히 무한한 참자아가 되었었습니다.

그러나 잠겨있던 마음이 다시 떠올라서는 예고가 주도권을 쥐게 되고 당신은 왜 이런 일이 일어나는지, 왜 당신이 이 세상의 둔탁한 무거움으로 다시 떨어져 나오게 되었는지를 이해하지 못할 것입니다.

우리에게 필요한 것은 그 참자아의 상태가 영원해질 때까지 몇 번이고 반복해서 다시 확립시키는 것입니다.

우리가 그렇게 할 때마다 우리는 마음을 시들게 하는 것이고 마침내 마음 전체가 시들어 버릴 것입니다.

그리하면 우리는 영원히 참자아 안에 자리하게 되는 것이죠.

그리하면 당신은 뒤로 편안히 물러나 앉아서, 몸과 마음이 저기 있는 것을 보게 되고 당신이 몸도 아니고 마음도 아닌 것을 알게 될 겁니다.

당신이 당신 자신이 몸과 마음이 아니라는 것을 알게 되는 한 그것들은 스스로 만족함으로 돌아갈 것이고 당신은 그것들이 절대로 당신을 건드리지 못한다는 것을 알게 될 것입니다.

25. 가족 관계

왜 우리는 결혼을 할까요?

왜 우리는 자식을 낳을까요?

우리가 결혼과 자식에게서 찾고 있는 것은 무엇일까요?

이 질문들에 대한 대답은 이것입니다.

우리는 가장 큰 행복을 원합니다.

우리는 우리가 결혼을 하고 자식을 가지면 행복해질 것이라고 믿습니다.

하지만 그게 만약 사실이라면 결혼한 모든 사람은 당연히 행복해져야 하겠죠.

그러나 우리의 결혼 제도를 슬쩍 보기만 해도 이게 거짓이란 걸 알 수 있습니다.

어디가 잘못 되었을까요? 결혼이란 게 문제일까요?

아닙니다. 잘못은 우리 안에 있습니다.

우리가 잘못된 방향을 쳐다보고 있는 겁니다.

우리는 우리의 밖에 있는 다른 사람들에게서 행복을 찾고 있었던 겁니다.

우리가 우리 밖에 있는 사람이나 사물들에게서 행복을 구하는 한, 어떠한 슬픔도 없는 영원한 행복은 결코 발견할 수가 없습니다.

행복한 사람이란 그가 결혼을 했든 독신이든 자기 자신 안에서 행복을 구하는 사람입니다.

우리는 결혼을 해야만 할까요? 아니면 하지 말아야 할까요?

이건 결론이 나지 않는 질문입니다.

당신은 당신이 하게 될 일을 정확히 하게 될 것입니다.

당신은 이 점에 대해서 정확하게 어떻게 할지를 미리 결정해놓았습니다.

그러므로 중요한 질문은 이러한 것이 되어야 합니다.

“나는 어떻게 하면 궁극의 행복을 가질 수 있을까?”

결혼은 성장을 하는데 있어서 뛰어난 기회를 제공하고 그렇게 되어야만 합니다.

우리는 자신의 가족에 대한 사랑을 키울 수 있는 상황들에 끝없이 마주하게 됩니다.

매일 우리는 우리의 사랑을 키우는 연습을 해야만 합니다.

우리가 사랑하고 있지 않은 상황을 이용해서 우리가 할 수 있는 데까지 의식적으로 다른 이에 대한 사랑을 키워서 마침내 완전히 비이기적인 사랑까지 키워야 합니다.

우리가 비이기적인 사랑의 상태에 도달하게 될 때 우리는 신에 도달합니다.

Q: 레스터. 결혼 생활에서 어려운 점은 무엇이죠?

Lester: 어떤 사람들은 아주 쉽다고 생각합니다.

어려움은 우리에게 있는 것이지 결혼 생활에 있는 게 아닙니다.

Q: 결혼에도 좋은 점은 있지 않나요? 결혼 생활에는 비이기심이 있지 않나요?

Lester: 그렇습니다. 우리는 결혼 생활에서 비이기심을 배워야 하죠.

Q: 그럼 그런 식으로 올바르게 다루어진다면 긍정적인 단계가 있는 거군요.
한 사람에 대한 사랑을 배우고 그것을 가족으로 키워가고 그 다음으로는 더
큰 무리로 키워가고. 그런 거죠?

Lester: 그렇습니다.

당신이 무소유를 배울 수 있는 상황에서라면 그것은 긍정적인 단계입니다.

그런 방향으로 나아간다면 아주 긍정적이죠.

우리가 상대방에게서 얻고자 하는 것은 사랑이라 불리우는 것입니다.

사랑은 우리 자신인 바로 이 존재입니다.

사랑이 곧 신입니다.

그것을 상대방에게서 얻으려고 한다면 우리는 결코 발견할 수가 없습니다.

하지만 만약 결혼을 했다고 한다면 우리는 자신의 짝을 가능한 한 사랑해야
합니다.

우리가 자신의 짝을 올바르게 사랑하는 법을 배운다면 우리는 모든 사람을 올
바르게 사랑할 수 있습니다.

우리가 사랑이 무엇인지 그리고 우리가 정말 찾고 있는 게 무엇인지를 깨달을
때 우리는 그것을 밖에 있는 짝이나 세상에서 찾는 것을 그만두게 될 것입니다.

그리고 우리는 그것을 우리의 내면에서 찾을 것입니다.

가장 좋은 결혼은 신과 결혼하는 것입니다.

그 이상 좋은 짝을 찾을 수 있겠어요?

Q: 우리가 결혼을 해야만 하는 걸까요?

Lester: 저는 결혼에 찬성하지도 반대하지도 않습니다.

저는 당신이 원하는 것을 당신 스스로 얻기를 바랍니다.

결혼한 사람도 신을 발견할 수는 있습니다.

하지만 결혼하지 않은 사람에 비해서는 난관이 더 욱 많겠지요.

결혼하지 않은 사람이 이 길에 집중하는 것은 훨씬 더 쉽습니다.
결혼한 사람은 자신의 배우자와 아이들에게 집중을 해야만 합니다.
만약 아이까지 있다면요.

“난 결혼도 하고 이 길도 계속 갈테야.”라고 말한 대부분의 사람들은 너무나도 그들의 결혼 생활에 늘 빠져있거나 얽여 있어서 이 길에 대한 시간을 낼 수 없거나 관심을 더 이상 가지지 못합니다.
그러니까 이런 점에서 결혼은 장애입니다.

Q: 만약 우리가 이러한 탐구를 하는 사람과 결혼을 하지 않는다면 결혼 생활은 매우 어려울까요?

Lester: 그렇습니다. 결혼에 있어서 가장 좋은 상황은 서로가 깨달음을 얻는데 도움을 줄 수 있는 결혼이죠.

오직 상대방이 완전히 신을 깨달을 수 있도록 돕기 위해서 결혼하십시오.

그것이 결혼 생활의 기본입니다.

그리고 상대방도 당신에게 똑같은 것을 해야만 하죠.

그것은 쌍방적인 것이어야 합니다.

Q: 그리고 결혼 생활이란 소유의 관계가 아닌 영적인 관계여야 하구요?

Lester: 사랑은 다른 사람을 소유하는 게 아니라 그를 자유롭게 하는 것입니다.
그것이 영적인 생활이죠.

Q: 어떻게 하면 자식들을 이 길로 바르게 이끌 수가 있을까요?

Lester: 가장 좋은 것은 스스로 모범이 되는 것입니다.

본보기가 되는 것이 아이들을 가르치는 가장 좋은 방법입니다.

아이들은 부모처럼 되고 싶어 합니다.

그러니 항상 하는 말이지만 만약 당신이 아이들을 돕고 싶다면 스스로를 먼저 도와야 합니다.

그렇게 하면 당신은 사실은 의식적으로 아무것도 할 필요가 없다는 것을 알게 될 겁니다.

그저 당신 스스로를 돌보면 아이들이 당신과 함께 성장하고 있다는 것을 보게 될 겁니다.

Q: 전 2명의 아이들이 있고 그 아이들은 정말 서로 다릅니다.
그 아이들이 우리의 자식이 되고 싶어 했고 우리도 그 아이들을 원했던 게 맞는 거죠?

Lester: 그렇습니다.

우리는 종종 우리와 비슷한 성격의 부모를 선택해서 그들의 삶을 통해서 교훈을 얻고자 합니다.

그래서 가끔은 부모를 찾기가 그토록 어려운 것이죠.

만약 당신에게서 나를 화나게 하는 무언가를 제가 본다면 그것은 제 안에 그것을 가지고 있기 때문입니다.

만약 그런 것이 제 안에 없다면 전 당신에게서 그것을 볼 수도 없습니다.

우리가 자신과 비슷한 성격을 가진 부모를 선택하기 때문에 사람들이 유전학을 믿게 된 것이죠.(사실 그저 외모가 비슷해지는 것뿐인데 말이죠.)

모든 아이들이 다른 모든 아이들과 다릅니다.

부모들은 이것을 알아야 합니다.

각각의 사람은 완전히 다른 존재들이라는 것을 말이죠.

그리고 만약 현재의 환경이나 유전학이 어떤 눈에 띄는 영향이라도 미친다면 그들은 매우 닮아있겠죠.

Q: 제가 하나 생각이 났는데 아이는 부모에게 완전히 낯선 사람이라는 거죠.

부모들은 그 아이에 대해서는 전혀 아는 게 없어요.

아이들은 우리에게 낯선 사람이고 그 아이들이 우리를 사랑하게 하는 것은 순전히 우리에게 달린 거죠.

우리가 아이들에게 쏟는 사랑만큼 아이들이 사랑이 흘러나오는 거죠.

Lester: 우리의 전생의 기억이 완전히 단절되어서 이번 생의 시작에서 처음 시작한다는 면에서는 그렇습니다.

하지만 만약 당신이 전생을 받아들인다면 전 “아니오.”라고 말해야겠습니다.

우리는 이번에 다시 함께 모인 것입니다.

서로에 대한 집착과 혐오가 세세생생 이어지도록 우리를 서로 모이게 만듭니다.

두 사람 사이에 집착이 있다면 그 집착이 그들을 다시 만나게 합니다.

혹은 혐오 또한 똑같은 일을 하는데 왜냐하면 혐오란 밀어냄으로써 붙들고 있는 것이기 때문입니다.

집착이 그들이 당신에게 오게 합니다.

혐오가 그들을 당신에게 떼어놓습니다.
하지만 당신이 그들을 붙들고 있는 겁니다.

Q: 레스터. 부모로서 저는 아이의 육신을 사랑하는 건가요?
아니면 아이의 영혼을 사랑하고 있는 건가요?

Lester: 당신은 기본적으로 당신의 에고를 사랑하고 있는 겁니다.

Q: 왜냐하면 아이들은 나의 일부이니깐요.

Lester: 네. 당신이 그렇게 했습니다.

당신이 그들을 창조했죠.

당신이 그 엄청난 일을 한 겁니다.

그리고 당신은 그들이 당신에게 훌륭한 본보기가 되길 원했어요.

이해하겠어요?

자. 만약 우리가 아이들을 사랑한다면 우리는 아이들을 자유롭게 할 것입니다.

그들이 한송이의 꽃이 피어나듯이 성장하고 피어나기를 허용할 것입니다.

우리는 아이들을 울타리에 가두어 두려고 하지 않을 겁니다.

우리는 아이들을 자유롭게 하고 안내해 주고 사랑합니다.

그 아이들이 신의 존재라는 것을 알기에 아이들에 집착하지 않을 겁니다.

아이들은 내가 신인 것처럼 신이다, 라고 당신은 느껴야 합니다.

또한 어찌되었든 아이들은 삶을 그들이 선택한대로 살아갈 겁니다.

그럼에도 당신은 그들을 자유롭게 놓아주고 집착하지 않으려고 해야 합니다.

이것은 집착하는 사랑보다 더 높은 사랑입니다.

Q: 물론 선생님께서 말씀하신 것처럼 아이들을 인도해주어야겠지요.

Lester: 그들에게 안내해 주세요.

그리고 당신이 아이들을 자유롭게 해준다면 아이들이 당신에게 안내를 청할
겁니다.

하지만 아이들에게 지시하고 군림하려고 한다면 당신이 어렸을 때 그랬던 것
처럼 그들은 화를 낼 것입니다.

그들은 이래라 저래라 하는 지시를 받고 싶어 하지 않습니다.

그냥 배우고 싶을 뿐인 거죠.

아이들은 타고난 호기심이 있습니다.

아이들은 당신에게 이것저것 물어볼 겁니다.

그리고 당신이 처음부터 아이들을 자유롭게 해주는 것에서부터 시작한다면,

아이를 키우는 것은 가장 쉬운 일 중 하나가 될 것입니다.

아이들이 당신을 따를 테니까요.

하지만 당신이 처음부터 아이들에게 이걸 해라. 저걸 하지 마라.

이렇게 이야기 한다면 아이들은 이래라 저래라 하는 소리를 듣는 어른들처럼 행동하게 될 것입니다.

그렇게 되면 정반대의 패턴이 생기게 되고 아이들이 걸어 다닐 수 있을 때쯤이면 이 패턴이 아주 강하게 되어 있을 것입니다.

이게 아이들을 키우는 것을 어렵게 만드는 것이죠.

모두 우리의 집착 때문에 우리는 아이들을 조종하려 들고 아이들은 반항하는 것이죠.

우리가 어릴 때 그런 식으로 배웠으니까요.

우리가 아이들에게 똑같은 방식으로 가르치고 그 아이들은 또 자신의 아이들에게 그렇게 하고 계속해서 돌고 도는 거죠.

가르침은 만약 올바르게 시작한다면 아무런 저항이나 반대 없이도 가능합니다.

아이들에게 가능한 경우를 보여주고 대안을 제시하고 아이들이 결정하도록 해주세요.

그러면 아이들은 처음부터 당신과 함께 할 것이고 반대되는 습관을 키우지 않을 것입니다.

가족 구성원들은 이전의 생에서도 함께한 사람들끼리 다시 모이는 것입니다.

강한 사랑이나 증오심이 계속해서 함께 모이고 모이고 또 모이게 하는 거죠.

우리의 가족 구성원들에 대한 태도는 모든 존재에 대한 태도와 같아야 합니다.

우리가 사랑을 실천할 수 있는 첫 번째는 가정에서 가족들과 함께입니다.

우리는 우리의 가족들을 더욱 사랑하고 그들이 자신의 모습 그대로 있을 수 있도록 더욱 더 허용해 주어야 합니다.

부모님들과의 관계를 해결하는 것은 영적 성장에 있어서 아주 중요한 것입니다.(비록 그분들이 돌아가셨다 하더라도요.)

우리가 아무런 집착이 없는 사랑만 남을 때까지 서로의 다른 점을 해결하려고 한다면 부모님들은 성장에 필요한 뛰어난 기회를 제공해줄 것입니다.

가정은 우리의 모든 습관적인 반응 행위를 키우는데 있어서 중요한 곳인데 우리가 가정에서 그 대부분을 키우기 때문입니다.

아이에게 비이기적인 사랑을 주는 것은 그 아이가 이번 생에 비이기적인 사랑

을 키우는데 도움을 줄 것이고 그 아이가 행복한 삶을 살아가는 환경을 만들
어줄 것입니다.

아이가 우리에게 원하는 가장 중요한 것은 사랑입니다.

우리는 아이를 속일 수 없습니다.

아이들은 우리의 감정을 알고 있고 읽을 수 있습니다.

우리는 서로 말로 속일 수는 있지만 아이들을 속일 수는 없습니다.

아이들이 이렇게 자라지 못하는 주된 이유는 아이들이 어른들로부터 관심을
받고 싶어 하기 때문입니다.

유년기에 이것은 곧 생존을 의미하기 때문이죠.

“내가 만약 부모들로부터 인정을 받으면 그들이 나를 돌봐 줄 것이고 힘없는
아이에 불과한 나는 살아남을 수 있다.

”아이들은 보통 인정을 받기 위해서 착하게 행동하지만 그게 안 된다면 관심
을 받기 위해서 나쁜 행동을 할 수도 있습니다.

이 관심은 무의식적으로 인정받고자 함입니다.

이러한 행동은 왜곡된 행동의 패턴이 됩니다.

만약 당신이 부모님들을 있는 모습 그대로 볼 수가 있고, 사랑할 수 있다면 당
신은 엄청난 성장을 이룰 수가 있습니다.

당신이 부모님과 함께 있을 때면 거의 자동적으로 행동하게 됩니다.

당신은 부모님들의 행동 패턴이 세상에 적용되는 것을 알게 될 것입니다.

당신은 16살 이전에 형성한 행동 패턴으로 나머지 인생을 살게 됩니다.(그렇지
않다면 당연히 당신이 그것을 바꾸겠죠.)

당신은 부모님들을 있는 그대로 보아야 하고 그렇게 받아들여야 합니다.

부모님에게 어떠한 비난을 해서도 안 됩니다.

부모님들이 어떻게 하든 당신은 스스로의 모습에 책임을 져야만 합니다.

부모님을 완전히 받아들이는 것은 깨달음에 가깝습니다.

우리 내면의 느낌이 사랑이라면 우리가 어떻게 행동하든 중요하지 않습니다.

태도가 행위보다 더욱 중요한 것이죠.

이것을 가족들에게도 적용하세요.

만약 우리가 아이들과 갈등하지 않고 비이기적으로 사랑할 수 있다면 완벽한
하모니가 있을 것입니다.

하지만 우리가 비이기적인 사랑이 무엇인지를 알지 못하기 때문에 오늘날 부
모와 자식 사이에 이러한 어려움이 있게 되었습니다.

부모들은 자신은 잘못 행동하면서도 아이들에게는 올바르게 행동하라고 합니다. 이것이 아이들 눈에는 부모들이 정직하지 못한 것으로 보이고 불안하게 만들고 반항적인 느낌을 가지게 합니다.

아이들은 부모들이 보여주는 것만큼만 배웁니다.

아이들이 아직은 스스로를 돌볼 수 없기 때문에 우리의 책임은 아이들이 스스로 돌볼 수 있을 때까지 아이들을 먹이고 입히고 인도해주는 것입니다.

하지만 일단 성인이 되고 나면 우리는 그들을 렛고우하고 신께서 그들을 돌보시도록 해야 합니다.

비록 그들이 겉으로 보기에 자신을 돌볼 수 없을 것처럼 보일지라도요.

아이들도 자신들 역시 스스로에 대해서 책임을 진다면 보살핌을 받을 것이고, 더 나아가서는 '신에게 모든 것을 맡긴다면 돌봄을 받을 것'이라는 것을 배워야 합니다.

어른과 아이들에 있어서 유일한 차이는 몸 크기와 경험뿐입니다.

부모들이 "하지만."라고 할 때 그들은 아이들에게 역제를 주입하고 있는 것입니다. 부모들이 "이렇게 하란 말야.."라고 할 때 그들은 아이들에게 강압을 주입하고 있습니다.

이 둘 다 아이에게 무능력하다는 느낌을 일으킵니다.

우리는 아이들을 자신의 예고의 연장으로 생각하고 있습니다.

우리는 아이들을 한 사람의 개인으로 보아야 하고 우리가 다른 이들에게 주는 권리들을 아이에게도 주어야 합니다.

당신의 아이에게 도움이 되고자 한다면 스스로를 도우십시오.

모든 아이들은 완전하고 온전하며 무한한 존재입니다.

진리를 아는 것은 결혼을 한 사람이냐 독신이나에 달려 있는 게 아닙니다.

그것은 오직 진리를 추구하고 발견하는 사람에게 달린 것입니다.

결혼을 한 사람도 만약 그들이 결심을 한다면 깨달음을 얻을 수 있습니다.

유일하게 행복한 부부는 진리를 이해하고 있는 커플입니다.

그들은 자신의 기쁨이 내면에 있지 상대방에 있는 게 아니라는 것을 알고 있습니다.

사람들이 정말 찾고 있는 것은 신의 사랑입니다.

이걸 알지 못하기 때문에 배우자에게서 이것을 찾고 있는 거죠.

일단 당신이 신의 달콤함을 맛본다면 결혼하기란 쉽지가 않습니다.

당신은 배우자에 대한 욕구를 느끼지 못할 겁니다.

신과 혼인하면 당신은 포만감에 이르게 될 것입니다.

배우자가 생기는 것은 장애물입니다.

아이가 생기는 것은 장애물을 덧붙이는 것입니다.

하지만 꼭 그럴 필요는 없습니다.

우리가 만약 잘 이용한다면 가족은 성장에 큰 도움이 될 수 있습니다.

결혼한 사람이 가지는 불행 중에서 상대방에게서 행복을 찾고자 하는 것으로 인하지 않은 것이 없습니다.

유일한 이상적인 결혼이란 서로가 서로를 영적으로 성장할 수 있도록 도움을 주기 위해서 하는 결혼입니다.

가장 높은 성취는 부모님과 형제자매들에게 사랑만을 가지는 것입니다.

가정에서 이렇게 하는 것이 당신이 세상에 대해서도 이런 관계를 갖게 해줄 것입니다.

26. 게임

우리 그룹에는 사람들도 많고 서로 섞여있기 때문에 어떻게 시작을 해야 할지 모르겠군요.

다수의 사람들에게 적합한 것을 하는 게 가장 좋겠죠.

효과적인 대중적인 가르침이란 없습니다.

가르침이 효과적이라면 개인을 기반으로 한 가르침이어야 하죠.

그룹에 초점을 맞춘 스승의 힘은 개인에게 초점을 맞춘 스승의 힘에 미치지 못합니다. 분산되어지고 집중되어지지 못하죠.

구루가 제자 개인에게 가르침을 줄 때는 모든 힘이 제자에게 흘러 그가 진리를 볼 수 있는 지점까지 그를 고양시킵니다.

각각의 개인은 그 순간에 찾고 있는 것과 필요로 하는 특정한 것이 있습니다.

제가 어떤 한 사람에게 그가 질문하는 것에 대해 대답을 하면 그 사람과 같은 질문을 가지고 있고 대답에서 도움을 받을 수 있는 다른 사람들도 있습니다.

그러므로 일반적으로 저는 질문을 받고 대답을 하는 걸 좋아합니다.

하지만 여러분들이 원하신다면 우리가 말하려는 주제에 대해서 짧게 개관을 설명하고 싶군요.

기본적으로 우리들은 모두 무한하고 완벽한 존재들입니다.

저는 우리 모두가 적어도 이론적으로라도 이것을 받아들인다고 생각합니다.

우리는 이러한 말을 경전에서 특히 힌두 경전에서 들었습니다.

마스터들이 우리에게 이것을 말해주었습니다.

저 또한 똑같은 것을 말했습니다.

하지만 왜 우리는 우리 자신인 이 무한하고 완벽한 존재를 드러내지 못하는 걸까요?

그 이유는 여러 생애 동안 우리가 이 한계의 게임을 해온 습관 때문입니다.

우리는 이 게임을 너무나도 오랫동안 해왔고, 너무나도 완전하게 우리가 한계라는 게임을 하는 무한한 존재라는 사실을 망각해 버렸습니다.

우리는 우리 자신인 이 무한한 존재를 바라보지 않습니다.

우리는 계속해서 매일 매순간마다 우리가 설정한 몸이라 불리는 이 꼭두각시 인형을 보고 있고 우리 자신이 몸이라고 상상하고 있습니다.

우리는 이 게임을 너무나도 오래 동안 해왔기 때문에, 우리가 실제로는 무한한 존재라는 것을 알게 되는 반대 방향으로 움직이기 위해서는 대단한 의지가 필요합니다.

이 의도의 힘이 우리가 매순간 스스로를 한계 지워진 몸이라고 상상하는 것에서 벗어날 수 있게 해줍니다.

우리가 이렇게 해서 단 1초라도 우리의 참모습인 무한한 존재를 보게 된다면 우리는 그 1초를 모든 한계를 되돌리는데 사용할 수 있습니다.

하지만 처음에는 우리가 무한한 참자아라는 사실을 먼저 믿어야 합니다.

그리고 나면 우리는 한계들을 랫고우하는 작업을 시작할 수 있습니다.

우리는 실제로는 이 몸이 아니고 이 마음도 아니라는 것을 받아들여야만 합니다.

우리가 이렇게 하기 전까지는 우리는 “제한된 몸의 존재라는 게임”이라 불리는 덫에서 벗어날 가능성이 전혀 없습니다.

그러니 경전들에 나와 있듯이 “고요히 하고는 당신이 그것”이라는 것을 아세요.

우리가 하는 모든 생각은 필연적으로 한계 지워진 것들입니다.

생각들을 랫고우 하시고 고요하게 있으세요.

우리가 알고 있듯이 그 방법은 마음을 고요하게 하는 것입니다.

마음을 고요하게 하세요.

마음이 충분히 고요해지는 순간 우리의 참모습인 이 무한한 존재가 분명해집니다.

그러니까 방법은 매우 간단합니다.

당신 자신인 무한한 참자아를 볼 수 있도록 그 마음을 충분히 고요하게 하세요.

당신이 그것을 보는 순간 즉 당신 자신인 이 무한한 존재를 보는 순간, 당신은 즉시 당신이 아닌 남아 있는 생각들을 랫고우하는 작업을 시작하게 될 겁니다.

그리고 더 이상 생각이 남아 있지 않을 때 오직 무한한 참자아만이 남아 있게 됩니다.

아주 기묘한 일이지만 당신이 찾고 있는 것은 당신에게 가장 가까이 있는 것입니다.

당신이 “나”라고 말할 때마다 바로 그것입니다.

당신이 ‘나’라고 말할 때 당신은 무한한 존재에 대해서 말하고 있는 것입니다.

당신이 “나는 몸이다.”라고 말할 때, 당신은 “무한한 존재인 나는 이 한계 지워진 마음을 가진 한계 지워진 몸이다.”라고 말하고 있는 것입니다.

이것은 이토록 간단한 것입니다.

하지만 간단한 것이라고 해서 그것이 당신이 오랜 세월 동안 붙들고 있었던 습관들을 랫고우하는 게 쉽다는 건 아닙니다.

모든 사람들이 찾고 있는 이것은 바로 모든 사람이 행복이라 부르는 그것입니다.

또한 이것은 우리 자신의 본래 모습인 무한한 참자아에 지나지 않습니다.

모든 사람들은 그가 하는 모든 행동마다 자기 자신인 무한한 참자아를 돈, 행복, 성공, 사랑 등등 다른 이름으로 부르면서 찾고 있는 겁니다.

이런 이야기를 그동안 계속 들어왔고 또 들어왔는데도 왜 우리는 아직도 우리 자신이 아닌 한계 지워진 몸으로 존재하기를 멈추지 않는 걸까요?

누가 대답해 주시겠어요?

왜 우리는 한계 지워지는 것을 멈추지 않는 것이죠?

Q: 왜냐하면 우리가 그렇게 할 수가 없으니까요.

Lester: 지금 무한한 존재가 한계 지워지는 것을 멈출 수가 없다고 말씀하시는 건가요?

Q: 우리가 그렇게하기를 원하지 않아서입니다.

Lester: 그렇습니다. 우리가 원하지 않아서입니다.

Q: 무한한 존재인 우리가 원하지 않아서라구요?

Lester: 네. 무한한 존재인 내가 자신을 제한된 몸이라고 생각하고, 그것도 너 무나도 오래 그렇게 생각해 와서, 무한한 존재인 나는 계속해서 '나 자신을 이 제한된 몸이라고 상상하는 것'을 렛고우하기를 원하지 않습니다.

이해가 가나요?

Q: 네.

Lester: 당신이 항상 "나"를 말할 때마다 더 이상 나아가지 않는다면 당신은 자신인 무한한 존재에 대해서 말하지만 그 즉시 "이 제한된 몸입니다."를 덧붙이고 있는 것입니다.

당신이 만약 지금 이 순간부터 '나-나-나'만을 말한다면 당신은 완전한 깨달음을 얻을 것입니다.

왜냐하면 당신이 "나-나-나"만을 말할 때 당신은 "나"에 대해서만 집중을 하고 "나는 온갖 필요를 가진 이 조그만 몸이다."라고 말하지 않기 때문입니다.

그러니깐 자기 자신인 무한한 참자아를 매순간 경험하지 않는 사람은 아무도 없습니다.

우리가 "나"를 경험할 때면 우리 모두는 자기 자신인 무한한 존재를 경험하고 있는 것입니다.

하지만 여러분들은 그걸 보기를 원하지 않아요.

여러분들을 거기에다 즉시 이 몸이란 것을 덧붙이길 원하죠.

그럼 이제 어떻게 해야 할까요?

먼저 자신에게 이렇게 말하세요.

“나는 이 몸이 아니고 이 마음이 아니다. 그렇다면 나는 무엇인가?”

만약 우리가 이 몸과 마음을 충분히 거절한다면 우리는 자기 자신을 스스로 명백하게 자각하게 될 것입니다.

우리는 결코 무한한 존재가 될 수가 없습니다.

왜냐하면 우리가 이미 그것이니깐요.

우리는 단지 우리가 아닌 개념들을 렛고우할 수 있을 뿐입니다.

우리는 단지 우리가 이 몸과 마음이라고 하는 개념을 렛고우할 수 있을 뿐입니다.

첫째로 해야 할 것은 우리가 자신이라고 생각하는 이 한계 지워진 존재의 개념들을 렛고우하고자 하는 열망을 가지는 것입니다.

우리 자신의 진정한 모습인 무한한 참자아가 되고자 하는 강한 열망만이 우리가 거기에 빨리 이를 수 있게 하는 유일한 것입니다.

하지만 앞서 말한 것처럼 우리는 그렇게 하기를 원하지 않습니다.

만약 우리가 진정으로 원했다면 우리는 그렇게 했을 것입니다.

물론 어려움이 있죠.

그 어려움이란 게 뭘니까? 그것은 습관입니다.

무의식적인 습관적인 생각이죠. 마음이라는 겁니다.

그러므로 우리는 이 무의식적으로 생각하는 마음을 공략하는 것입니다.

마음이란 것이 우리의 무한한 존재를 덮고 있는 유일한 커버입니다.

우리는 우리 자신의 참모습을 볼 수 있을 만큼 충분히 생각을 멈출 수만 있으면 되고 그 충분한 시간이란 단지 1초면 충분합니다.

만약 당신이 생각을 1초만 멈출 수 있다면 (무의식적인 생각까지 포함해서) 당신은 자기 자신의 참모습을 보는 엄청난 해방감에 충격을 받을 것이고, 당신은 자신의 것인 이 무한한 힘을 ‘마음을 말려 없애 버리는 데’ 쓸 수 있습니다.

마음은 우리가 가끔씩 한계 없는 무심의 상태에 잠깐이라도 들어갈 때마다 매번 아주 많이 말라버립니다.

제 생각에는 다음으로 할 질문이 그러면 ‘어떻게 하면 우리가 이러한 열망을

불러올 수 있을까?’이겠죠.

만약 그 열망이 충분히 강하다면 어떤 사람이라도 몇 주, 몇 달 혹은 몇 년 안에 무한한 존재를 완전히 보고 깨달을 수 있습니다.

여러분들 중 누구라도 이 무한한 존재를 보기를 강렬하게 열망한다면 그리고 그 열망만을 간직한다면 몇 개월 내에 여러분은 자신의 참모습인 무한한 존재를 보고 거기에 안주할 수 있습니다.

여러분들은 스스로를 한계 지워진 몸이라고 상상하는 것을 그만두게 될 것입니다. 그러니까 열망이 열쇠입니다.

당신이 아름다운 몸, 건강한 몸이 되고자 원할 때 이러한 생각들이 당신이 무한한 존재를 보는 것을 가로막습니다.

여러분은 단지 모든 욕망들을 자신의 무한한 참자아를 발견하겠다고 하는 하나의 열망으로 바꾸어야 합니다.

이제 제가 말한 것이 여러분들의 소망에 얼마나 가까워졌는지 질문을 받아볼까요?

Q: 제가 “나는 누구인가?”라는 질문을 하고 있을 때 문득 별을 보다가 제가 별이 될 수도 있겠다는 생각이 들었어요.

그래서 다른 사람들에게 그 말을 했더니 그들이 “아니. 당신은 그렇게 할 수가 없어.”라고 말하더군요.

그리고는 저는 “나는 어떻게 할 수 있는지 방법을 찾아야겠어.”라고 생각했어요.

Lester: 지금 당신이 말씀하신 방법은 자아 탐구라는 것이고 가장 뛰어난 방법입니다.

우리가 대답해야 할 마지막 질문은 “나는 무엇인가?”라는 것입니다.

그러니까 왜 처음부터 그 질문으로 시작하지 않죠?

당신이 “나는 무엇인가?”라는 질문을 할 때 마음이 주는 어떠한 대답도 옳은 것이 될 수가 없는데, 왜냐하면 마음이 당신의 참자아를 가리고 있기 때문입니다.

마음이란 것은 당신을 한계 지우는 것입니다.

그 방법은 오직 “나는 무엇인가?”라는 질문만을 붙들고 있는 것입니다.

만약 다른 생각이 들어오면 멈추고서는 스스로에게 말하세요.

“누구에게 이 생각이 일어난 것일까? 나에게 일어난 것이군. 그렇다면 나는 누구지?” 그리하면 당신은 즉시 트랙으로 되돌아오게 됩니다.

Q: 알겠습니다.

Lester: 현재 이 방법을 성공적으로 사용할 수 있는 사람은 극히 드뭅니다.

그래서 저는 우리가 이런 식으로 이 방법을 사용하기를 원합니다.

항상 “나는 무엇인가?”라는 질문에 대답을 찾으세요.

당신이 하루 종일 무엇을 하든지 명상을 하든 책을 읽든 혹은 무엇을 하든 마음의 배경에 항상 이 질문을 두세요. “나는 무엇인가? “나는 무엇인가?

저는 “나는 누구인가?”보다는 “나는 무엇인가?”라는 질문을 더 좋아합니다.

왜냐하면 “누구”라고 말을 하면 “무엇”이라고 말하는 것보다 몸에 더 가까운 느낌을 주기 때문이죠.

“무엇”이 훨씬 더 비인격적인 느낌을 줍니다.

어쨌든 이 질문을 항상 붙들고 있어야 합니다.

우리가 어떤 길을 따르고 어떠한 방법을 사용하더라도 우리는 항상 배경에 “나는 무엇인가?”라는 질문을 붙들고 있어야 합니다.

그리고 우리가 그렇게 한다면 마침내 우리는 온전한 대답을 보게 될 것입니다.

Q: 그 질문과 관련해서 우리는 몇 번이나 그 질문을 해야 하는 거죠?

Lester: 생각이 즉 다른 생각이 들어올 때마다 매번 우리는 “누구에게 이 생각이 들어왔는가? 나에게. 그렇다면 나는 무엇인가??”라고 물어야 합니다.

이 질문은 다른 생각이 일어날 때마다 반복해야 합니다.

Q: 하지만 만약 어떠한 생각도 들어오지 않는다면 이 질문을 하지 않는 거군요?

Lester: 그렇습니다.

Q: 대답을 기다리고 있는 거군요.

Lester: 기다리면서 보는 겁니다.

대답을 기다리는 게 아닙니다.

대답이란 마음에서 오는 것이니까요.

Q: 지켜보고 있는 거라구요?

Lester: 네. 지켜보고 있는 겁니다.

참자아가 스스로 명백하게 드러납니다.

갑자기 그것이 거기에 있고 당신은 그것이 항상 거기에 있었다는 것을 그리고 당신은 스스로를 몸과 마음이라고 생각함으로써 그것에서 벗어나 다른 곳을 보고 있었다는 것을 깨닫게 됩니다.

그리고는 당신은 자신을 모든 존재로 보게 됩니다.

당신은 모든 사람들, 모든 동물, 모든 곤충, 우주의 모든 원자가 됩니다.

이 우주의 모든 존재는 단지 당신 자신의 존재일 뿐이라고 하는 것을 알게 됩니다.

거기에 있습니다. 지금 이 순간 거기에 있습니다.

하지만 여러분들은 항상 다른 곳을 보고 있어요.

마음이 충분히 고요해지면 그건 거기에 있습니다.

그것이 나 있음의 “나”입니다.

그것 뿐입니다.

당신에게 그것보다 더 가까운 것은 없습니다.

항상 당신은 몸을 통해서 바깥에서 그것을 찾고 있었습니다.

그것은 바깥에 있는 게 아닙니다.

그것은 여기에 있는 “나”, 무한한 존재입니다.

오직 그 질문만을 붙들고 있는 것은 쉽지가 않습니다.

그래서 저는 그 질문을 일반적으로 사용하라고 권하는 것입니다.

당신이 어떠한 방법을 사용하든 자신이 무엇인지를 항상 알고자 하는 습관을 기르세요.

그리고 마음에 고요함이 찾아올 때 즉 “나는 무엇인가?” 이 외에 다른 생각이 들어오지 않는 만큼 당신의 참자아는 분명해집니다.

당신이 어디에 있건 당신이 있는 곳 바로 거기에 있습니다.

바로 그 “나”가 있는 곳에 있습니다.

그러니까 다시 한 번 말하자면 그 질문을 당신이 어떤 방편을 쓰고 있더라도 붙들고 있으세요.

그 대답이 스스로 드러나고 명확해질 때까지 말입니다.

Q: 무척 어려워 보입니다만

Lester: 매순간 자신을 한계 지워진 몸이라고 생각하는 습관을 렛고우하는 것은 어렵습니다.

우리는 항상 우리 자신을 “나는 몸이야. 나는 몸이야. 나는 몸이야.”라는 생각으로 폭격을 해대고 있습니다.

이것이 늘상 계속 되고 있기 때문에 우리가 자신의 무한한 존재를 보지 못하는 것입니다.

‘나는 속박되어 있는 몸이다.’라는 것이 끊임없이 퍼부어지고 있습니다.

명상이란 다른 생각들이 없어지도록 한 가지 생각을 붙들어서 마음을 고요하게 하는 노력입니다.

그 한 생각만을 붙들으로써 -만약 우리가 그 한 생각만이 있는 곳에 도달할 수 있다면- 우리의 무한한 참자아를 보는 것은 그것으로 충분합니다.

모든 명상법은 자신의 무한한 참자아를 명확하게 보기 위해서 마음을 고요하게 하고자 하는 것입니다.

Q: 선생님께서 “스스로 명백해진다.”라고 할 때 참자아는 어떻게 느껴지는 건가요?

Lester: 여러분들이 길의 마지막에 도달하게 될 때 비베카난다가 말했던 것처럼 오직 “나” 홀로만이 존재했었다는 것을 보게 됩니다.

만약 오직 ‘나’만이 홀로 존재했었다면 ‘나는 모든 것이고 모든 사람이다.’라는 것이 당신의 느낌이 될 겁니다.

당신은 모든 다른 몸들을 당신의 몸과 똑같이 볼 것입니다.

당신은 모든 사람을 자신으로 봅니다.

당신이 당신의 몸을 자기 자신으로 보듯이 당신은 모든 사람들을 자신으로 봅니다.

그 느낌은 말로 표현할 수 없습니다.

그것은 너무나도 강렬한 경험이어서 어떠한 한계도 허용하지 않는 것이기 때문에 당신이 경험하지 않는 한 절대로 알 수가 없습니다.

하지만 현재 우리가 있는 레벨에서 보자면 그것은 우리가 행복이라 부르는 것입니다.

그것은 한계없는 무한한 기쁨입니다.

처음에 그것은 고양되는 느낌으로 옵니다.

압도적이죠. 담아두기가 힘듭니다. 불편해지기까지 할 정도로 말입니다.

당신은 아무 이유 없이 즐거워지고 술에 취한 것 같아요.

엑스터시를 느끼고 점점 짜증이 나기 시작할 정도로 행복해져요.

그러다가 당신은 그것에 점점 몰입하다가 마침내 그것이 떨어져 나갈 것이고 남게 되는 것은 매우 깊고 심오하고 달콤한 평화입니다.

그것은 당신이 전에 느꼈던 극렬한 기쁨보다 훨씬 더 좋은 평화입니다.

그래서 당신은 더 이상 기쁨을 원하지 않게 되죠.

환희심은 궁극의 상태는 아닙니다.

궁극의 경지는 절대적인 평화입니다.

우리 모두는 가끔은 그 맛을 보곤 하죠.

Q: 그러면 우리가 가끔 그것을 우연히 맛보고 다시 잃어버리는 것이군요?

Lester: 아~ 네. 그래요. 많은 사람들이 그렇게 하죠.

우리가 처음으로 그것에 발을 들일 때 우리는 그 상태를 유지할 수가 없어요.

왜냐하면 생각의 습관이 다시 우리를 덮치기 때문이죠.

그리고 우리가 생각을 하기 시작하자마자 우리는 우리가 한계 지워진 존재라고 생각합니다.

모든 생각은 한계 지워진 것이기 때문이죠.

한계 지워진 이 게임을 렛고우하고 세상을 렛고우하세요.

그것을 컨트롤하려고 들지 마세요. 즐기려 들지도 마시구요.

당신의 모든 기쁨을 내면에서부터 가져오세요.

그리하면 이전에는 게임이었던 것이 모두 똑같은 그림으로 됩니다.

모든 것이 다 똑같아져요. 만약 모든 것이 똑같은 것이라면 그것은 절대적인 진리 안에 있는 것이고 그렇다면 어디에 게임이 있을 수 있겠어요?

당신이 게임에 사로잡혀 있다면 당신은 영원한 환상에 사로잡혀 있는 것입니다.

그 게임은 결코 끝이 나지 않습니다.

그리고 당신이 게임 안에 있다면 당신은 자신의 무한한 존재로부터 벗어나 있는 것입니다.

이 게임에는 당신이 완전히 만족하지 못하게 하는 특정한 한계들이 항상 셋팅되어 있습니다.

그러니까 우리가 몸이라고 하는 게임보다 한 단계 위의 게임이 있고 그것은 모든 것들이 완전히 똑같아지는 단계입니다.

그리고 그 동일함이 바로 당신의 존재입니다.

오직 무한한 하나임만이 남게 되고 그 무한한 하나임이 바로 당신이고 당신의 존재입니다.

그것은 모든 존재들의 존재입니다.

그리고 거기에는 아무런 분리가 없습니다.

모든 존재인 존재만이 있습니다.

이 존재가 무엇인가를 진정으로 알기 위해서는 당연히 그것을 경험해봐야 합니다.

저는 가장 높은 경지에 대한 최고의 설명은 '모든 존재인 존재'라고 생각합니다.

Q: 어떻게 하면 제가 그것에 대한 열망을 키울 수가 있을까요?

Lester: 오직 당신만이 그것을 할 수 있고 아무도 대신해 줄 수 없습니다.

이것이 바로 독특한 것입니다.

당신이 해야만 합니다.

우리가 들어봤던 은총이란 것이 항상 존재합니다.

그것은 바로 우리가 원래의 상태로 돌아갈 때까지 우리를 불편하게 만드는 내적인 존재입니다.

행복을 열망하는 것은 축복입니다.

그것은 항상 거기에 있습니다.

우리는 단지 그것을 깨닫고 가지기만 하면 되는 겁니다.

Q: 어떻게 신이 인간이 될 수가 있는 거죠?

그리고 다시 신으로 되돌아간다는 것은 신성모독이 아닌가요?

Lester: 아닙니다.

누군가가 당신에게 그렇게 말했다면 그 사람은 당신이 최고의 경지를 얻기를 바라지 않는 것입니다.

모든 일은 밤에 잠드는 것과 같은 것입니다.

당신은 조그만 갓난아기로 태어나는 꿈을 꾸니다.

그러다가 1주일이 되고 1살이 되고 20살이 되고 40살이 됩니다.

그리고 당신이 끝도 없이 문젯거리에 문젯거리를 가지는 꿈을 꾸니다.

이게 단지 밤에 꾸는 꿈이란 것을 기억하세요.

이러한 일이 계속되고 또 계속되어서 당신은 지치게 되고 마침내 몸이 죽는 꿈을 꾸게 됩니다.

그리고는 잠에서 깨어나죠.

그 꿈을 꾸는 동안 당신이 조금이라도 변한 게 있습니까?

그렇지 않습니다.

당신은 결코 그런 일이 없었다고 말할 겁니다.

그저 마음속에서 일어난 꾸며낸 이야기일 뿐이라고 말할 겁니다. 그렇죠?

이게 바로 우리가 아침에 깨어났을 때 하는 이야기입니다.

우리가 낮에 활동하는 이 깨어있는 상태가 바로 잠들어 있는 상태입니다.

우리는 자기 자신인 무한한 존재에 대해서 완전히 잠들어 있는 상태입니다.
우리는 한밤중에 잠에서 깨어있지 못한 것처럼 이 진리에 대해서 지금 이 순간 깨어있지 못합니다.

우리는 단지 깨어있다는 꿈을 꾸고 있는 것이죠.

실제로는 이 상태가 우리가 깨어나야 하는 상태인 것입니다.

그리고 우리가 그렇게 했을 때 우리는 이렇게 말합니다.

“오~ 이런. 그런 일은 일어난 적이 없었어.

나는 한 번도 이 제한된 몸이었던 적이 없어.

나는 항상 나 자신인 무한한 존재였어.”

그러니까 우리는 정신적으로 세상에서 깨어있다 라고 하는 꿈을 창조해낸 것입니다.

하지만 이것은 정말 꿈같은 환상에 지나지 않습니다.

하지만 이것이 꿈이라는 것을 깨닫기 위해서 당신은 이 상태에서 깨어나야 합니다.

이해가 됩니까?

그러니까 당신이 질문한 “우리가 어떻게 이런 것을 한 것인가요?”라는 질문에 대한 대답은 우리가 꿈꾸고 있다는 겁니다!

Q: 의도적으로 말입니까?

Lester: 네. 의도적으로요.

당신이 알다시피 우리는 무한한 존재에서부터 출발했어요.

수동적인 의미에서 말이죠.

우리는 가장 밑바닥까지 내려왔습니다. - 그게 바로 우리가 살고 있는 이 세상입니다.

그리고는 다시 가장 위로 올라가서는 우리의 무한함을 다시 보게 되죠.

하지만 이 모든 과정을 거친 후에는 우리 자신의 무한함에 대해서 능동적인 앎을 가지게 됩니다.

반면에 이전의 앎은 수동적인 앎이었죠.

이건 마치 이런 것과도 같아요.

“완벽한 건강”이란 날 때부터 완벽하게 건강하게 태어나서 평생 그렇게 지낸 사람들에게는 아무런 의미가 없어요.

그는 적극적인 의미에서 그게 어떤 것인지를 모릅니다.

물론 그가 건강한 상태에 있다는 것은 좋은 것이죠.

하지만 그는 수동적인 의미에서 건강한 것입니다.

그는 온전하게 그것을 음미할 수가 없어요.

그러나 만약 그가 매우 아프게 되어서 수년 동안 거의 죽을 뻔 하다가 완전하게 건강한 상태를 다시 얻게 된다면, 그가 아프기 전보다 완벽한 건강의 상태가 훨씬 더 의미 있게 될 것입니다.

그러니까 우리는 이런 멍청한 삽질을 스스로에게 하고 있는 겁니다.

우리는 우리의 원래 상태인 무한함에서 아래로 아래로 내려왔다가는 우리 자신인 무한함에 대한 능동적인 앎을 가지고 다시 무한함으로 되돌아 올라가는 것이죠.

하지만 우리가 아래로 내려오는 동안 우리는 우리가 무슨 일을 하고 있는지를 망각하게 되었습니다.

우리가 내면을 살펴본다면 이것을 알 수 있을 겁니다.

Q: 이걸 정말이지 제가 평생 처음 들어본 앞뒤가 맞아떨어지는 설명이군요. 왜 우리가 이렇게 아래로 내려왔는지에 대해서는 처음 들어봤습니다.

Lester: 오케이. 그럼 이제 다시 올라가기로 해요.

Q: 이런 과정을 하고 있는 사람은 단 한 사람인가요?

Lester: 이 모든 것을 하고 있는 것은 단 하나의 존재입니다.

제 생각에는 가장 좋은 예가 바다와 물방울의 비유인 것 같군요.

존재의 바다인 우리는 우리의 일부분에 조그만 씨클을 상상으로 만들고서는 물방울이라고 불렀습니다.

그리고 이 물방울은 스스로 말하기를 “나는 저 물방울과는 분리되어 있고 다른 모든 물방울과도 분리되어 있어.”라고 하는 거죠.

이것은 바다의 한 부분이 상상으로 씨클을 만들고서는 스스로를 물방울이라고 부르는 겁니다.

그러나 실제로 모든 물방울은 바다인 것이죠.

그것은 바다가 가지고 있는 모든 특성을 다 가지고 있습니다.

짜고 물기가 있죠. 구조는 H₂O이고 등등.

제 생각에는 이 비유가 적절한 것 같아요.

혹은 빛 하나가 있는데 그 빛의 이 하나하나가 “난 너와는 분리되어 있어.”라고 말하는 것과 같아요.

그냥 하나의 빛일 뿐인데 말입니다.

우리는 그저 하나의 빛인데 서로 서로 분리되어 다르다고 말하는 이와도 같습니다.

기억하세요.

당신은 오직 하나뿐인 무한한 존재의 바다입니다.

그것은 바로 당신의 “나”입니다.

그것을 찾고 깨달으시고 영원히 거기에 안주하세요!

27. 깨달음 9

우리는 책을 읽음으로써 지식을 얻습니다.

우리 대부분은 이미 지적인 지식을 가지고 있지만 아직 깨달음이 없습니다.

우리가 원하는 것은 그것을 경험하고 느끼고 깨닫고 우리의 존재로 그것을 통합하는 그런 앎입니다.

우리가 성장하는데 필요한 유일한 앎은 우리가 우리의 내면의 눈과 느낌으로 깨닫는 앎입니다.

우리가 곰곰이 살펴본다면 앎이란 것은 우리의 느낌과 들어맞아야만 합니다.

즉 올바른 느낌이죠.

그리고 이것들은 우리의 존재와 통합되어야 합니다.

그리하면 그것은 깨달음, 드러남이 됩니다.

그리하면 우리는 알게 될 것이고 또한 ‘우리가 안다는 것’을 알게 될 것입니다.

깨달음이란 그것을 처음으로 진정하게 보게 되는 것입니다.

비록 당신이 수없이 그것을 들었겠지만요.

당신이 깨닫는다면 당신은 마치 그것을 처음으로 들어본 느낌일 것입니다.

그것은 마음속에 환하게 불이 밝혀지는 것과 같고, 당신은 “오. 이제 볼 수가 있어.”라고 말할 것입니다.

그것은 마치 당신이 그것을 이전에 수백 번도 더 들었지만 이번에는 그것을 보고 경험하는 것이죠.

이것이 깨달음입니다.

당신에게 생생한 실재가 된 것이죠.

이렇게 경험되고 알려진 앎이야말로 우리에게 쓸모가 있는 유일한 앎입니다.

우리는 그 주제에 관한 모든 것들을 읽을 수도 있지만, 우리에게 전혀 도움이 되지 않고 변화를 가져올 수도 없어요.

이것은 우리가 깨달음을 통해서 우리의 지식을 우리의 존재와 통합시키지 못했기 때문입니다.

‘깨달음의 앎’은 비지성적인 것입니다.

비록 우리는 지성을 수단으로 사용하지만요.

우리는 마음을 사용하고 우리의 마음을 대답을 향하도록 합니다.

그러나 결국 당신은 그 대답이 마음으로부터 나오진 않는다는 것을 알게 될 겁니다.

그것은 바로 마음의 뒤편에서 옵니다.

그것은 앎의 영역에서 옵니다. 전지한 영역 말이죠.

우리의 생각을 고요하게 하여 마음을 침묵하게 함으로써 우리 각자는 그 앞의 영역에 접근할 수가 있습니다.

그리하면 당신은 깨닫게 될 것이고 그것을 실재로 만들게 될 겁니다.

당신은 알고 당신이 안다는 것을 압니다.

제가 방금 말한 것에 대해 질문이 있나요?

Q: 앎과 느낌은 같은 것인가요? I

Lester: 아니오. 느낌이 앎보다 먼저 옵니다.

Q: 앎이 느낌을 넘어서는 것인가요?

앎이란 옳다고 느껴지는 그것인가요?

Lester: 두 가지 다 예스입니다.

당신이 경험해 보아야 합니다.

사물에 대한 느낌이란 것도 있지만 당신이 ‘당신이 안다는 것’을 그냥 알 때는 느낌이란 게 없습니다.

앎이 더 높은 차원의 것이죠.

우리는 생각함의 영역인 추론 사유에서 출발합니다.

그 다음으로는 느낌의 영역으로 들어갑니다.

그리고 가장 높은 영역은 앎의 영역입니다.

Q: 에고에도 느낌이라는 게 있나요?

Lester: 네. 느낌은 에고의 높은 상태이죠.

그러므로 거기에는 이원성이 있습니다.

“내”가 느낍니다. “감정”을.

하지만 앎은 자각입니다.

제가 “당신은 알고 당신이 안다는 것을 압니다.” 라고 말할 때는 당신은 자각하고 당신이 자각하고 있다는 사실을 자각한다는 뜻입니다.

그것을 한정하는 것은 없습니다.

가장 높은 상태는 자각 그 자체이고, 존재 그 자체입니다.

우리가 거기에 도달해 보면 존재와 자각은 같은 것입니다.

이전에는 그것들이 다른 것인 것처럼 보였지만, 우리가 가장 높은 상태에 도달

하면 존재 자각 의식은 모두 같은 것입니다.

왜냐하면 당신이 자각하는 자각이란 '존재 자체의 존재'를 자각하는 것이기 때문입니다.

우리는 우리 자신이 단지 이 몸일 뿐 아니라 우리가 다른 모든 몸이고 모든 것들이고 우주의 모든 원자라는 것을 알게 됩니다.

그러니 만약 우리가 모든 존재이고 원자라면 우리는 존재 그 자체입니다.

Q: 지금 내가 그것이다, 라는 의미이십니까?

Lester: 네. 바로 그겁니다.

바로 '나'이죠. 가장 높은 상태는 “나”입니다.

“있음”조차 아닙니다.

바로 그 아래가 “내가 있음”이고, 그보다 아래가 “나는 스스로 존재하는 자 ”이고, 그보다 더 아래가 “나는 한계 없음”이고 그 아래가 “나는 위대하다.”입니다.

Q: 혹은 신과 하나됨인가요?

Lester: 글썬요?

“신과의 하나됨”이라.

신과의 하나됨은 아직 최고의 경지는 아닙니다.

왜냐하면 그것은 여전히 이원성이니까요.

만약 내가 신과 하나 된다면 거기에는 “나”라는 것과 “신”이라는 것이 있어야 하죠.

궁극에서는 우리는 '나'가 곧 신이라는 것을 알게 됩니다.

오직 단일한 하나임만이 우주에 있고, 우리 모두는 필연적으로 그 하나임입니다.

그것이 우리가 마지막에 발견하게 되는 것입니다.

혹은 시작에서 발견하게 되거나요.

당신이 어떻게 보든 간에요.

우리는 이러한 한계의 관념을 뒤집어쓴 한계 없는 존재입니다.

그 관념의 첫 번째가 바로 “나는 전체로부터 분리된 개인이다.”입니다.

이것이 첫 번째이자 가장 큰 실수입니다.

“나는 분리되었어. 나는 이 인격체야. 내 이름은 레스터고 나는 이 몸을 가지고 있어.”

우리가 몸과 마음을 상상하자 우리는 이 모든 문젯거리들을 상상하게 되었지

만 그것들은 단지 가정에 불과합니다.

그것들은 우리가 내면으로 들어가서 마음을 고요히 하고 진실을 알게 되면 단지 픽션에 불과한 것들입니다.

지금 걸로 보이는 모든 세상은 결코 존재한 적이 없는 꿈과 같은 환상에 불과합니다.

진실은 바로 외부 세상의 뒤편에 있습니다.

그러니 왜 소란을 피워야 하나요?

성장은 단순히 모든 한계의 관념들을 내려놓으면 되는 것입니다.

우리 자신인 무한하며 완벽한 존재는 항상 무한하며 완벽하고 그러므로 지금 이 순간 이대로 완벽합니다.

우리가 결코 바꿀 수 없는 그것은 바로 우리가 ‘무한한 참자아’라는 사실입니다. 이 사실은 항상 그러하고 변하지 않는 것입니다.

그러나 무한한 존재인 나는 ‘내가 제한되고 몸과 마음을 가지고 문젯거리들을 가지고 있다’는 상상을 할 수는 있습니다.

하지만 이것은 어디까지나 상상일 뿐이죠.

Q: 당신이 말씀하신 그 완전한 자각의 상태에 곧바로 이르기 위해서 필요한 테크닉은 무엇인가요?

Lester: “나는 누구이고 무엇인가?”라는 질문을 가지고서는 그 대답이 스스로를 드러낼 때까지 기다려 보십시오.

생각은 결코 답을 줄 수가 없습니다.

왜냐하면 생각이란 온통 한계 지워진 것이니까요.

그러니 고요함과 명상 속에서 이 질문들과 함께 있어보세요.

“나는 누구인가?”, “나는 무엇인가?”

다른 생각들이 떠오르거든 그것들을 다시 돌려보내십시오.

그게 잘되지 않는다면

“누구에게 이 생각들이 일어나는 거지?

나에게 일어나는 거야.

그렇다면 그 나는 누구지?”

라고 물어보십시오.

그리하면 당신은 즉시 “나는 누구인가?”라는 트랙으로 돌아오게 될 겁니다.

이 “나는 누구이며 무엇인가?”라는 질문을, 대답이 올 때까지 아무리 오래 걸리더라도 계속하세요.

대답은 바로 한계 없는 참자아입니다.

그것이 명백해지는 것은 마음이 거의 완벽하게 고요해질 때입니다.

지금 이 순간의 즉각적인 깨달음을 방해하는 유일한 장애물은 바로 생각들입니다.

그리고 모든 생각들이란 한계 지워진 것들입니다.

그 생각들을 내려놓으세요.

그리하면 당신은 당신 자신이 항상 그것이었고 지금 그러하며 앞으로 항상 그러할 이 무한한 존재임을 알게 될 것입니다.

어려움은 우리가 무의식이라 부르는 과거의 습관적인 생각들의 패턴입니다.

무의식적인 생각들이란 단순히, 우리가 이제는 쳐다보지 않는 생각들이고 그래서 우리는 그것을 무의식적이라 부릅니다.

바로 우리가 이것들을 만들었습니다.

이 무의식적인 생각들을 줄이기 위해서는 우리는 먼저 그것들을 의식적으로 만들어야 합니다.

우리가 그것들을 의식적으로 만들었을 때 우리는 그것들을 놓아 보낼 수 있고 그것들은 영원히 사라져 버릴 겁니다.

이러한 과정이 무의식적인 마음을 고요하게 만듭니다.

우리가 더 많이 생각들을 놓아줌에 따라 우리의 참자아가 더욱 명료해집니다.

우리의 참자아가 더욱 명료해짐에 따라 우리는 남아 있는 생각들을 더욱 시들게 할 수가 있고 마침내는 마음이 완전히 고요해질 것입니다.

Q: 우리는 무의식적인 생각들에 도달하기 위해서는 먼저 의식적인 생각들을 고요하게 해야 하는 거군요?

Lester: 의식적인 생각이란 단지 의식적으로 된 무의식적인 생각일 뿐입니다.

Q: 그것들은 꿈을 통해서도 나옵니다.

그 상태에서는 그것들이 무의식적인 생각들이 아닌가요?

Lester: 네. 하지만 깨어있는 상태에서만 우리는 그것들을 놓아줄 수 있어요.

Q: 우리는 의식적인 생각들을 명상이나 다른 테크닉을 이용해 고요하게 할 수 있어요.

지금 말씀하신 “나는 누구인가?”라는 것은 두 가지 다 해당되는 것이죠?

그런가요?

Lester: 네. 당신은 “나는 누구인가?”를, 생각을 고요하게 하거나 생각을 놓아 주는데 모두 사용할 수 있습니다.

“나는 누구인가?”라는 질문을 하시고 생각이 떠오르면 “이 생각이 누구에게 떠오르는가?”하고 물어보세요. 그 대답은 “나에게 떠오르는 것이지.”가 될 것이고 “그러면 나는 누구이지?”라고 물어보시면 당신은 원래의 트랙으로 다시 돌아간 것입니다.

그러므로 당신은 생각이 의식 위로 솟아오를 때 그것들을 놓아준 셈이죠.

Q: 무의식적인 생각이 튀어 오르지 못하게 막는 것이 무엇인가요?

Lester: 무의식적인 생각들은 알아서 튀어오를 것이고 그렇게 되어야만 합니다. 그들이 튀어 오르면 의식적인 생각이 되는 것이죠.

그리하면 당신은 그것들을 내려놓을 수 있게 되고 결국은 그것들 모두를 내려놓을 수가 있게 됩니다.

Q: 우리에게 몇 가지 종류의 마음이 있나요?

Lester: 오직 하나의 마음만이 있을 뿐입니다.

지금 이 순간 현재에 우리가 보고 있는 것이 소위 말하는 의식적인 마음이죠. 우리가 지금 이 순간 보지 않고 있는 부분이 소위 말하는 무의식적인 마음입니다. 우리가 서로 다른 이름으로 부르는 것은 단지 하나의 마음의 두 가지 모드일 뿐입니다.

우리가 지금 이 순간 이야기 나누고 있고 자각하고 있는 이것이 소위 말하는 의식적인 마음 의식적인 생각입니다.

무의식적인 마음이란 우리가 지금 이 순간 관심을 두지 않는 모든 생각들입니다. 우리가 초의식이라 부르는 생각들이 있긴 한데 초의식적인 생각 같은 것은 없습니다.

의식을 넘어서는 초의식이란 이미 생각의 영역을 벗어난 것이고 그것은 전지의 영역이며 앎의 영역입니다.

초의식의 영역은 자각 그 자체이며 앎 그 자체입니다.

당신이 무언가를 진정 알게 된다면 생각이란 없습니다.

Q: 무의식은 잠재의식과는 다른 것인가요?

Lester: 무의식과 잠재의식은 같은 것입니다.

Q: 선생님께서는 칼융의 집단지식 이론에 동의하시는지요?

Lester: 저는 오직 진리에만 동의할 뿐입니다.

제가 강조하고 싶은 한 가지는 진리는 오로지 그것이 진리이기 때문에 진리인 것입니다.

당신이 그것을 증명할 때까지는 어떠한 것도 받아들이지 마십시오.

심지어는 제가 말하는 것도 받아들이지 마세요.

제가 아는 것처럼 어떻게 이야기하더라도요.

만약 그것이 지금 현재의 당신의 앎과 들어맞지 않는다면 당신은 그것을 받아들이면서도 검증을 해보아야 합니다.

오직 당신 스스로 증명한 것만을 당신은 받아들여야 합니다.

당신 자신의 힘으로 스스로 모든 지식들을 증명하는 것이 절대적으로 필요합니다.

그렇지 않다면 그저 남의 말을 전해들은 것에 불과합니다.

당신은 이 지식을 당신의 지식으로 만들어야 합니다.

한 가지 유일한 진실, 절대적인 진실이 있습니다.

그것에 이름을 붙인다고 해서 그것이 무슨 의미를 가지게 되는 것은 아닙니다.

무엇 무엇이라 불리우든 아니면 제가 뭐라 하든 간에 그것이 의미를 가지는 것은 아니죠.

그게 진실입니까? 그것이 당신의 이해로 통합되었나요?

오직 그것만이 중요한 것입니다.

당신과 나의 차이점이 이것입니다.

당신은 이 지식을 이용해서 완전한 이해를 향해서 가능한 한 빨리 나아갈 수가 있습니다.

Q: 우리가 단계를 거쳐 가는 것이 필수적인가요?

Lester: 아니요. 무한한 힘과 무한한 앎이 그것이 무한하다는 것을 아는데 무슨 시간이 걸리겠습니까?

Q: 시간이 걸리지 않겠군요.

Lester: 바로 그겁니다.

누군가가 온전히 강렬하게 의도한다면 그것은 즉각 실현될 것입니다.
당신이 다른 무엇보다도 이것을 원하게 된다면 당신은 몇 주 혹은 몇 개월 안에 이것을 가지게 될 것입니다.

Q: 우리가 그것을 더욱 더 원하고 원하게 되는 방법이 있을까요?

Lester: 있습니다.

그것이 얼마나 멋진 것인지를 경험하시면 더욱 원하게 되실 겁니다.

Q: 그렇지 않다면 더욱 더 고통스러워지겠군요?

Lester: 글썽요.

이 길을 찾아나서 게 되는 것에는 두 가지의 동기가 있습니다.
고통은 그 중 하나지만 최상은 아닙니다.
고통에서 벗어나기 위해 그것을 원하는 것이라기보다는 그것의 달콤함과 영광과 놀라운 경이로움 때문에 더욱 우리가 그것을 원하도록 해야 합니다.

Q: 영광스럽다는 것은 어떤 의미에서인가요?

Lester: 그것의 영광스러움은 즉 당신이 누구인지를 안다는 영광스러움입니다.
그것은 어마어마한 경험이며 엑스터시이며 지복입니다.
그것을 묘사할 수 있는 단어란 존재하지 않아요.
왜냐하면 우리는 이런 것을 경험할 수 없는 시대에 살고 있고 그것을 이해할 수가 없죠.
그러니 어떻게 이해할 수 없는 것을 묘사할 수 있는 단어가 있겠어요?
그 느낌을 설명할 길은 없습니다.
그것은 우리의 현재의 이해를 넘어서 있기 때문입니다.
그러니 당신이 알고 있는 최상의 단어들을 선택해 보면 그것에 가까울지도 몰라요.
파라마한사 요가난다는 “매 순간 솟아나는 늘 새로운 기쁨”이라고 말했고 아마 그게 가장 현실적인 표현인 것 같아요.
처음에는 매순간 퍼져 나오는 기쁨이고 단지 계속해서 쏟아져 흘러나오고 또 흘러나옵니다.
당신은 도저히 그것을 억누를 수가 없는 것처럼 느껴질 겁니다.

Q: 하지만 거기서 머물러선 안 되는 거죠.

Lester: 바로 그겁니다.

매순간 새로이 솟아나는 기쁨에 집착하여 머무는 것은 너무나 쉬운 일이죠.

그것이 바로 요가에서 '기쁨으로 짜여진 덮개'라고 하는 것입니다.

이것이 우리가 거둬야만 하는 마지막 덮개입니다.

우리가 지나가야만 하는 마지막 관문이죠.

그 후에 그것은 그 자신의 심오한 평화 속으로 녹아들어갑니다.

당신이 상상할 수 있는 가장 평화로운 평화 속으로 말이죠.

그것은 매순간 새로운 기쁨의 상태보다 훨씬 더 달콤하고 평안한 평화로움입니다.

당신이 이 늘 새로워지는 기쁨에서 시작을 했을 때, 당신이 그저 이것이 계속 되기를 원하는 것은 좋은 일입니다.

또한 당신은 여기서 더 변화해야 한다는 생각이 들지 않을 겁니다.

모든 것이 멋지니까요.

하지만 이것은 마지막 단계가 아닙니다.

마지막 단계는 모든 이해를 거쳐 지나온 평화입니다.

이것은 참으로 깊고도 깊은 평화로움입니다.

당신은 세상에서 움직입니다. 몸이 움직이죠.

하지만 당신은 늘 절대적인 평화 안에 머뭍니다.

당신 바로 옆에서 폭탄이 터진다 하더라도 당신은 완벽한 평화 안에 머물 것입니다.

Q: 어떻게 하면 그런 상태를 유지할 수가 있는 거죠?

Lester: 당신이 거기에 도달하면 당신은 그것을 유지할 필요가 없습니다.

왜냐하면 당신이 바로 그것이기 때문입니다.

Q: 음. 그 특별한 상태에서는 우리는 정말 전지하고 세상모든 것과 하나이기 때문에 생각을 할 필요가 없는 것이군요.

Lester: 맞습니다. 그게 바로 최고의 상태입니다.

당신이 이 상태로 매우 깊이 들어가긴 하지만 그것을 유지하지 못할 수도 있습니다.

왜냐하면 과거로부터의 습관 즉 아직 없어지지 않은 생각의 습관들이 다시 떠

올라서 주도권을 가져가 버리기 때문입니다.

우리는 우리 자신인 이 무한한 존재를 느낄 수 있습니다.

그리고 이것은 멋진 경험이지요.

그러다가 바로 다음 순간 “아무개가 내가 이렇게 하기를 원하지만 난 그러고 싶지가 않아.” 이런 식으로 한 생각이 들어오게 되고 당신은 바로 그 불행한 제한된 생각과 자신을 동일시하게 됩니다.

참자아인 당신이 아주 좁디좁은 예고를 통해서 이 제한된 존재가 되려고 하고 있고 이것은 고통스러운 것이죠.

이런 식으로 된 겁니다.

Q: 어떻게 하면 그 예고란 놈을 폭격을 해서 없애 버릴 수가 있을까요?

Lester: 첫째로 그리고 가장 중요한 것은 예고를 내려놓으려는 강렬한 의도입니다. 둘째로 진리의 길을 알고 있는 사람으로부터 그것을 듣고 올바른 방향으로 그 길을 따르는 것입니다.

특히 완전히 깨달은 존재이면 더욱 좋겠지요.

Q: 그런 사람을 찾기란 쉽지가 않습니다.

Lester: 아닙니다.

당신이 있는 바로 그곳에서 당신은 그를 볼 수가 있을 겁니다.

당신이 어디에 있든 그들은 바로 거기에 있습니다.

몇몇 사람들의 이름을 들어볼까요? 예수, 붓다, 요가난다.

미국에 육신을 가진 존재가 있는지는 모르겠지만 인도에는 제가 믿기에 몇몇이 있습니다.

하지만 그들이 꼭 육신의 형상을 취할 필요는 없습니다.

왜냐하면 그들은 모든 곳에 있으니까요.

당신이 할 일이란 당신의 마음의 눈을 열고는 그들을 보는 게 전부입니다.

그들은 모든 곳에 편재하므로 그들은 당신이 있는 바로 그곳에 있을 수밖에 없죠.

또한 그들은 당신을 돕기를 원하기 때문에 만약 당신이 그들에게 자신을 활짝 연다면 반드시 당신에게 오게 되어 있습니다.

그 스승들에게는 선택의 여지가 없습니다.

그들은 그렇게 하기로 서원을 세웠기 때문이죠.

그러니 당신이 그저 그들의 도움과 가이드를 요구하고 스스로를 활짝 열기만

하면 그들이 바로 거기에 있을 것입니다.

하지만 우리는 스스로를 육체라고 생각하기 때문에 가끔 우리는 깨달은 존재가 몸을 가지고 있어야만 쉽게 받아들이는 경향이 있습니다.

우리의 육체적인 감각 때문에 우리는 더 많은 도움을 얻게 될 겁니다.

육신이 없는 스승보다는 더욱 진짜처럼 보이기 때문이죠.

이러한 이유로 깨달은 존재가 육신 속에 있는 것은 좋은 일입니다.

그러나 우리에게 그런 존재가 없다 하더라도 우리가 편재한 존재로부터 가이드를 얻을 수가 없다는 뜻은 아닙니다.

Q: 힌두의 가르침에 의하면 우리가 살아 있는 구루가 없다면 그것을 해낼 수가 없다고 합니다.

하지만 지금은 그런 단계를 넘어섰다고 하고 선생님께서 그것을 확인해주시는 거군요.

Lester: 그렇습니다.

그렇지만 한 가지 스승에게 육신이 있건 없건 그는 살아 있습니다.

Q: 사람들에게 살아있는 구루가 필요한가요?

Lester: 사람들은 구루를 필요로 합니다.

하지만 스승이 반드시 육신의 형상 속에 있어야만 하는 건 아닙니다.

하지만 그는 생생히 살아있는 것으로 받아들여져야만 하죠.

그가 반드시 육신에 있어야할 필요는 없습니다.

우리가 구루를 필요로 하는 이유는 우리가 너무나도 어려운 시대에 살고 있기 때문입니다.

우리는 지금 모든 것과 모든 사람들이 “여기는 물질적인 세상이야. 여긴 그런 곳이라고!”라고 외쳐대는 물질만능 시대에 살고 있기 때문입니다.

우리는 몇 번이고 몇 번이고 반복해서 이런 세상 속에 태어나 살아왔습니다.

그러므로 우리는 우리가 제한된 몸뚱어리인 육체라는 이 세상의 무거움에서 벗어나기 위해서는 완전히 깨달은 존재의 도움을 받아야 합니다.

우리가 공기를 원하는 것보다 더 진리를 원해야 합니다.

그리하면 우리는 매우 빨리 완전한 깨달음을 얻게 될 것입니다.

Q: 선생님께서 말씀하신 그 말씀들은 선생님의 것인가요?

Lester: 그 어떤 것도 저의 것이 아닙니다.

제가 말하는 모든 것은 이전에 이미 말해진 것들입니다.

전 그저 그 말들을 나 자신만의 스타일로 이리저리 바꾸어 말하는 것뿐입니다.
새로운 것이란 전혀 없어요.

진리란 항상 그러했고 앞으로도 항상 그러할 것입니다.

예전에 스승과 제자가 갠지스강에서 몸을 담그고 있을 때 제자가 이렇게 말했습니다.

“스승이시여. 제가 어떻게 하면 진리를 알 수가 있겠습니까?”

그러자 스승이 그의 머리채를 잡고는 그를 물 아래로 쳐박아서는 거의 의식이 없어지기 일보직전까지 두었다가 다시 그를 끄집어내서는 말했습니다.

“지금 네가 공기를 원했던 만큼 진리를 원한다면 너는 그것을 알게 될 것이다.”

밧줄과 뱀에 관한 이야기는 이 물질 세상에 대한 뛰어난 비유입니다.

아마 모두들 알고 계실 거라 생각하는데요. 그렇지 않나요?

그 뱀은 단지 환상이었고 실제로는 밧줄이었요.

그러니 아마 누군가가 이 뱀의 세상에서 65년의 세월을 싸우고 투쟁하면서 일생을 보냈을 수도 있죠.

그러다가 아스트랄계에서 쉬다가 다시 돌아와서는 싸우고 싸우고 또 싸우다가 마침내 그 뱀은 단지 밧줄이었을 뿐이고 결코 존재한 적이 없었다는 것을 깨닫게 될 겁니다.

이것이 바로 이 물질 세계에서 일어나는 일입니다.

마치 뱀처럼 보이겠지만 그것은 환상입니다.

제가 가장 좋아하는 표현은 이 세상은 우리가 밤에 꾸는 꿈과 완전히 똑같은 것입니다.

우리가 밤에 꿈을 꾸고 있을 때는 그것이 진짜인 것처럼 보입니다.

우리가 거기에 있고 다른 인물들도 있습니다.

그것은 아름답거나 추할 수도 있죠.

그리고 악몽을 꿀 때면 우리는 죽을 것 같습니다.

우리는 정말로 그 안에서 싸우고 있어요.

우리가 꿈속에 있을 때면 언제나 우리에게 진짜와도 같습니다.

하지만 우리가 꿈에서 깨어나면 “오. 이런~ 단지 꿈일 뿐이었어. 진짜였던 적이 없었다구.”

그게 바로 정확히 우리가 이 세상의 깨어있는 꿈속에서 깨어나올 때 일어나는 일입니다.

28. 무의식을 내려놓음으로써 깨닫기

우리가 말하고 있는 주제는 다른 많은 학파들에 의해서 여러 가지로 불립니다. 저는 이것을 ‘행복’이라고 부르기를 좋아합니다.

당신에게 궁극의 행복을 주는 것은 당신 자신의 진실을 발견하는 것입니다.

당신이 자신을 완전히 알 때 당신은 궁극의 기쁨과 평화로운 만족에 이르게 됩니다.

당신은 자신이 전부이고, 이전에 세상에서 추구하던 것이 다름 아닌 ‘자신의 진정한 참자아를 세상에서 찾았던 것’이란 것을 알게 됩니다.

하지만 세상에서는 당신의 참자아를 절대 찾을 수 없었고, 그 결과 당신은 결코 만족할 수가 없었죠.

당신이 바로 행복이라 불리우는 이것입니다.

당신의 타고난 본성은 ‘무한한 기쁨’이고, 당신의 마음이 이해할 수 있는 범위를 훌쩍 넘어서 있는 것입니다.

그래서 모든 사람이 행복을 찾고 있는 것입니다.

우리 모두는 그토록 멋진 본래의 상태로 되돌아가고 싶어 하고, 일단 되돌아가면 영원토록 우리의 것이 됩니다.

하지만 우리는 그것을 발견할 수가 없는데, 왜냐하면 우리는 ‘행복이 있는 쪽’보다는, 행복에서 시선을 다른 곳으로 돌리고, 찾아 헤매고 있기 때문입니다.

우리는 내면을 봐야만 합니다.

근본적으로 우리는 무한한 존재로서 아무런 한계가 없습니다.

우리는 전지하고 전능하고 지금 여기에서 편재합니다.

이 3가지를 가지지 않은 사람은 아무도 없습니다.

인생에서 우리의 의도와 목표를 알아내기가 어려운 것은, 우리가 무한하기 때문에, ‘우리는 우리 자신을 무한히 작은 존재로 만들 수가 있기’ 때문입니다.

그리고 이게 바로 우리가 한 것입니다.

우리는 자신을 극도의 한계 속으로 집어넣는데 성공했습니다.

우리는 지금 이 모습보다 더 한계 지워질 수가 없습니다.

이 무한한 우주에서 그리고 삼계三界에서 우리가 있는 곳이 한계의 최극단입니다. 우리는 상상을 사용해서 우리 자신을 얼려버리고 물리적 육체 속으로 집어넣었습니다.

그리고 수백만 년의 세월 동안 우리 자신을 몸으로 보아왔기 때문에 우리는 자신이 이 몸이라고 확신하게 되었습니다.

모든 존재들은 자신들의 존재계보다 더 조밀한 곳은 다 볼 수가 있습니다. 가장 미묘한 영역인 코잘계에서는 자신들보다 더 조밀한 영역인 아스트랄계와 물질계를 지각할 수 있습니다. 아스트랄계에 있는 존재들은 보다 더 조밀한 영역인 물질계를 지각할 수가 있습니다. 그리고 우리가 살고 있는 물질계보다 더 조밀한 영역은 없기 때문에 우리가 가장 조밀한 영역에 있고 우주에서 가능한 가장 한계 지워진 영역입니다. 이 물질적인 육신은 우리에게 가능한 가장 극단적인 한계입니다. 우리는 답답하게 조이는 느낌을 가지고 상처 받고 손을 내뻗으려고 합니다. 우리는 이 물질 세계에서 우리의 자유를 표현하려고 애를 씁니다. 우리는 이 시간과 공간을 극복하고자 하고 더 멀리 더 빨리 가고자 합니다. 저는 지금 한계 없는 존재인 우리가 이 육체에 들어온 이후로 한계를 얼마나 많이 받아들였는지 그리고 이러한 이유 때문에 우리 자신의 진실을 발견하기가 왜 그토록 어려운지에 대해서 말하고 있는 겁니다.

하지만 우리가 이렇게 극도로 제한된 상태의 존재가 된 것에는 이점도 있습니다. 우리는 너무나도 갑갑한 느낌을 가지기 때문에 우리는 여기에서 벗어나고자 하는 욕망이 우리가 조화로운 천국에 있거나 모든 것이 쉽게 이루어지는 존재계에 있을 때보다 훨씬 더 강합니다. 그런 곳에서는 우리로 하여금 자유를 얻고자 하는 자극이 없기 때문이죠. 그런 점에서 우리는 여기에 존재하는 분명한 이점이 있습니다. 우리는 밖으로 나갈 길을 찾도록 내몰리고 있습니다. 우리는 자유로워지기 위해서 수많은 길과 방법들을 찾아 애쓰고 있어요. 그 방법이 무엇이든 그것들은 모두 똑같은 것으로 끝이 나야 합니다. 우리 자신을 '한계'라는 개념으로부터 자유롭게 하는 것이죠. 그 방법은 우리의 마음을 고요하게 하고 생각들을 없애도록 하는 것이어야 합니다. 모든 생각이란 한계의 개념입니다. 생각이 없어질 때 남아 있는 것은 한계 없는 우리의 무한한 존재입니다.

불행하게도 우리는 무의식적인 마음이라고 불리우는 자동적인 생각 과정을 셋업했습니다. 거기에 우리는 생각들을 뒷배경에 밀쳐놓아 버리고는, 그것들을 바라보지 않아도 저절로 작동하도록 만들었고, 우리는 그것들을 보지 못하게 되었습니다. 처음에는 그것은 물리적인 육체를 작동시키는데 있어서 아주 쓸모가 있었어요.

왜냐하면 애초에는 우리가 우리의 모든 육체 기관들을 의식적으로 작동시켜야 했었거든요. 모든 세포들 모든 신체 기관들을 말이죠.

이러한 의식적인 주의를 생략하기 위해서 우리는 무의식적인 마음이란 것을 통해서 자동적인 컨트롤을 작동시켰던 것이죠.

그리고 우리가 생각들을 렛고우할 때면 이 무의식적인 마음이란 게 참으로 어렵습니다.

왜냐하면 우리들이 그 생각들을 쳐다보지 않는 게 습관이 되었기 때문이죠.

그것을 쳐다보지 않기 때문에 우리는 그 생각들을 볼 수가 없습니다.

우리가 그것들을 보지 않기 때문에 그 생각들은 그냥 계속 계속 굴러만 가고 한 생애 동안 굴러가고 죽고 난 후에도 굴러갑니다.

우리는 생각들과 너무나도 결합이 되어 있어서 이혼할 생각을 해본 적도 없습니다.

그리고 마침내는 눈먼 채로 계속해서 물리적인 육체들을 떠돌아다니다가 비참한 생활을 하기 전까지는 그런 생각을 하지도 못하죠.

우리가 얻어가는 1온스의 즐거움마다 우리는 1파운드의 고통을 받습니다.

그리고 이것은 당연한 것인데, 왜냐하면 우리가 얻고자 하는 즐거움이란 '우리 자신의 참자아를 세상에 있는 몸을 통해서 밖에서 찾고 있는 것'인데 그것은 거기에 있지 않기 때문이죠.

우리가 사용하는 방법이 효과적이려면, 첫째 생각들을 고요하게 하는 방향이 되어야 하고 실제로 생각들을 없애야만 합니다.

무의식적인 생각들을 떠올리는 의식적인 노력을 해서 그것들이 의식의 수준으로 올라왔을 때 렛고우하십시오.

그 생각들이 올라올 때면 그것들은 한계 지워지고 또 대개는 매우 부정적인 것이기 때문에 당신은 그것을 렛고우하기를 자 nhiên히 원하게 될 것이고 그렇게 할 것입니다.

당신이 그 생각들을 꽤 많이 렛고우하고 나면 당신은 많은 생각들을 떨굴 수가 있습니다.

당신이 많은 생각들을 한번에 떨굴 수 있으려면 어떤 특정한 것에 관한 경향성이나 기질을 렛고우해야 합니다.

경향성이나 기질들을 렛고우하면 그것을 만들어낸 모든 생각들을 한꺼번에 렛고우할 수 있어요.

이런 식으로 당신은 한번에 많은 생각들을 떨구어 버릴 수 있습니다.

예를 들어 단 것을 좋아한다고 하면 당신은 무의식으로부터 한 번에 하나의 생각

을 떠올리고 더 이상 생각이 없을 때까지 하나씩 렛고우를 할 수도 있습니다.
하지만 이건 시간이 너무 많이 걸리죠.

만약 우리가 그 경향성 그 자체를 떨굴 수 있다면, 그 경향성을 만들어 낸 모든 무의식적인 생각들이 한꺼번에 떨구어지고는 단 것을 좋아하는 것에서 완전히 자유로워질 수 있는 겁니다.

그러다가 당신은 남아 있는 모든 생각들을 한꺼번에 떨굴 수가 있는 지점에 이르게 됩니다.

왜냐하면 무한한 힘을 가지게 되었기 때문에, 당신은 스스로 이 무한한 힘을 가지고 있다는 것을 볼 수 있는 지점에 이르고, 당신은 그 힘을 남아 있는 마음을 쓸어버리는데 사용할 수가 있습니다.

그래서 가끔은, 깨달음은 갑작스러운 것이라고 하는 말이 있는 거죠.

당신이 그 지점에까지 이르러서는 '그 힘이 당신의 것'이라는 것을 볼 수 있다면, 당신은 남아 있는 모든 생각들을 한 번에 없애버릴 수 있습니다.

그리고 나면 당신은 완전히 자유로운 것이고 끝까지 간 것입니다.

이런 일이 일어났다고 해서 당신이 좀비처럼 되거나, 빛 속으로 올라가 버리거나 사라져 버리는 건 아닙니다.

당신은 당신이 이미 정해 놓은 대로 몸이 갈 길을 가도록 내버려 둘 것입니다. 그리고 당신이 이 몸의 마지막에 이르렀을 때 기뻐하면서 몸을 떠날 것입니다. 오래 되고 낡아빠진 코트를 벗어버리는 것처럼 말이죠.

당신은 결코 죽지 않습니다.

당신 주위 사람들은 당신이 죽었다고 말할지는 모르지만 당신 자신에게는 죽음이란 없습니다.

당신은 의식적으로 그 몸을 떨구어 버린 겁니다.

마치 오래되고 낡아빠진 외투를 벗어버리듯이 말입니다.

그러나 다시 말하지만 당신이 이미 설정해 놓은 코스를 다 마치기 전까지는 이렇게 하지 않을 것입니다.

제가 이걸 말해주는 이유는 당신이 깨달음을 얻을 때 죽을까봐 두려워할 필요가 없다는 것을 말하기 위해서입니다.

그러니까 궁극의 경지를 성취하는 것은 무無로 사라져 버리는 것이 아닙니다.

그것은 당신의 육체라는 속박을 렛고우하고는 편재함 속으로 움직여 들어가는 것입니다.

당신이 이렇게 하기 위해서는 그렇게 하겠다는 강렬한 열망이 있어야 합니다.

당신이 무한한 존재가 되는 것을 가로 막는 유일한 것은 당신이 한계 지워진 몸이 되고자 하는 욕망뿐입니다.

당신의 그 욕망이 극도의 제한으로부터 자유로워지고자 하는 바람으로 옮겨갈 때 그것이 시작입니다.

하지만 그 길을 끝까지 가기 위해서는 당신은 몸으로 있고자 하는 욕망보다 완전히 자유로워지고자 하는 열망이 훨씬 더 강렬해야 합니다.

우리들 중에서 극소수의 사람들만이 이것을 해내는 이유는 우리들 대부분은 자유로운 무한한 존재가 되고자 하는 <의식적>인 열망보다, 육체로 머물고자 하는 <무의식적>인 욕망이 훨씬 더 강하기 때문입니다.

당신이 이 사실을 직면하고 당신이 진정으로 바라는 것이 무엇인지를 명확하게 보기 전까지는 완전한 자유 완전한 깨달음을 얻는 것은 불가능합니다.

당신은 당신의 욕망을 떠올리기 위해서 무의식을 파고들어야 합니다.

왜냐하면 당신이 그 욕망들을 보지 않는다면 당신은 그것들을 렛고우할 수 없기 때문입니다.

당신이 이 육체에 속박되어 있는 유일한 이유는 무의식적으로 당신이 이 제한된 육체이고자 하는 강한 욕망이 있기 때문입니다.

당신이 자유로워지고자 하는 의식적인 열망이 육체로 있고자 하는 무의식적인 욕망보다 훨씬 강렬할 때 당신은 즉시 자유를 성취할 것입니다.

그리고 그 안에 궁극의 행복이 있습니다.

제가 보기에 이상이 우리가 말하는 주제에 관련한 개괄적인 설명인 것 같군요. 이제 질문이 있으시다면 기꺼이 질문에 대답을 해드리죠.

Q: 어떻게 무의식을 파고들 수가 있나요?

Lester: 좋은 질문이군요.

우선 그렇게 하기를 원해야 합니다.

시작하기가 참 어렵긴 하지만 일단 시작을 하면 더욱 더 쉬워집니다.

당신은 실제로 이것이 아주 쉬워지는 지점에 도달할 수가 있어요.

연습을 하면 그렇게 됩니다.

무의식적인 생각들을 떠올리는 연습을 함으로써 점점 더 잘 할 수 있게 됩니다.

이것을 하는데 도움이 되는 여러 가지가 있어요.

영원한 진리.라고 하는 작은 책자에 이렇게 나와 있어요.

“아무도 그 어떤 것도 당신을 방해하지 않는 그런 장소를 선택하라.”
누군가가 당신을 방해하는데 당신이 그 이유를 모른다면 그 생각은 무의식인 것입니다.

그 생각을 떠올려 보세요.

자꾸 계속해서 연습을 해보면 당신은 실제로 생각들을 떠올리는 습관을 가지게 될 것이고 한계 지워진 생각을 보게 되고, 그 뒤에 있는 예고의 숨어있는 동기를 보게 되면 그것을 렛고우할 수 있습니다.

Q: 무의식적인 생각이나 동기를 보는 것으로 충분한가요?

Lester: 단지 쳐다보는 것으로 충분하지는 않습니다.

당신은 의식적으로 생각을 떨구어야 하거나, 경향성이나 동기들을 알아내야 합니다.

당신이 그 생각들을 보면 그것들이 한계 지워지고 부정적인 것들이기 때문에 그것들을 렛고우하기를 원하게 될 겁니다.

우리가 무의식적인 생각들을 파고들기를 원하지 않는 이유 중 하나는 우리는 우리가 얼마나 끔찍한지를 보기를 좋아하지 않기 때문입니다.

하지만 좋은 것과 나쁜 것이란 없습니다.

단지 ‘올바른 방향’과 ‘잘못된 방향’으로의 움직임만이 있을 뿐입니다.

우리가 잘못된 방향으로 움직일 때 우리는 더욱 제한된 것으로 움직여 가는 것이고, 그것이 바로 나쁜 것이라 불리우는 것들입니다.

하지만 모든 것은 경험일 뿐입니다.

그리고 우리가 우리 자신을 심판하지 않을 때 우리는 더욱 빨리 성장합니다.

Q: 우리가 자신을 심판하지 않을 때요?

Lester: 그렇습니다. 우리가 자신을 심판하지 않을 때 무엇이 올라오든 그게 무슨 상관입니까?

온갖 것이 올라올 것이지만 그건 과거의 경험일 뿐입니다.

또한 당신이 깨어나면 단 한 번도 ‘완벽하고 완전하며 한계 없는 온전한 자신의 참자아’와 떨어진 적이 결코 없었다는 것을 알게 됩니다.

그리고 이런 모든 경험들은 마치 꿈속에서 모든 일이 벌어지고 있다고 상상하는 것처럼 마음속에 비친 이미지들일 뿐이라는 것도 알게 됩니다.

하지만 꿈을 꾸고 있는 동안 그것은 당신에게는 진짜처럼 보입니다.

만약 꿈속에서 누군가가 당신을 죽이려 한다면 그것은 진짜여서 당신은 살려고 발버둥을 칩니다.

하지만 당신이 꿈에서 깨어났을 때 뭐라고 말합니까?

“그건 그냥 꿈이었어. 내가 상상해낸 거라구.”

지금 깨어 있는 이 상태가 바로 밤에 꾸는 꿈과 똑같습니다.

우리 모두는 우리가 몸이라고 생각하는 꿈을 꾸고 있고 모든 것이 꿈입니다.

하지만 이러한 깨어있음의 상태에 도달하기 위해서는 당신의 무의식적인 생각들의 주요한 부분들을 먼저 떨구어야만 합니다.

Q: 모든 게 꿈이라는 것을 깨닫고 난 후에 세상은 어떻게 보이나요?

Lester: 당신이 어제 밤에 꿈꾼 것을 지금 보는 것처럼 볼 것입니다.

앞의 그림과 뒤의 그림은 단지 관점의 차이일 뿐입니다.

이전에 당신이 한계 지워진 몸이라고 생각할 때는 이 몸들과 행위들이 진짜 같았습니다.

깨닫고 난 후에는 당신은 그것을 꿈처럼 마치 움직이는 그림처럼 볼 것입니다.

당신이 스크린 위의 배우들을 볼 때 당신은 스크린 위의 배우와 동일시해서 자신에 대한 자각을 잃어버릴 수 있습니다.

그래서 당신은 그 배우와 같은 감정을 느끼고 행복하고 불행해하는 것이죠.

Q: 선생님께서는 이전에 가졌던 욕망들이 더 이상 없으신 건가요?

Lester: 당신은 ‘자신이 무한하다’는 것과 ‘자신이 전부’라고 하는 사실에 깨어났기 때문에 아무런 욕망을 가지지 않습니다.

욕망해야 할 것이 없습니다.

욕망은 당신을 제한합니다.

“나는 모든 것을 가지지 못했어. 그러니까 나는 그것을 가져야 하고 그것을 가지려는 욕망을 만들어야 해.”

그러니 욕망이란 한계일 뿐입니다.

당신이 그림 전체를 보게 될 때 당신은 자연스럽게 모든 욕망을 잃어버리게 될 겁니다.

당신이 모든 것일 때 욕망할 것은 없습니다.

이제 실제로 말해서 당신이 꿈속에서 살아가는 것을 선택할 때 당신은 잠시 동안 욕망을 가진 것처럼 행동할 수도 있습니다.

그리고 그 욕망이 충족된 것처럼 행동할 수도 있죠.
하지만 그건 단지 그렇게 하는 행동 - 연기일 뿐입니다.

Q: 마음은 어떻게 좋고 나쁜 것을 구별할까요?

Lester: “이것은 좋고 저것은 나빠.” 라고 말을 함으로써 그렇게 하죠.

Q: 그건 개인적인 것이죠?

Lester: 물론입니다.

한 나라에서 옳은 것이 다른 나라에서는 옳지 못한 것입니다.
당신에게 옳은 것이 다른 사람에게는 옳지 못한 것일 수도 있어요.
그것은 매우 개인적인 접근입니다.
물론 옳고 그름에 일반적인 동의는 있긴 하죠.
일반적으로는 서로 죽이려 하진 않잖아요.
그러니까 옳고 그름은 매우 개인적인 관점입니다.
만약 옳고 그름의 기준이 필요하다면 성장에 도움이 되는 것은 옳은 것이고 성
장에 방해가 되는 것은 그른 것입니다.
옳고 그름은 그런 것이어야 합니다.

Q: 우리가 올바른 것을 경험을 통해서 배울 수 있을까요?

Lester: 네. 당신은 올바르지 못한 것을 행함으로써 올바른 것에 대해 배우니
다.(웃음) 그렇죠?

그리고 당연이 올바른 것을 경험함으로써도 배웁니다.
불행하게도 우리 대부분은 올바르지 못한 것을 통해서 배우죠.
우리는 불에 손을 뻗어 손을 데어가면서 배우고 있습니다.
바로 이 삶의 어떤 요소보다도 고통이 우리를 채찍질하는 것처럼 보이는 것입니다.
우리 모두는 이러한 고통에서 벗어나기를 원합니다. 그렇죠?
다른 방식으로 즉 올바른 길의 멋진 부분이 우리를 끌어당기도록 해야 합니다.
당신이 거기까지 나아간다면 당신의 성장은 매우 빨라질 것이고 당신은 이 길
의 끝에 다가서게 됩니다.

Q: 선생님께서 말씀하신 “당신이 깨달은 후에는 당신이 미리 셋팅한대로 삶을

살아갈 것”이란 것은 어떤 의미인가요?

Lester: 우리는 이 몸에 들어오기 전에 우리가 경험을 통해서 무언가를 배울 수 있도록 이 몸이 할 행동을 미리 셋팅해 놓았습니다.

Q: 이번 생에 선생님께서 깨달음을 얻을 것이란 것을 알고 있었던 건가요?

Lester: 아닙니다.

과거의 생에 당신은 작용과 반작용, 원인과 결과, 카르마(이것들은 다 같은 것들이죠.)에 종속되어 있었고 그 게임을 계속하기를 원합니다.

당신은 이전에 몸으로 있을 때 어떤 것들을 했습니다.

그래서 다음번엔 당신은 비슷한 것들을 설정해놓고선, ‘당신이 좋아하지 않는 것들은 없애려 하고’ ‘당신이 좋아하는 것들은 계속해서 하려고’ 하는 거죠.

당신은 스스로 미리 설정해놓은 육체가 해야 할 것들을 바꿀 수가 없습니다.

당신은 몸으로 들어오기 이전에 당신이 이미 셋팅한 것들을 정확하게 하게 될 겁니다.

이 세상의 생활에서 자유의지란 없습니다.

하지만 자유의지가 있는데, 그것은 바로 ‘참자아와 동일시할 것’인지 ‘몸과 동일시할 것’인지 선택하는 것입니다.

만약 당신이 몸과 동일시한다면 당신은 곤란에 빠지게 될 것입니다.

그러니 자유의지란 무엇과 동일시할 것인지의 문제입니다.

이것을 알게 되면 살아가는 것이 더욱 쉬워지죠.

당신은 맞서 싸울 필요가 없습니다.

당신은 진정한 자아를 추구하게 되는 거죠.

Q: 지복에 대한 욕망이 우리가 행복을 추구하는 시작으로 충분할까요?

Lester: 물론입니다.

Q: 만약 누군가가 진실하게 추구하고 있다면 구루가 그를 도와줄까요?

Lester: 깨달은 스승이야말로 모든 도움 중에 가장 큰 도움입니다.

하지만 그는 당신이 스스로 도울 수 있는 것 이상으로는 도울 수가 없습니다.

이것이 가장 중요한 점입니다.

그는 당신이 스스로를 돕는 것 이상으로 도와줄 수가 없어요.
당신이 스스로를 도우려고 할 때 그는 당신과 함께 할 것이고 당신이 이미 준비가 된 그것을 깨달을 수 있도록 도와줄 것입니다.

Q: 그가 돕는다구요?

Lester: 그는 당신이 준비가 된 깨달음을 얻을 수 있도록 도와줍니다.
스승이 당신의 가슴을 살짝 건드리기만 해도 당신은 ‘우주의식’을 얻을 수 있어요.
하지만 당신이 준비가 되어 있어야 합니다.
모든 도움 중에서 구루의 도움이 가장 큰 것인데 왜냐하면 그는 그 길을 끝까지 가보았기 때문에 당신이 같은 방향으로 가도록 도울 수 있습니다.

Q: 마야의 환상 구조를 보고 참자아를 보게 되었는데, 갑자기 다시 꿈에 사로잡히고 그 꿈을 진짜로 믿게 될 때 무슨 일이 일어나는 거죠?

Lester: 당신이 참자아를 보았는데도 다시 세상으로 떨어지는 일은 가능합니다.
왜 그럴까요?
당신이 “나는 이 몸이다. 이 세상은 진짜다.” 라고 하는 무의식적인 생각들을 렛고우하지 않아서입니다.
당신은 무의식으로 파고 들어가서 그 생각들을 의식으로 떠올리고서는 렛고우해야 합니다.
혹은 참자아에 확고히 자리 잡아서, 당신의 마음이 ‘당신이 창조해 낸 자신의 바깥에 있는 것’임을 보고 그것들을 지워버리는 겁니다.
이렇게 할 수 있는 사람은 극소수이기 때문에 무의식적인 생각들을 떠올려서 그것들을 떨구는 것을 계속하세요.
당신은 어떤 경향성들을 없앴으로써 무의식의 생각 덩어리들을 떨굴 수도 있습니다.

예를 들어 흡연 같은 것을 생각해보죠.
만약 당신이 오랜 세월 담배를 피워왔다면 당신은 담배를 피우고 싶어 하는 수천가지의 자잘한 욕망들을 가지고 있습니다.
그 경향성들은 강력한 것입니다.
하지만 당신은 강한 의도의 힘을 가지고 당신에게 말할 수도 있습니다.
“이건 정말 어리석은 짓이야. 이젠 그만 두겠어.”
그리고는 다시는 담배를 피우겠다는 욕망을 가지지 않는 것이죠.

이게 바로 경향성을 없앴으로써 담배를 피우고 싶다고 하는 욕망에 관련된 모든 생각들을 한 번에 없애는 것입니다.

담배를 피우고 싶다고 하는 생각 덩어리를 없애는 것이죠.

Q: 그 한 덩어리를 없애면 모든 게 깨끗해지는 거군요?

Lester: 완전히요.

저는 아무런 문제없이 이런 식으로 담배를 끊은 사람들을 많이 봤습니다. 그들은 그저 그 결심을 하고 그걸로 끝이었어요.

Q: 그럼 이런 식으로 우리를 성가시게 구는 것들을 없앨 수가 있겠군요?

Lester: 네. 만약 당신에게 질투심이 있다면 그걸 들여다보세요.

만약 당신이 질투심을 느끼는 데에 신물이 난다면 이렇게 말할 겁니다.

“이젠 끝이야. 이만하면 됐어. 다 가버렸다구!”

그리고 당신은 모든 것에 대해서 이렇게 할 수가 있습니다.

이게 바로 마음을 큰 덩어리로 렛고우하는 것입니다.

이렇게 하면 무의식 속에 있는 질투심에 관련된 수많은 생각들을 렛고우하게 되는 거죠.

이런 식으로 경향성들을 렛고우하려면 어느 정도 성장이 뒷받침이 되어야 합니다.

Q: 우리가 만약 진짜로 그렇게 했다면 다시는 돌아오지 않는 거군요?

Lester: 그렇죠. 만약 당신이 결심을 하고 진짜로 렛고우하면 그건 사라져 버립니다.

우선은 소소한 것들부터 시도해보세요.

그리고는 좀 더 큰 것들에 성공하게 될 겁니다.

처음에는 한 가지를 하고 그리하면 2가지 나아가서는 모든 것들에 대해서 할 수 있습니다.

당신이 할 수 있는 것부터 해보세요.

이것은 매일 매일 해보시면 그리 시간이 오래 걸리지 않을 겁니다.

이것을 생활의 습관으로 만들어 보세요. 매일 매일 성장할 수 있습니다.

모든 사건들은 우리가 성장할 수 있는 기회입니다.

여러분들이 경험하는 모든 경험은 전부 다 한계 지워진 경험입니다.

당신이 경험하는 모든 짜증은 그것을 넘어설 수 있는 뛰어난 기회입니다.
그 짜증을 불러일으키는 원인이 되는 '무의식적인 생각'을 떠올리고는 떨구어
버리는 습관을 기르세요.
매일 매일 연습하면 빨리 도달할 수가 있을 겁니다.

29. 문젯거리들은 어떻게 용해될까요?

문젯거리들은 어떻게 용해될까요?

당신에 대한 나의 인상을 말해주고 싶군요.

제가 당신을 작년에 만난 이후로 당신은 더 크고 강렬한 문젯거리들을 가지게 된 것 같아요.

이렇게 문젯거리들이 강화되는 것은 마치 우리가 뒤로 물러나는 것처럼 보일 지도 몰라요.

하지만 그렇지 않습니다.

이제 우리는 밖으로 우리 자신을 충분히 드러낼 만큼 성장했고 따라서 무의식 속에 있던 문젯거리들이 더 이상 묻혀 있지 않고 세상으로 모습을 드러냅니다. 우리가 무관심할 때는 그것들을 표현할 수가 없었어요.

그것들을 밖으로 드러내어서 표현할 수가 없었기 때문에 문젯거리들은 계속해서 우리의 무의식속에서만 빙빙 돌고 있었고 그 대부분의 것들은 세상에 물질화되지 못했어요.

우리가 무관심한 상태에서 한걸음 더 나아가면 여전히 무관심에 가깝긴 하더라도 무언가를 할 수 있는 힘이 생겼어요.

그리하면 우리의 문젯거리들이 점점 더 밖으로 물질화되고 마치 세상이 우리를 덮치는 것처럼 보일 수도 있어요.

하지만 사실은 우리는 무관심한 상태에서부터 뭔가를 할 수 있는 상태로 성장한 것이고 이 상태를 apathetic-doingness라고 불러요.

우리가 apathetic-doingness의 상태에 이르렀을 때 우리는 무관심이나 불안정한 경향들을 다룰 수 있게 되고 우리는 어느 정도 파괴적이 될 수도 있어요. 우리는 세상이나 우리 자신에게 파괴적으로 표현하기 시작하고 문제거리들이 생겨나서 상황은 점점 나빠지는 것처럼 보일 겁니다.

우리는 우리가 뒤로 물러나고 있다고 생각할 수도 있지만 사실은 우리는 앞으로 나아가고 있는 중입니다.

왜냐하면 apathetic-doingness의 상태는 아무 것도 하지 않는 무관심의 상태보다 높은 상태이기 때문이죠.

이제 apathetic-doingness보다 한 단계 더 나아간 상태는 우리가 건설적일 수도 파괴적일 수도 있는 행함의 상태입니다.

이제 한걸음 더 나아가면 당신은 doingness beingness의 상태에 이를 것이고 당신은 고요하면서도 역동적인 행함을 통해 건설적인 행함만을 할 것입니다.

거기서 더 나아간다면 당신은 아무 것도 행할 필요가 없는 오직 존재함의 상태에 이를 것입니다.

세번째 단계는 이 세상이 마음으로 이루어져 있고 우리 모두가 연결되어 있다는 것을 알게되는 단계입니다.

우리는 서로 싸우기를 멈추고 서로를 사랑하게 됩니다.

그리고 4번째 단계는 자신을 神으로서 충분히 자각하고 있는 상태이고 완전히 자유로운 상태입니다.

언제라도 우리는 가장 높은 상태로 나아갈 수 있습니다.

우리는 이 세상이 있는 상태에 머물러 있을 필요가 없습니다.

세상에서 행복을 찾지 말고 행복이 있는 곳을 찾으십시오.

그 장소는 바로 우리 안에 있습니다.

한계 없는 기쁨이야말로 우리의 자연스럽고 타고난 본성입니다.

나는 이게 필요하고 그녀가 필요하고 그가 필요하고 내가 저기에 도달하지 못하면 나는 상처를 받을 것이고 나는 이런 문젯거리들을 가지고 있다.

이런 부족함과 한계들의 관념을 놓아 보내십시오.

긍정적인 면에서 안으로 들어가서는 우리가 한계 없는 존재라는 것을 보십시오.

우리는 바로 그것이고 우리는 그렇게 머물기를 선택할 것입니다.

우리에게 문젯거리가 생길 때마다 우리는 한계 지워진 예고가 된 것입니다.

우리는 이 한계 지워진 예고를 통해서 우리의 한계 없는 자아를 드러내려고 애쓰고 있는 중입니다.

이 한계 지워진 예고는 너무나도 작아서 우리는 쥐어짜지는듯하고 고통을 받게 됩니다.

그러므로 문제가 생기면 우리가 해야 할 일은 자신에게 물어보는 것입니다.

"내가 무엇을 하고 있지? 예고에서 나온 동기로 나는 무엇을 찾고 있지?"

만약 대답이 떠오르게 되고 당신이 그것이 얼마나 한계 지워진 예고의 동기인지를 보게 된다면 당신은 자동적으로 무의식에 있던 것을 의식으로 떠올린 것이고 일단 그것이 의식이 되면 당신은 자연스럽게 그것을 놓아 보낼 수가 있습니다.

우리가 그것들을 놓아 보내지 못한 이유는 단지 그 최초의 원인이 되는 생각이 무의식적이어서 우리가 보지 못했기 때문일 뿐입니다.

그러므로 우리가 생각들을 완전히 의식하고 그것들을 놓아 보내주거나 혹은 - 이것이 더 높은 차원이고 나은 방법인데 -우리가 우리 자신이 이 몸과 마음과 이 세상이 아니라 무한한 존재라는 것을 즉시 강하게 알아차려서 우리가 우리

를 한계 없는 기쁨인 자신의 존재를 강력하게 느끼고 알아차린다면 모든 문젯거리들은 즉시 사라져버릴 것입니다.

내가 모든 문제와 고통은 오직 예고에 의해서만 야기된다고 한 말이 사실이라는 것을 당신도 알게 될 것입니다.

당신이 자신의 존재로 머문다면 아무런 문제가 없습니다.

아무런 노력 없이도 모든 것이 완벽하고 조화롭게 됩니다.

예고의 습관을 놓는 것은 쉽지는 않지만 우리가 놓아 버리기로 결심하는 순간 우리는 할 수가 있습니다.

당신이 만약 나는 이것을 놓지를 못하겠어.. 라고 말한다면 그건 당신이 진정으로 예고를 놓기를 원하지 않는 겁니다.

그것을 놓으려는 욕망이 그리 크지 않은 거죠.

제가 너무 간단한 듯이 말했나요?

하지만 당신이 일단 이것을 받아들이고 이 단순함을 보게 된다면 이 말을 알게 될 겁니다.

“일들이 저절로 이루어지게 하라.” 라는 기분을 가져보세요.

이것을 이루기 위해서는 우리는 예고-센스를 놓아 보내야 합니다.

예고란 "나는 레스터라는 개인이야. 난 몸을 가지고 있고 내가 이것을 하지." 라고 하는 것입니다.

그것이 잘못된 것입니다.

만약 내가 참자아라면 거기에는 레스터가 없습니다.

나는 레스터를 비켜서게 하고 참자아나 神이 행하도록 내려놓아야 합니다.

그렇게 한다면 당신은 삶 속에서 움직이지만 아무런 노력 없이 사건들과 사물들 사이를 떠다니는 기분일 겁니다.

노력이 있다면 그것은 예고가 하는 것입니다.

노력이 없을 때는 예고도 없습니다.

당신이 완전히 깨닫기 전에는 당신은 노력을 하려고 할 겁니다.

하지만 이따금 당신은 아무런 노력을 하지 않는데도 모든 일들이 완벽하게 되어갈 때가 있습니다.

그러니 가끔 당신은 참자아가 되는 거죠.

하지만 만약 당신이 예고를 놓아 보내는 것을 계속한다면 결국은 그것을 떨어뜨릴 수 있을 것이고 <행위자>가 아니라 <주시자>가 될 것입니다.

<행위자>를 고집하지 말고 그저 일들이 저절로 일어나게 내버려 두세요.

무엇이 일어나든 이것은 꿈이거나 혹은 神께서 하시는 것으로 생각하고 내버

려 두세요.

“나에게 문제가 생겼어.”라고 말하는 그 순간 당신은 움짱달짝 못하게 됩니다.

당신은 그것을 실재로 만들어 버렸어요.

당신은 문젯거리를 없애버릴 수가 없어요.

왜냐하면 당신이 그것을 실제로 존재하는 것으로 만들어 버렸기 때문이죠.

그렇다고 “아무런 문제가 없어.” 라고 말한다고 해서 그것들이 없어져 버리지는 않을 거예요.

왜냐하면 당신이 “아무런 문제가 없어.” 라고 말함으로써 마음에 그 문제를 붙들고 있게 되니까요.

다만 당신의 마음에서 그 문젯거리를 사라지게 내버려 두세요.

그저 모든 것이 완벽할 수밖에 없기 때문에 애초에 어떠한 문젯거리든 절대로 있을 수가 없다는 것만을 기억하세요.

그래요. 이제 당신도 보다시피 인생이란 원래 완전히 <노력 없음>입니다.

우리가 자연스러운 자신의 참자아가 되기 위해서 해야 할 일이란 아무 것도 없습니다.

그런데도 우리는 제한된 에고가 되기 위해서 무진장 애를 쓰고 있어요.

이건 어마어마한 노력이 필요한 일이죠.

당신의 자연스러운 상태가 한계 없는 무한함임에도 불구하고 자신을 제한된 에고로 만들고자 하는 것은 엄청난 노력이 필요한 겁니다!

하지만 당신의 원래의 모습인 한계 없는 참자아가 되는 것에는 아무런 노력이 필요하지 않습니다.

단지 <행위자> 라고 하는 느낌을 놓아 보내세요.

당신이 모든 것이 완벽하다는 것을 알기만 한다면 가장 미세한 생각도 즉각 실현될 겁니다.

신 혹은 참자아에게는 한계라는 것이 없어요.

당신이 무엇을 생각하든 당신이 그것을 놓아 보내주기만 한다면 당신이 당신의 무한한 힘을 불러일으키기 때문에 그것은 즉각 실현됩니다.

아무것도 그것을 막을 수는 없습니다!

하지만 동시에 무언가를 해야만 하지 않을까요?

아닙니다. 그 반대입니다.

나는 말합니다. 그저 침실에 틀어박혀서 문을 잠그고는 내가 말한 대로 한다면

당신은 그게 실현되리라는 것을 알게 될 겁니다.

그래야만 합니다.

어떤 것도 그것을 막을 수는 없어요.

당신은 지금 무한한 힘을 불러오고 있으니까요.

아무것도 덧붙이지 않은 "나"야말로 우리가 찾고 있는 신입니다.

당신이 "나는 무엇입니다." 이라고 말할 때 그리고 "I and something"이라고 말할 때면 그것은 神이 아닙니다.

오직 순수한 "나"만이 神입니다.

그래서 神은 이 몸보다 더 가깝다고 하는 것입니다.

"나"는 얼마나 가까운가요?

이것은 몸보다 더 가까운 것입니다. 그게 바로 神입니다. 당신의 참자아죠!

매우 기분 좋은 일이군요.

네. 그렇습니다.

왜냐하면 이 말이 당신이 참자아라는 것을 무의식적으로 알고 있다는 사실을 상기시켜 주기 때문입니다.

그저 "나"라는 말을 붙들고 있으십시오.

오직 "나 나 나 나" 일 때 당신은 점점 더 행복해지고 고양될 것입니다.

"나는 이 몸이고 이 마음이다."가 아니고 단지 "나 나 나 나"라는 존재의 느낌을 반복하고 반복해 보세요.

신은 존재 그 자체입니다.

우리가 안을 들여다보면 우리는 한계 지워진 몸과 마음이라고 하는 작은 부분이라고 착각하는 전체의 존재라는 걸 알게 됩니다.

존재는 주시이고 의식입니다. -존재 주시 의식 - 이것들은 다 같은 것입니다.

당신이 당신의 참자아일 때 거기에는 문젯거리가 없습니다.

이 세상에서 문젯거리가 보일 때면 당신이 한계 지워진 몸-마음의 '에고'로 기어들어가려고 애를 쓰고 있는 중이라는 겁니다.

만약 당신이 스스로 문젯거리가 있다고 생각한다면 실제로 그렇게 됩니다.

만약 당신이 신이 모든 것이고 완벽하다는 것을 받아들인다면 남아 있는 것은 완벽을 보는 것뿐이고 당신은 영원히 그것과 함께 할 것입니다.

당신은 "문젯거리", "할 수 없어", "안 돼", "하지 않을 거야"라는 모든 부정적인

단어들을 내려놓아야만 합니다.

당신이 계속 나아 갈수록 당신은 세상에 대해 집착 없음 즉 일종의 무관심과 비슷한 상태가 되어갈 수도 있습니다.

당신이 완벽함으로 더욱 높이 비상할수록 당신은 문젯거리들을 점점 발견할 수가 없게 될 겁니다.

문젯거리들을 많이 보면 볼수록 우리는 더욱 아래로 내려갑니다.

세상에서 온갖 문젯거리들을 보는 주변 사람들은 당신이 그들과 같은 길에 있어야 한다고 할 겁니다.

그리고 당신이 잘못 가고 있다고 비난할 수도 있어요.

하지만 당신은 그런 사람들로부터 자신을 보호해야 합니다.

당신이 비상할수록 그들은 당신을 자신들이 있는 곳으로 끌어내리려 할 겁니다.

그들이 당신이 잘못되었다고 생각하도록 내버려 두십시오.

논쟁할 필요가 없습니다. 무의미한 짓이죠.

그들은 자신들이 생각하는 방식으로 당신이 생각하지 않는다면 당신을 이기적이라 비난할 것입니다.

그렇지 않습니다.

당신이 얼마나 문제점들을 자각하느냐가 비이기심을 보여주는 것이 아닙니다.

문젯거리란 본래 없는 것이며 당신이 다른 이로 하여금 이것을 알게 해 주는 것이 바로 비이기심입니다.

그렇습니다.

단지 사랑하십시오.

그리고 긍정적으로 생각해 주십시오.

생각은 행동보다 더 강력한 것입니다.

생각은 행동의 근원이고 결과입니다.

생각은 행동 이전에 오는 것이고 행동을 결정합니다.

깨달은 자가 동굴 안에서 홀로 앉아 있는 것이 모든 조직화된 단체들의 행동보다 더 세상에 이롭습니다.

그는 모든 이들을 돕고 있으며 모든 이들이 무의식적으로 그것을 받아들입니다.

다시 예전의 이야기로 돌아가봅시다.

맨 아래에 있는 것은 행동 없음이고 중간은 행동이고 맨 꼭대기는 다시 행위 없음입니다.

맨 아래의 상태는 일종의 무기력한 무관심이고 파괴적입니다.
단지 모든 것을 멈추려고만 하고 모든 것을 파괴합니다.
맨 꼭대기는 모든 것을 그저 있는 그대로 둡니다.
왜냐하면 모든 것이 완벽하고 이 상태에 있는 사람은 이것을 정신적으로 모든 사람에게 강하게 투사합니다.
이제 당신이 위로 상승함에 따라 당신과 함께 하지 않는 사람들은 당신을 그들이 있는 아래로 끌어내리려 할 것입니다.
군중 속의 한명이 되고자 하는 것은 예고가 인정을 받고 싶어 하기 때문에 더 쉬워 보일지도 모릅니다.
그렇지만 그렇지 않습니다. 이 길이 훨씬 더 쉽습니다.
그것을 볼 수 있겠습니까?
우리가 가는 이 길은 그저 놓아 주고 신이 모든 것을 하게 함으로써 아무런 힘을 들이지 않고서도 모든 것이 완벽하게 맞아 떨어집니다.
그러나 내가 뭔가를 하고자 할 때는 그것은 신이 아니라 나라는 예고가 뭔가를 원하고 바꾸려 하고 세상을 고치려 드는 겁니다.
당신이 군중들에게 휩쓸릴 때면 확언이나 만트라를 사용하는 것도 좋습니다.
도움이 될 만한 것이라면 무엇이든 해도 좋습니다.
자기 자신이 누구인지 찾아보세요.
자신의 참자아를 아는 것은 최선의 일입니다.
당신이 모든 것을 놓아버리고 참자아가 되어 본 순간들이 있었을 겁니다.
어떤 기분이던가요?

정말 멋졌어요. 제가 항상 그것을 가질 수가 있을까요?

네. 물론입니다. 그런 상태로 머무세요. 그게 답입니다.
자기 자신으로 있으세요.
당신은 무한하고 전지하며 전능합니다.
바로 지금 여기에서요. 그것이 되세요.
이 한계 지워지고 비참하고 보잘 것 없는 예고로 머물지 마시구요.

네. 당신은 이제껏 지녀왔던 부정적인 것들에 점점 무관심해져갈 것입니다.
그게 어디가 잘못된 겁니까?
모든 이가 모든 이를 사랑하는 사회에서 정책이나 정치가 필요할까요?
세상을 돕고자 한다면 스스로 성장할 수 있도록 도와주세요.
그리하면 당신은 정치나 정책에 관여하는 것보다 훨씬 더 세상을 이롭게 할

것입니다.

당신이 더 많이 사랑하게 될수록 당신은 더 많이 세상을 돕게 되는 겁니다.
의회가 세상을 바로 잡을 수는 없지만 사랑하는 사람들이 많을수록 세상을 바로 잡을 수 있어요.

신성한 원리와 법칙이 인간이 만든 법률에 우선합니다.

의식과 생각이 모든 것을 결정합니다.

저 바깥에 있는 세상은 단지 우리의 집단 의식일 뿐입니다.

만약 우리가 세상이 마음에 들지 않는다면 우리는 단지 우리의 의식만 바꾸면 됩니다.

그리하면 바깥세상은 자연스럽게 따라오게 됩니다.

가끔은 제가 원하는 것들을 진짜 창조할 수 있을지 용기가 나질 않습니다.

왜 용기가 생기질 않는 걸까요?

바로 예고입니다.

당신은 다른 이들로부터 인정을 받고자 합니다.

당신은 인정을 구걸하고 있어요.

그리하면 당신은 그들이 원하는 대로 끌려가게 될 겁니다.

전에 선생님께서 말씀하시기를 문제를 해결을 하면 그것이 나타나지 않는다고 하셨죠.

그건 사실입니다.

하지만 또 새로운 문젯거리들이 생겨납니다.

이 세상에 문젯거리들은 끝이 없습니다.

당신은 계속해서 영원히라도 세상의 문제들을 해결할 수가 있어요.

하지만 문젯거리들은 점점 더 많아지기만 합니다.

당신이 세상에 문제가 있다고 의식하는 한 말이죠.

당신의 참 존재를 발견할 때만 오직 그때만이 아무런 문제가 없습니다.

우리가 하고 있는 짓거리는 불에다 손을 대고서는 "앗~ 뜨거. 내 손이 데었군.

나에게 문제가 생겼어."하는 것과 같아요.

이게 답니다.

당신이 자신이 하는 짓거리를 알아챌다면 즉시 그만 둘 겁니다.

만약 당신에게 문제가 있다면 당신이 그것에 당신의 손을 얹고서는 "아야 아야!" 하고 소리 지르고 있는 것일 뿐이에요.

마치 당신이 손을 집어넣은 것이 아닌 것처럼 하면서 말이죠.
하지만 당신은 지금 그러고 있어요.
그 문젯거리는 오직 당신의 의식에만 있는 겁니다. 마음속에만요!
당신의 마음을 바꾸고 의식을 바꾸세요.
그리하면 즉시로 그 문젯거리들은 더 이상 존재하지 않게 될 겁니다.
한번 해보세요.

작년에 우리가 함께 세션을 했을 때는 우리 모두는 고양되었고 문젯거리가 거의 없었어요.
그게 바로 우리가 모여서 함께 세션을 하는 주요한 목적입니다.
당신은 당신이 가야 할 방향을 일깨웠어요.
당신은 세상과는 반대 방향인, '같은 방향으로 가는 사람들'과 함께 있었으니까요.
당신이 혼자 있게 되면 당신 자신이 아닌 것 -몸과 마음-에 머무는 것을 즉시 멈추세요.
그리고 당신 자신인 무한함과 완전한 자유 광대하면서 영광스러운 존재 전부 이자 완벽한 존재로 있으세요.

에고가 움직이는 것을 어떻게 볼 수 있을까요?

다른 사람이나 혹은 어떤 일에 반응을 할 때마다 그 반응은 에고에 의한 것입니다.
에고의 동기를 살펴보고 그것을 봤을 때 그것을 놓아 버리세요.
에고의 동기가 관찰될 때마다 에고는 힘이 약해집니다.
에고의 동기를 본다는 것은 그것을 느낀다는 것이고 그것을 생각으로만 보는 것은 아닙니다.

30. 자유로 가는 마지막 단계 1

Lester: 제가 여러분들에게 깨달음을 얻었을 때 여러분들이 사라지는 게 아닌란 것을 보여주기 위해서 많은 이야기들을 했어요.

세상을 떠날 필요도 없고, 여러분들이 세상에서 하던 일도 집착을 하지 않으면서도 더욱 잘 할 수 있게 됩니다.

지금 가지고 있는 것 중 어느 것이라도 잃어버릴 수도 있다는 두려움을 가질 필요가 전혀 없어요.

여러분이 잃게 되는 유일한 것은 부자유입니다.

그 이전과 이후의 유일한 차이점은 그 이전에는 여러분들은 자신의 무의식적인 생각들에 의해서 내몰려 다녔지만 그 이후로는 여러분들이 그런 생각들로부터 자유로워진다는 것입니다.

전에는 어떤 특정한 것들을 보거나 어떤 일이 일어나면 불행해졌지만 그 이후로는 여러분들은 결코 결코 불행해지지 않습니다.

왜냐하면 모든 것이 자연스럽게 가야할 길을 가게 되기 때문이죠.

제가 보기에 우리 모두에게는 무의식적인 두려움이 있는 것 같아요.

만약 우리가 끝까지 간다면 우리가 사라져 버릴 거란 두려움이죠.

만약 우리가 끝까지 간다면 지금 우리가 즐기고 있는 것들을 즐기지 못하게 될지도 모른다는 두려움도 있고, 하지만 이런 두려움은 전혀 근거가 없는 것들입니다.

우리가 이전에 즐겼던 그 어떤 것들도 그 이후에는 수천 배 더 즐길 수가 있게 됩니다.

왜냐하면 우리는 그 어떤 것에 대해서도 한계가 없는 곳까지 끝까지 갔기 때문에 무한의 존재가 되었기 때문이죠.

기쁨에는 한계가 없습니다.

우리가 가질 수 있는 것에는 한계가 없습니다.

행복 돈 건강 혹은 그 어떤 것에라도 우리가 도달할 수 있는 것에는 한계가 없습니다.

지난번에 저는 여러분들이 끝까지 가고자 한다면 삶이 어떻게 될 것인지를 말했습니다.

저는 단지 생각만으로 창조를 하면서 살아가는 삶이 어떤 것인지 말을 했습니다.

우리가 단지 생각만으로 창조를 한다면 모든 것이 완벽한 하모니를 이루고 아

무 것도 잘못되지 않습니다.

모든 것이 즉시 우리가 원하는 대로 될 것입니다.

저는 이 이야기를 여러분들에게 도전 과제로 제시했습니다.

여러분들이 제 말을 받아들이고 그렇게 하시기를 바라면서 말이죠.

그룹으로 볼 때는 우리들은 비교적 짧은 시간 안에 꽤 높이 올라왔습니다.

그리고는 정체되어 버리고 성장의 속도가 많이 떨어져 버리죠.

전 우리가 더 이상 나아가지 않고 멈춘다는 것은 어리석은 일이라 생각해요.

저는 여러분들이 왜 끝까지 가지 않는지 이해할 수가 없어요.

왜 생각만으로 모든 것들을 가지지 않습니까?

왜 모든 것들이 여러분들이 원하는 대로 흘러가는 이 완벽한 하모니를 손에 넣지 않으세요?

왜 어떠한 슬픔도 없는 기쁨으로 살지 않으세요?

왜 우리는 이것을 가지지 않습니까?

전 정말이지 우리가 왜 이것을 가지지 않는지 이유를 알고 싶어요.

여러분들이 왜 그러는지 이유를 알면 제가 도움을 줄 수 있을 텐데요.

저는 제가 말씀드린 방식으로 생활하는 것을 모든 사람이 좋아할 것이라고 확신하는데요.

여러분들은 이전에 경험했던 어떤 것도 넘어서는 끊임없는 기쁨의 상태에서 살아갑니다.

여러분이 생각하는 모든 것들이 그저 다 이루어지게 됩니다.

그러니까 왜 우리는 이렇게 하지 않죠?

전 정말 진짜로 묻고 싶어요. 왜 이렇게 하지 않아요? 해리.

당신은 뭔가를 느끼지 않았나요?

Harry : 전 지난번 모임에 없었습니다.

Lester: 그럼 제가 요약을 해드리죠.

제가 생각하는 것은 무엇이든 즉시 이루어지는 때가 있었습니다.

어떤 일이든지요. 그리고 모든 일어요.

그리고 모든 일이 완벽하게 당신에게 맞아떨어져 갈 때 모든 것이 얼마나 완벽하게 조화로운지를 말하고 있었습니다.

Q: 제 이야기를 해보자면 저에게는 일들이 그런 식으로 일어납니다.

제가 가진 유일한 한계는 아마도 그 다음은 어떤 것인지 모른다는 거죠.

Lester: 당신은 지금 원하는 것은 무엇이든 가질 수 있나요?
그냥 생각만으로 말입니다.

Q: 제가 말한 것은 - 일들이 그런 식으로 일어난다는 것입니다.

Lester: 예전보단 나아졌단 말이죠.
하지만 당신은 아직도 먹고 살기위해 일을 해야 합니다. 그렇죠?

Q: 예전에 비하면 점점 더 쉬워지고 있습니다.

Lester: 하지만 당신은 먹고 살기 위해선 일을 해야만 합니다.

Q: 네.

Lester: 그게 바로 한계라는 겁니다.

Q: 저는 며칠 전에 바가바드기타를 읽고 있었습니다.
거기에는 비록 누군가가 깨달았다 하더라도 절대로 행위를 멈추어서는 안 된다.
왜냐하면 다른 무지한자들을 미혹시키기 때문이다, 라고 하던데 선생님은 어떠
신 건가요?

Lester: 무슨 말을 하는지 모르겠군요.
하지만 제가 말할 수 있는 것은 당신은 아직 자유롭지 않다는 것입니다.
당신은 아직도 먹고 살기위해 일을 해야만 합니다.
그리고 해야 할 일들이 있죠. 그렇죠?
아니면 혹시 아무 것도 하지 않고도 당신이 원하는 모든 것을 가질 수가 있나요?
그렇게 할 수 있어요?

Q: 점점 그렇게 되어가고 있습니다.
그런데 제가 어디에서 마지막 매듭을 끊고 그렇게 살아야 하는지를 모르겠어요.

Lester: 오케이. 계속 그렇게 하세요.

하지만 제가 물어보고 있는 것은 왜 우리는 단지 생각만으로도 모든 일이 일어나게 하는 지점까지 가지 않느냐 하는 것입니다.

Q: 글썄요. 그러니까 말하자면 우리가 무지 속에 살고 있기 때문인가요?

Lester: 우리는 그렇지 않아요.

우리는 길을 알고 있잖아요?

적어도 지적으로는 어떻게 끝까지 갈 수 있는지를 알고 있어요.

우리는 자신 이 무한의 존재라는 것을 받아들였잖아요.

Q: 말하자면 사실 욕망해야 할 것이 무엇가요?

그러니까 선생님은 평화를 얻으셨는데 지금 무엇에 대해서 말하고 있는 거죠?

Lester: 저는 자유에 관해서 말하고 있습니다.

저는 “자유” 라는 단어를 사용하고 있습니다.

왜냐하면 다른 어떤 단어보다 이 말이 우리의 목표를 더 잘 설명해준다고 생각하기 때문입니다.

우리의 가장 큰 목표는 완전한 자유 해탈입니다.

Q: 선생님께서는 어떻게 도달하셨나요? 단지 명상을 통해서요?

Lester: 아닙니다. 우리가 누구인지를 봄으로써요.

보세요. “명상”이란 단어가 모든 사람에게 똑같은 의미인지 확실히 모르겠군요.

하지만 우리가 누구인지를 안다는 것은 우리 자신이 전지하고 전능하며 무한하다는 것을 안다는 것입니다.

Q: 제가 지금 내가 누구인지를 알지 못한다면 그것을 어떻게 알 수 있을까요?

Lester: 글썄요. 어떻게라구요?

“나는 무엇인가?” 라는 질문을 가지고 모든 주의를 자신에게 돌리고 마음을 충분히 고요하게 해서 진정한 참자아가 명백해질 때까지 있으세요.

당신의 마음이 충분히 고요해지면 당신의 참자아가 스스로 명백해지게 되고 그렇게 되면 당신은 당신이 안다는 것을 알게 됩니다.

그게 다입니다.

그러니까 그 방법은 질문을 계속 가지고 가는 겁니다.

“나는 무엇인가?” 그리고 방해되는 생각이 올라오면 그것을 보고서는 떨구어 버리세요.

그리고 계속해서 또 질문을 하다 보면 더 이상 생각이 올라오지 않는 지점이 있고 그리하면 마음이 고요해진 것입니다.

그러면 우리는 자신이 누구인지를 볼 수가 있고 마음의 균형을 되돌릴 수가 있는 것이죠.

마침내 우리는 한 번에 모든 마음을 지워버릴 수가 있게 되고 우리는 완전하게 자유로워집니다.

Q: 제가 그렇게 하고 있습니다.

Lester: 무엇이 당신이 끝까지 가는 것을 멈추게 했습니까?

Q: 모르겠습니다. 어쩌면 제가 너무 열심히 해서 그런 것일까요?

전 너무나도 원하고 갈망하기 때문이에요.

하지만 왜인지는 모르겠어요.

Lester: 당신이 그렇게 할 때 생각이 방해가 됩니까?

Q: 아닙니다.

Lester: 당신이 고요해질 때 무슨 일이 일어납니까?

Q: 제가 고요해지면 저는 음식과 꽃의 향기에 사로잡히게 되고 거기 에 빠져 버립니다. 이게 어떤 거죠?

Lester: 당신은 마지막으로 통과해서 지나가야 할 행복의 덩개에 사로잡혀 버린 것입니다.

보세요. 무한의 존재를 덮고 있는 덩개는 첫째로 물리적인 몸인 우리입니다.

그 다음이 마음이고 마지막이 환희심이죠.

우리는 너무나도 좋은 상태에 들어가기 때문에 우리는 거기에서 멈춥니다.

우리는 그 행복한 상태를 지나서 더 나아가는 것 대신에 그 상태를 즐기고 있는 것이죠.

Q: 저는 계속해서 질문을 들고 갑니다만 이 음식과 꽃의 향기와 다른 알 수 없는 향기들이 제 주위에 있습니다.

Lester: 좋습니다.

그런 것들이 올 때면 해야 할 일은 그것들을 무시하는 겁니다.

그것들을 쳐다보고는 렛고우하시고 당신 자신이 누구인지를 계속 보십시오.

당신은 자신이 전지하고 전능하다는 것을 본 적이 있나요?

보세요. 그러니까 아직 가야 할 게 많이 있는 것이죠.

그러니까 제가 할 유일한 말은 계속해서 가라는 것입니다.

그 환희의 상태를 뚫고 지나가서 더 높이 나아가세요.

가장 높은 경지는 즐거움의 상태가 아니라 매우 깊은 평화이고 완전한 웰빙이며 영원의 느낌입니다.

Q: 저는 멈춰선 느낌입니다.

다시 돌아가기를 원하지는 않지만 더 이상 나아가기가 힘듭니다.

저는 제가 진정으로 누구인지를 알고 싶습니다.

Lester: 우리는 진정한 “나”가 주도권을 가지고 우리를 끝까지 데리고 가는 지점에까지 이르러야 합니다.

하지만 제 생각에 당신은 사라질까봐 두려워하는 것 같아요.

Q: 아닙니다.

Lester: 아니라구요?

Q: 아뇨. 그런 생각이 제 마음에 들어온 적은 없습니다.

Lester: 당신 생각에 어떤 것이 더 나아가는데 도움이 된다고 봅니까?

Q: 정말 모르겠습니다. 제가 알기만 한다면 도움이 될 텐데.

Lester: 대개 처음에는 인생의 어려움에 처하는 것이 동기가 됩니다.

정신적 육체적 고통 등이죠.

하지만 후에는 우리를 계속해서 나아가고 또 나아가게 하는 동기가 행복 기쁨

자유 이런 것이 되어야 합니다.

릴, 제가 이야기 할 수 있는 것은 다만 계속해서 나아가라는 것입니다.

언젠가 당신이 즐기는 것이 질리게 되었을 때 그것을 떨구고 더 나아가게 될 것입니다.

Q: 저는 계속해서 자신에게 말하고 있습니다. “이 이상의 것이 있어.”

Lester: 좋습니다.

Q: 아까 이야기했듯이 제가 너무 열심히 노력하는 게 아닐까요?

Lester: 전 그렇게 생각하지 않습니다.

당신은 너무 열심히 노력할 수는 없습니다.

비록 더 나아갈수록 노력이 덜 필요하게 되지만 당신은 더 이상 노력이라는 것을 할 수가 없는 지점에 이르게 됩니다.

거기서 당신의 참자아가 주도권을 넘겨받게 되고 당신을 꼭대기까지 들어 올립니다.

그때까지는 당신은 노력을 해야 하는 것처럼 보일 겁니다.

그러니까 제가 말할 수 있는 것은 좀 더 결단력을 가지고 계속 가라는 것입니다.

그리하면 대답을 얻게 될 겁니다.

Q: 저에게 무슨 일이 일어났냐 하면요.

제가 눈을 감으면 빛이 보입니다.

Lester: 좋군요.

당신은 물질계보다 더 높은 아스트랄계로 들어간 겁니다.

아스트랄계는 조금 더 튜닝이 된 세계입니다.

Q: 저는 “나는 누구인가?”, “왜 나는 여기에 있는가?”, “나와 세계의 관계는 무엇인가?”라는 질문을 하고 기다립니다.

제가 더 많이 기다릴수록 점점 더 빛이 밝아집니다.

Lester: 그게 바로 당신이 위로 올라가고 있다는 표시입니다.

당신은 아스트랄계로 올라가고 있어요.

보세요. 지금 우리가 있는 곳은 물질계입니다.

우리는 아스트랄체와 코잘체도 가지고 있어요.

당신이 아스트랄계로 올라갈 때 눈을 뜨지 않고서도 모든 것을 빛으로 볼 수가 있어요.

그러니까 다시 말하지만 계속해서 나아가세요. 계속!

Q: 그렇게 하겠습니다. 이게 제가 다른 무엇보다도 바라는 거니까요.

Lester: 우리가 왜 끝까지 못가거나 혹은 우리가 더 해야 할 일이 있다는 것에 대해 더 하실 말씀이 없습니까?

제가 뭐 도와드릴게 있나요?

Q: 제가 선생님께 부탁드리면 저를 도와주실 건가요?

Lester: 먼저 대답해 보세요. 제가 당신에게 도움이 되었나요?

Q: 네. 도움이 많이 되었습니다.

Lester: 우리가 처음 시작할 때는요. 그러니까 몇 년 전에는요.

전 당신에게 당신이 저에게 도움을 원하는 한 결코 당신을 떠나지 않겠노라고 말했습니다.

지금 저의 참자아가 당신을 참자아로 보고 있습니다.

제가 이 물질적인 몸을 떠났을 때에도 당신을 도와주는 것은 바로 저의 참자아입니다.

그러니 언제라도 당신이 저의 참자아에게 도움을 청한다면 저의 참자아가 바로 거기에 있다는 것을 알게 될 것입니다.

그때 무슨 일이 일어나느냐 하면 당신은 약간 높이 고양될 것이고 스스로 자신의 대답을 얻게 될 것이고 가지게 될 것입니다.

Q: 저 자신에게 그러니까 우리 모두에게 가정이란 게 있고 이것은 우리를 한 계 짓는 요소입니다.

Lester: 어려운 것이죠. 또한 걸림돌이 되기도 하구요.

Q: 특히 성장기 아이들이 있는 경우는요.

Lester: 그렇습니다.

직업과 가족은 걸림돌이 됩니다만 그것들을 넘어설 수 있습니다.

당신이 일을 하지 않는 시간을 당신 자신을 발견하는데 보내십시오.

무한의 존재가 자신이 그렇다는 것을 아는데 시간이 얼마나 걸리겠어요?

즉각 그렇게 할 수가 있는 겁니다.

우리가 의도를 세운다면 우리는 즉각 자유로워질 수 있습니다.

그러니 당신이 일을 하지 않는 시간에 짬을 내어서는 자신이 누구인지를 탐구하는데 사용하세요.

그리하면 완전한 답을 얻게 될 것입니다.

특히 이제 생활하는 게 점점 더 쉬워지고 원하는 것들이 더 많이 당신에게 오게 된 지금 당신이 하는 것을 그저 4배로 늘여보세요.

물론 노력을 들이지 않고 정신적으로 말입니다.

그렇게 하면 당신은 이 주제에 대해서 몰입할 시간을 4배 더 가지게 될 것입니다.

Q: 이 주제에 관해서 심사숙고한다는 것은 수동적인 명상을 말씀하시는 건가요?
혹은...

Lester: “나는 무엇인가?” 저는 이 “나는 무엇인가?”에 대해서 말하고 있는 겁니다.

저는 계속해서 당신이 반드시 대답을 얻어야 하는 이 궁극의 의문을 가지도록 말하고 있습니다.

그 질문에 완전하게 해답을 얻게 되면 그것은 궁극의 자유이고 당신은 이것을 느낌으로 그리고 자신의 삶에서 알 수 있습니다.

삶이란 것이 당신이 만드는 대로 흘러갈 것입니다.

당신이 거기에 도달하게 되면 당신은 일하지 않고서도 당신이 원하는 모든 돈을 가질 수 있게 됩니다.

Q: 으흠. 그건 좀 잘못된 방향이 아닐까요?

Lester: 이게요?

Q: 네. 이건 일종의 세일즈 프리젠테이션처럼 들리거든요.

사탕발림과도 같은 것이요.

“이리 온~ 꼬마야.. 내가 하는 대로 한다면 그리고 네가 이렇게 생각한다면 원하는 모든 돈을 가질 수 있단다.”

하지만 우리가 거기에 도달하게 되면 그 금덩이는 증발해버리는 거죠.

Lester: 잠깐만요. 증발해 사라진다고요?

Q: 왜냐하면 그게 더 이상 중요하지 않게 되니까요.

선생님이 말씀하신 것처럼 - 제가 만약 선생님이 말씀하신 것을 제대로 이해했다면요 - 우리가 얻으려고 했던 물질적인 풍요란 게 선생님이 말씀하신 지점에 도달하고 나면 “이런~~ 이런 것들은 아무 것도 아닌 거잖아.”

이렇게 말할게 아닌가요?

Lester: 그렇지가 않습니다.

Q: 그런 것들은 한계 지어진 것입니다.

그보다 더 큰 진리가 있다면 즉 이것을 가지기 위해선 이것을 포기해야 한다는 것이죠.

Lester: 그렇지가 않아요.

당신은 그렇게 해보지 않았습니다.

당신은 모든 것을 창조하고 그런 후에 당신의 풍요를 렛고우해본 적이 없습니다. 그렇죠?

Q: 없습니다.

Lester: 당신이 잘못 생각하고 있는 겁니다.

제가 왜 그 말이 틀렸는지 설명을 해드리죠.

Q: 어찌면 우리는 지금 서로 다른 의미에 대해서 말하고 있는 것인 지도 모르죠.

Lester: 아닙니다.

서로 다른 관념에 대해 말하는 게 아니라 당신의 생각이 틀린 겁니다.

그리고 당신이 왜 틀렸는지를 말해 드리죠.

저 자신의 예를 들어 설명하겠습니다.

제가 스스로 백만장자가 될 수 있는 것을 증명하기를 원했을 때 저는 부동산 업계에 뛰어들어서 아파트를 제 돈을 단 한 푼도 들이지 않고 샀습니다.

6개월 만에 저는 각각 20-40개의 집이 있는 아파트 23채를 가지게 되었고 백만장자가 되었습니다.

그리고 나서는 이제 저는 그것들을 렛고우했습니다.

왜냐하면 저의 풍요로움이나 안정이란게 제가 의지대로 창조할 수 있는 능력에 있다는 것을 보았기 때문이죠.

저는 이미 경험으로부터 저 자신이 백만달러를 만들어 낼 수 있다는 것을 알게 되었습니다.

이미 저는 제가 원하는 것을 마음대로 만들어낼 수 있다는 것을 안 것이죠.

그러므로 저는 제가 원하는 모든 것을 가졌습니다.

저는 1년 전에 다시 돈을 가져야겠다는 결심을 했습니다.

지금 돈이 저한테 쏟아지고 있어요.

아주 급속도로 피라미드처럼 올라가고 있어요.

실제로 물질적인 부가 들어옵니다.

당신은 물질적인 부를 여전히 가지고 가지고 더욱 더 가질 수가 있습니다.

당신이 언젠는 가지고 언젠는 못가지고 하는 트릭이란 게 없습니다.

노~ 그런 트릭 같은 것은 절대로 없습니다.

만약 당신이 원한다면 당신은 더욱 더욱 더 가질 수 있습니다.

쌓아 놓을 수도 있단 말입니다.

이것은 사탕발림 같은 말이 아닙니다.

Q: 어떤 사람들은 저처럼 이렇게 생각합니다.

이것은 황금의 길이지만 계속해서 가고 또 가다보면 거기에 이르게 되고 진리를 보기 시작하는데 이것을 위해서는 여기서 즐기는 것들을 포기해야만 한다구요.

Lester: 어떠한 것도 포기할 필요가 없습니다.

당신은 가지고 가지고 더욱 더 가질 수가 있습니다.

당신은 어떤 것도 포기하지 않습니다.

Q: 저는 선생님께서 똑같은 말을 하시는 것을 들었습니다.

마지막에 가서는 더 작은 즐거움을 위해서 큰 즐거움을 포기하게 되는 지점에

이르게 된다구요.

그렇게 말씀하시는걸 들었어요.

Lester: 더 큰 즐거움을 위해서 작은 즐거움을 포기하게 되는 지점에 이르게 된다고 말했겠죠. 거꾸로 말씀하시는군요.

어쨌든 당신은 항상 계속해서 더욱 더 많이 가질 수가 있습니다.

그 반대가 아니라고요.

당신은 지금 옛날의 관념들을 가지고 지금 현재 제가 말하고 있는 것에 적용을 하려고 하는데 그렇지가 않습니다.

당신은 항상 더욱 더 가질 수가 있어요.

당신은 무한에 도달할 수가 있고 그 무한을 가질 때까지 계속해서 멈추지 않을 것입니다.

Q: 그러니까요.

선생님은 무한하시지만 다시 여기로 되돌아 오신거죠.

무한하지 않은 무언가를 위해서요.

Lester: 오~~ 잠깐만요.

무한은 모든 것을 포용합니다.

어떤 것도 배제되지가 않아요.

당신이 가지고 있는 무한이라는 관념은 다시 교정되어야 하겠군요.

Q: 글썄요. 진리와 결부해서 말하자면요.

진리는 변하지 않는 것이고 세상은 변해가는 것이니깐 선생님의 말씀은 환상이고 순간적인 진실일 뿐인 게 아닌가요?

Lester: 당신은 정말 당신이 진리에 다가갈수록 가질 수 있는 게 점점 더 줄어들다고 생각하는 겁니까?

Q: 아뇨.

Lester: 아니~~ 그렇다면 왜 이걸 사탕발림이라고 말하시는 거죠?

정말 그렇게 생각하세요?

아직도 그렇게 생각하시냐구요?

Q: 글썄요. 제가 보기에 선생님이 말씀하시는 게 Charles Simmons의 접근법과 유사하다고 생각하는데 선생님께서 백만장자가 되었을 때 그러니까 선생님이 그렇게 하시길 원했던 것을 하셨었지만 선생님께서 점점 더 진정한 자기를 알게 되자 이런 일들은 두 번째가 되어버리는 거죠.

더 이상 첫 번째가 아니라고요.

예전에는 가장 중요한 일이었지만 이제는 선생님의 <존재> <참자아>에 대한 앎이 가장 중요한 것이 되어버린 것이란 말이죠.

Lester: 그건 Simmons의 가르침이고 당신은 그것을 지금 제가 하는 이야기에 적용을 하는데 들어맞지가 않는 것입니다.

당신에게 지적하고 싶은 게 바로 이것입니다.

당신은 계속해서 분리된 것을 말하고 있어요. 이것과 저것으로요.

당신은 아무 것도 잃지 않습니다.

몸을 잃지도 않고 재산을 잃지도 않을뿐더러 그 둘을 다 가지게 될 것입니다.

게다가 당신은 더욱 건강해지고 더욱 많은 부유함을 가지게 될 것이고 그것들에 집착하지도 않고 그것들로부터 자유롭게 될 것입니다.

Q: 네. 그렇게 믿겠습니다.

Lester: 그러니까 제가 여러분들에게 물어보고 있는 것은 왜 우리는 끝까지 가지 않고 완전히 자유로워져서 더 이상 고통도 없고 불행도 없고 단지 생각만으로도 우리가 원하는 어떤 것이라도 가질 수 있는 그곳으로 가지 않느냐 하는 것입니다.

언젠가는 우리 모두가 이것을 할 수 있겠죠.

하지만 “지금”은 왜 안되냐는 것입니다.

Q: 욕망이란 것은 한계인가요?

Lester: 네

Q: 그렇다면 해리가 생각하고 있는 것은 만약 우리가 끝까지 간다면 왜 우리가 무언가를 욕망하느냐는 것이죠.

백만장자가 되는 것 같은 그런 거 말입니다.

선생님이 초창기에 저희들을 가르치실 때 욕망 없음, 한계 없음, 자유 등등을

말씀하셨는데 지금은 약간 모순이 있다고 보는데요.

Lester: 보세요.

만약 여러분들이 모든 것을 가지고 있다면 무엇을 욕망할 수가 있겠어요?

아무 것도 없어요. 그렇죠?

하지만 모든 것을 여전히 가지고 있죠?

Q: 물론 그렇습니다.

Lester: 아트가 질문한 것에 대답을 하겠어요.

아무런 모순이 없습니다.

지금 우리는 원하는 것들이 있습니다.

우리는 자유를 원합니다. 그것도 완전한 자유를 말이죠.

우리는 어떠한 슬픔도 없는 행복을 원하고 있습니다.

우리는 그것들을 가져야만 합니다.

우리는 우리가 원하는 모든 풍요로움을 가져야 합니다.

그게 10억 달러가 된다 하더라도 말이죠.

그래서 우리는 우리가 원하는 모든 것을 가지게 될 때까지 가지고 또 가질 것입니다.

저는 우리가 원하는 것들을 모두 가지는 것에 대해서 절대 반대하지 않습니다.

오히려 찬성합니다.

당신이 자신이 원하는 모든 것들을 가졌을 때 당신은 도달한 것입니다.

31. 자유로 가는 마지막 단계 2

Q: 깨달음을 얻었는데 왜 백만 달러를 욕망하죠?
욕망이란 한계 지어진 것인데요.

Lester: 당신은 모든 것을 다 가졌습니까?

Q: 아뇨.

Lester: 그렇기 때문에 당신은 그 질문에 대한 답을 모르는 것입니다.

그러니까 제가 말하는 것은 우선 모든 것을 가지세요.

그러면 답을 알게 될 것입니다.

당신은 여기 아래에서 저기 위쪽을 바라보고 있으면서 이야기를 하고 있어요.

“내가 만약 모든 것을 가진다면 어떤 것도 원하지 않을 텐데.”

제가 말하는 것은 당신이 거기에 도달하지 못한다면 절대 알 수 없을 것이란 겁니다.

하지만 전 지금 당신이 모든 것들을 다 가지라고 꼬드기고 있어요.

모든 욕망을 충족시키세요.

그것이 바로 욕망 없는 상태로 가는 길입니다.

Q: 예전에 우리가 위에서 아래로 내려왔으니까 이제는 밑바닥에서 위로 올라
가야 하는 거군요?

Lester: 그래요.

저는 우리 모두가 그저 생각만으로 원하는 모든 것들을 다 가지는 곳으로 가
자고 하는 겁니다.

Q: 그러니까 선생님은 앎에 대한 지식을 가지는 게 아니라 앎을 가지자는 것
이군요.

Lester: 이것이 바로 앎입니다.

생각으로 원하는 것을 모두 가진다는 것. 이것이 앎입니다.

이게 진짜 앎입니다.

Q: 그것을 실현하기 전에는 여전히 앞에 대한 지식이군요.

Lester: 그렇습니다.

하지만 당신이 그렇게 하면 진짜로 알게 됩니다.

Q: 이게 선생님께서 말씀하신 건가요?

Lester: 그래요.

우리는 지금 각자 자신의 일상에서 이것을 연습하고 있잖아요?

우리가 생각만 하면 원하는 일들이 일어나죠?

Q: 이제 주차할 공간에 대해서는 더 이상 걱정은 안합니다만. (웃음)

Lester: 뭐라구요?

Q: 주차할 장소 말입니다.

Lester: 아~ 그것도 멋지군요. 왜 그런지 아세요?

당신은 그것을 어떤 것에도 적용할 수가 있기 때문이에요. 과감하게 하세요!

주차할 공간보다 좀 더 큰 것으로 당신의 눈높이를 올리고 점점 더 더, 더 큰 것을 보세요.

완전히 똑같은 원리가 적용되는 것입니다.

해리. 그 원리가 주차 장소에 적용된다면 금덩이를 파킹할 장소를 찾는 데도 적용이 됩니다.

만약 당신이 똑같은 느낌 똑같은 원리를 다른 것에 적용한다면 다른 것들도 가질 수가 있습니다.

그리고 여러분 모두가 그렇게 하고 계시리라 봅니다.

여러분들이 생각으로 주차할 공간을 찾아 파킹하는 것과 마찬가지로 원하는 것 무엇에라도 자신을 파킹하세요.

Q: 제 생각엔 우리 모두가 이렇게 하고 있는 것 같아요.

우리 자신이 무슨 생각을 하고 있는지에 주의를 기울여야 하는 지점에 이르렀죠.

전 우리에게 이런 것을 가르쳐 주는 보석을 가졌다는 것이 너무나도 행복합니다.

어떻게 집을 짓는지를 가르쳐 주는 사람 말이죠.

제가 집이나 빌딩이란 용어를 쓰는 것은 우리가 지금 짓고 있는 게 뭔지 모른다는 의미입니다만.

Lester: 당신은 벌써 너무 많이 가져서 곤란한 지경이 되었나요? 지금?

Q: 제 차고에 정리해야 할 차들이 좀 있습니다만.(웃음)

Lester: 돈이 너무 많아서 힘드신 건가요?

Q: 그런 문제는 없습니다.

Lester: 너무 많이 가져서 힘드신가요?

Q: 전 그런 정도의 상태는 아닙니다.

제가 가지고 있는 돈에 대해서 그런 느낌이 든다는 거죠.

뭐가 문제죠?

제가 필요한 정도는 다 가지고 있는데요.

Lester: 말하자면 현재에 만족하고 있으신 거군요.

Q: 말하자면요. 아마도.

Lester: 그렇다면 저는 당신이 그 만족하는 상태를 넘어서 가라고 말하겠습니다.

저는 당신이 그 상태를 넘어서 생각을 하자마자 즉각 이루어지는 곳까지 가라고 말하겠습니다.

당신이 알아차리지 못하고 있는 것은 당신이 생각을 하고 며칠이 지난 후에야 일이 이루어진다는 것입니다.

그리고 저는 당신이 생각을 하자마자 일이 이루어지는 곳으로 가길 원합니다.

Q: 그런 건 환상이 아닌가요?

Lester: 오~ 아닙니다!

Q: 그렇지 않다면 어떻게 그럴 수가 있어요?

그렇게 하는 한 가지 방법은 내가 원하는 상태에 있다는 것을 보고 느끼고 그렇게 있으면 그런 일들이 따라오는 것이죠.

저의 가장 큰 문제는 다른 사람들을 이쪽으로 끌어들이려 한다는 것입니다.

Lester: Bob. 당신 자신을 위해 말하고 그것을 이루세요.

당신이 스스로 이루고 나면 다른 사람들을 도울 수 있습니다.

당신은 다른 사람들에게 그들도 당신처럼 할 수 있다는 걸 보여줄 수가 있어요.

Q: 저는 아직도 다른 사람들의 삶에 영향을 미치고 싶어 합니다.

이건 제가 선생님을 처음 만났을 때 물었던 것과 같은 오래된 질문인데요.

전 아직도 스스로 만족하지 못합니다.

Lester: 오직 당신이 완전한 답을 발견했을 때에야 당신의 질문에 대한 만족이 찾아올 것입니다.

전 당신에게 어떤 답도 주려고 노력하지 않았습시다.

저는 당신이 스스로 답을 찾도록 도와주려고 했을 뿐이죠.

하지만 저는 당신이 ‘단지 생각만으로 어떤 것이라도 가질 수 있다는 것’을 확신하지 않는다고 생각합니다.

확신하는 건 둘째로 치더라도 당신은 그것을 믿지도 않습니다.

만약 당신이 확신한다면 그렇게 될 것입니다.

그러니까 간단히 말하자면 우리는 더 이상 원하지 않는다. 우리는 만족하고 있다.

이런 거죠?

Q: 선생님께서 말씀하시곤 하는 것 중에 저를 곤혹스럽게 하는 것은 고통이 있을 수 있지만 그것을 넘어서 있다고 말씀하시는 것입니다.

저한테 이게 말이 안 되거든요.

고통 받을 수 없는데 어떻게 고통이 있을 수가 있죠?

선생님의 진정한 존재는 고통 받을 수 없습니다.

그런데도 선생님은 “제가 아플 수도 있지만 그래도 다르게 생각할 수 가 있어요.”

라고 말씀을 하시는데 이게 말이 안 되지 않습니까?

선생님의 진정한 참자아를 알고 있는데 아플 수가 없는 것이고 한계 지어질 수 없는 것 아닌가요?

Lester: 몸은 아플 수도 있어요.

하지만 나 -만약 내가 몸이 아니라면-는 아프지 않을 것입니다.

Q: 그렇다면 선생님의 몸은 아플 수가 있는 것이군요.

왜냐하면 거기에는 아무것도 없으니까요.

Lester: 오케이. 당신이 옳습니다.

자~ 이러한 것들을 진짜로 이해하기 위해서는 다른 무엇보다도 직접 경험을 해봐야 합니다.

보다시피 저는 당신을 높은 곳으로 올리기 위해서 존재의 다른 레벨들을 이야기하고 있어요.

몸에 대해서는 서로 다른 개념들이 있습니다.

“나는 몸이다.”라고 하는 개념은 내가 이 몸이 가지는 모든 한계들을 겪어야만 한다는 것을 의미하죠.

만약 “나는 몸을 컨트롤할 수 있다.”라는 개념을 내가 받아들인다면 이 몸을 내가 원하는 대로 할 수가 있다는 것입니다.

나는 이 몸을 건강하게 만들고는 그것을 느끼지 않을 수가 있어요.

좀 더 높이 나아가서는 “나는 몸이 아니다.”라고 말한다면 비록 몸은 아플 수는 있더라도 - 몸이 아닌 - 나에게서는 전혀 문제가 되지 않습니다.

그렇게 되면 몸은 저기 밖에 있고 나는 여기에 있는 것이죠.

그리고 저기 밖에 있는 몸에 고통이 있다는 것은 알고 있지만 그것이 나에게 영향을 미치지 못하는 겁니다.

그리고 거기서도 또 더 올라갈 수도 있는 거예요. 아시겠어요?

이 모든 것들이 서로 다른 레벨들이에요.

내가 몸이 아니란 것을 전적으로 보게 되면 몸은 결코 어떤 식으로든 나를 한계 지울 수가 없습니다.

그러니까 이것은 당신이 어느 레벨에서 보느냐 하는 문제입니다.

그래서 저는 밑바닥에서부터 시작했습니다. - 나는 몸이다. 몸이 아프면 나는 곤란에 빠진다. 나는 고뇌에 차고 울부짖는다.

여기에서 올라가면 점점 더 좋아지는 것이죠.

맨 위까지 계속 끝까지 가세요.

당신은 몸이 아닙니다.

당신은 모든 존재의 <존재>입니다.

Q: 그렇다면 지금 제가 한계 지어져 있지만 - 몸은 한계 지어진 것이니까요 -

만약 제가 한계를 거부한다면 고통을 받을 사람이 없는 것이므로 솔직히 말하자면 가끔 내가 미치는 게 아닌가 두렵습니다만 (웃음)

Lester: 당신은 그러려고 노력을 하더라도 미칠 수가 없습니다.

당신은 아는 게 너무 많으니까요.

미친다는 것은 아주 아주 깊은 무기력함에서 오는 것입니다.

여기 있는 사람 중에서 그런 무기력함에 가까이 있는 사람은 없습니다.

그러니까 우리는 미칠까봐 걱정할 필요가 없습니다.

당신이 마음을 넘어서는 것을 원한다면 그건 가능합니다.

당신은 마음 너머로 갈 수가 있습니다.

당신이 원한다면 생각을 하지 않아도 됩니다.

당신은 앞의 영역으로 움직여 갈 수가 있고, 그리하면 당신은 순간순간 영감의 느낌에 따라 행동할 수가 있습니다.

혹은 영감이 저절로 당신에게 오기도 하죠.

당신은 생각 없이도 알게 됩니다.

만약 당신이 그렇게 한다면 당신은 마음을 넘어서는 것입니다.

당신은 앞의 영역-생각할 필요가 없는-에서 움직이고 있는 것이죠.

하지만 그건 미친 게 아닙니다.

그건 저울의 반대편 끝이죠.

우리가 왜 끝까지 가지 않는지에 대해서 질문이 있는 사람이 없나요?

왜 우리는 그저 생각만으로 모든 것이 일어나게 하지 않는 것인가요?

Q: 선생님은 끝까지 간다는 게 어떤 뜻인지 설명하신 적이 없었잖아요.

Lester: 저는 설명했습니다. 바로 처음에요.

궁극의 경지로 가세요.

완전히 자유로워지세요.

더 이상의 무의식적인 생각에 의한 충동에서 벗어나자고 했습니다.

당신이 하는 모든 생각 하나 하나가 그 순간의 선택입니다.

모든 무의식적인 생각들을 렛고우하세요.

Q: 그렇다면 이 돈에 관한 것은 도대체 어디에서 끼어 들어온 것입니까?

Lester: 저는 단지 여러분들을 꼬드기고 있습니다.

그 부분에서 들어 온 것이죠.

우리 모두는 돈을 원하고 있어요.

그래서 저는 이것을 인센티브로 삼은 것입니다.

여러분들을 더욱 앞으로 나아가게 하고 백만장자로 만들기 위해서요.

여러분들이 만약 이런 걸 원하지 않는다면 언제든지 렛고우할 수 있습니다.

Q: 가르침을 주기 위해서군요.

어쩌면 전 이런 타입을 좋아하지는 않는 것 같아요.

Lester: 오케이.

하지만 당신이 원하는 것은 어떤 것이라도 즉시 창조하는 지점까지 가라는 게 제가 제안하는 것입니다.

그리고 저는 여러분들에게 왜 이렇게 아름답고 쉽고 편하게 인생을 살지 않느냐고 묻고 있는 겁니다.

Q: 저는 그렇게 하고 있습니다.

Lester: 아까 제가 당신은 그렇게 하지 않고 있다고 말했을 텐데요.

해리. 당신은 당신이 원하는 모든 것을 전부 다 가지고 있진 않아요.

나중에 제가 당신이 원하지만 가지지 못한 많은 것들을 말해 드리죠.

Q: 우리가 서로 서로를 도울 수가 있을까요?

Lester: 네. 여러분들은 다른 사람이 스스로를 도울 수 있도록 도움을 줄 수가 있습니다.

하지만 다른 사람을 위해 일을 해준다면 그 사람을 스스로 일어설 수 없게 하는 것이죠.

Q: 우리의 태도를 바꿈으로써 도움을 줄 수 있는 건가요?

Lester: 그건 일부분입니다.

다른 사람에 대한 태도를 바꾸는 것도 다른 이를 도와주는 것이 되죠.

하지만 우리가 다른 이의 완벽함을 더욱 많이 볼수록 우리는 그 사람이 자신의 완벽함으로 나아가는데 도움을 주는 것입니다.

당신의 태도를 바꾸면 다른 이도 역시 바꿀 것입니다.
한번 해보세요.

Q: 저의 태도를 바꾼다는 것이 그러니까, 그 사람은 나의 의식의 일부분이고 오로지 완벽한 의식밖에 없으니까, 그 사람을 한계 지어진 개인으로 생각하지 않는다는 것이군요?

Lester: 네. 그렇게 하는 것이 가장 뛰어난 것입니다.
정말 효과가 좋아요. 그렇지 않던가요?

Q: 완벽하게 효과가 있고 즉시 효과가 나타납니다.

Lester: 사람들은 정확하게 우리가 그 사람들을 보는 것에 딱 들어맞게 됩니다.

Q: 그렇다면 만약 릴리안이 저에게 좀 더 큰 집을 원한다고 말을 한다면 그녀의 소원을 충족시키기 위해서 저는 제 의식을 깨끗하게 해야 합니다.
왜냐하면 제가 그녀를 생각하는 것은 오로지 저의 의식 안에서 일어나는 것이니까요.
제가 릴리안을 생각해야 하는 게 아니라 제가 생각해야 하는 사람은 오로지 저입니다.
저의 행복만을 생각한다면 릴리안이 행복해지는 거죠.
그러니까 저의 행복이 궁극의 행복으로 가게 되면...

Lester: 하지만 당신은 지금 릴리안과 당신을 분리시켰어요.

Q: 전 선생님을 만난 이후로 항상 이 문제를 가져왔어요.

Lester: 당신은 조금 전에 “릴리안이 바로 다름 아닌 나의 의식”이라고 말했어요.

Q: 네. 몇 분 전에 그렇게 말했죠. 저는 저의 의식만을 다루면 됩니다.

Lester: 오케이. 그것에 릴리안이 포함되는 거죠. 그렇죠?

Q: 네. 그렇습니다. 그리고 좀 더 큰 집도 포함되는 것이구요. (웃음)

Q: 저는 저의 의식 안에 있는 한계를 없애야만 합니다.

제가 해야만 하는 유일한 것은 어쨌든 그것입니다.

릴리안도 아니고 더 큰 집도 아니고 땅도 아니고, 저는 오직 저의 의식만을 다루어야만 합니다.

제안에 블록이랄까 한계라고나 할까 그런 것들이 있어요.

그리고 선생님께서 말씀하셨듯이 만약 지금 이 순간 제가 무한의 존재라면, 전 지금 당장 할 수 있어요!

집에 도착할 때까지 기다릴 필요가 없는 거죠.

Lester: 그렇습니다.

만약 당신이 받아들일 수 있다면 집에 도착했을 때 당신이 살던 그 집이 2배로 커질 수도 있습니다.

그건 너무나도 자연스러운 일이어서 당신은 눈치 채지 못할지도 몰라요.

당신이 오늘 나왔던 그 집이 들어갈 때는 2배 크기로 되어 있는 거죠.

Q: 네?

Lester: Bob. 저는 섬 하나를 통째로 소유했던 적이 있습니다.

중국 해안가에 있는 섬 전체를 가졌었던 적이 있었어요.

지금 옛날이야기를 하고 있습니다.

그리고 그 섬에서 아주 맛있는 과일 나무를 키워서는 중국 본토에 팔았어요.

지금 이야기하는 것은 전생의 일입니다.

저는 제가 왜 어릴 때부터 과일을 그렇게 좋아하는지 궁금했어요.

지금도 과일을 좋아해요.

그래서 전생에 중국 해안에 있는 섬에서 살았던 것이 생각이 난거죠.

저는 그 섬을 소유하고 있었고 대부분의 시간을 거의 더 크고 더 맛있는 과일 나무를 개발하는데 보내고 그것을 팔았어요.

그 섬은 저의 것이었고 저는 거기에서 왕이었던 거죠.

당신은 당신이 원하는 만큼 큰 집을 가질 수 있습니다.

당신이 원하는 모든 것을 가지세요.

하지만 저는 당신에게 가장 좋은 것을 가지라고 말하고 싶어요.

당신이 원하는 모든 것을 가지고 가장 좋은 것을 가지세요.

더 이상 질문이 없다면 이번 세션은 여기서 마치기로 하죠. 질문 있나요?

Q: 선생님께서는 치유에 대해서는 하실 말씀이 없으신가요?

Lester: 네. 치유도 제가 그동안 말해왔던 것이죠.

단지 생각만으로 우리는 원하는 어떤 것이든 가질 수가 있어요.

그것이 부유함이든 건강이든 말입니다.

그리고 우리는 그것을 즉시 이루어야 합니다.

그것이 돈이든 건강이든 간에요.

Q: (켄과 비비안이 들어오면서) 오늘 밤 여기서 모임이 있었나요?

Lester: 켄과 비비안이 이야기가 끝날 무렵에야 왔군요.

비비안은 최근에 제 강의 테이프를 한번만 들었을 뿐인데 뭔가 느낌이 왔었죠. 하지만 여러분들은 테이프를 듣는 것보다는 글로 쓰인 것이 훨씬 도움이 된다는 것을 알 수 있을 것입니다.

왜냐하면 당신을 깨울 어떤 구절을 읽었을 때 당신은 그것과 오래 함께 머물 수 있기 때문입니다.

하지만 제가 이야기하는 것을 들을 때는 이야기가 이리 저리로 계속해서 움직이기 때문에 당신이 뭔가를 깨우치려고 할 때 다음 순간 다른 이야기로 가버리기 때문이죠.

제가 무언가 다른 이야기를 함으로써 당신을 지체하게 만들 수가 있어요.

그리고는 그 다음번에 당신이 다시 그것에 접근하려고 하면 깨우치기가 매우 어려울 수 있습니다.

깨달음을 얻는데 있어서 탄력momentum이라는 게 굉장히 중요합니다.

당신이 어떤 것과 함께 머물게 되면 시간이 갈수록 이것이 더욱 명료해집니다.

하지만 명료해지기 시작할 때 당신이 다른 곳으로 움직여 버린다면 다시 그것으로 되돌아 왔을 때는 더욱 어려워지게 되는 거죠.

그래서 저는 강연이나 테이프 등을 그다지 좋아하지 않습니다.

제가 계속해서 이야기를 하기 때문에 이것에서 저것으로 주제가 옮겨져서 여러분들이 무언가 하나에 집중하는 것에 방해가 되는 경우가 많이 있기 때문이죠.

어떤 하나에 깨달음을 얻기도 전에 다른 것으로 옮겨가 버려서는 아무런 소득이 없는 것이죠.

저는 여러분들이 제 말을 듣는 것보다 <The Ultimate Truth>를 읽는 것이 훨씬 더 도움이 된다고 믿습니다.

제 말을 듣는 것이 여러분들에게 자극이 될 수는 있겠지만 <The Ultimate

Truth>를 읽는다면 깨달음을 얻을 수 있을 것입니다.
여러분들은 그 책의 문장들과 함께 머물면서 그 지식들을 자신의 앞으로 만들 수가 있고 그렇게 할 때가 여러분들에게 가장 유용한 때입니다.
물론 강의 테이프를 듣고 또 듣는 것도 도움이 됩니다.
그러니까 저는 이런 이유로 말을 많이 하는 것을 그다지 좋아하지 않습니다.
여러분들이 어떤 것에도 오래 머물지 못하게 하니까요,
그리고 만약 여러분들이 무언가를 깨우치더라도 이야기가 다른 곳으로 계속 흘러가 버리면 다음번에 그것으로 되돌아가기가 더욱 어려워집니다.
그러니까 제가 생각하기에 가장 좋은 것은 <The Ultimate Truth>를 읽는 것이라고 봅니다.
해리 당신은 그 세션에서 무언가 이전에 알지 못했던 것을 깨우친 게 있으신가요?

Q: 제가 놀란 것은 그 <The Ultimate Truth>를 읽었을 때 그 책이 아마도 1961년 인가 나왔을 텐데 오늘 날 선생님이 말씀하시는 것과 완전히 같다는 것입니다.
마치 오늘 날과 똑같은 진리인 것 같았어요.

Lester: 그리고 앞으로도 똑같은 겁니다.
결코 변해서는 안 되는 것입니다.
제가 말씀드리는 것은 절대로 변하지 않습니다.
그렇지 않나요?

Q: 제가 바라는 것은 점점 쉬워졌으면 하는 겁니다.

Lester: 이것은 실제로 매우 매우 쉽습니다.
우리가 어렵게 만들지만 앎는다면 말이죠.

Q: 제가 예전에 남동생이 ‘여호와의 증인’이라고 말씀 드린 적이 있을 텐데요.
알다시피 그들은 여호와-신에 대해서 매우 민감하게 생각하거든요.
그래서 제가 한번은 물어본 적이 있었어요.
“왜 우리가 신의 이름을 그렇게 발음해야 하지? 그냥 ‘빌’이라고 부르면 안 되냐구?” (웃음)
선생님께서 저에게 여호와는 “나는 신이다.”라는 뜻이라고 말씀하셨잖아요.

Lester: 여호와가 아이 엠 I am을 의미합니다.

Q: 어쨌거나 동생이 “여호와”라고 말할 때마다 저는 “에hem~”이라고 말합니다.
(웃음)

Lester: 성경 전체에 오직 대문자로만 쓰여 있는 구절이 있습니다.
뭔지 아시나요?

Q: 아이 엠 I AM 입니다.

Lester: “아이 엠 댓 아이 엠 I AM THAT I AM”이죠.

이것과 똑같은 의미의 문장이 있는데 “고요하라. 그리고 내가 신임을 알라.”라는 문장이 있죠.

이 2문장이 성경의 에센스입니다.

Q: “나를 보는 자는 아버지를 볼 것이다.”라는 것도 또한 진리이죠.

Lester: 네.

하지만 “나와 아버지는 하나이다.” 혹은 “너는 아직도 네가 신이라는 것을 알지 못하느냐?”가 좀 더 좋은 표현이죠.

Q: 선생님께서는 이런 이야기들을 어떻게 보시나요?

Lester: 모든 사람들이 자신의 모든 행동에서 정확히 똑같은 것을 구하고 있습니다.

모든 존재가 매일 매일 자신이 하는 일에서 우리가 찾고 있는 것과 똑같은 것을 찾고 있어요.

이제 이게 이해가 되십니까?

Q: 네

Lester: 저는 우리 모두가 정확히 똑같은 것을 찾고 있다는 걸 우리가 알아야 한다고 생각합니다.

세상은 이것을 궁극의 행복이라고 부르고 있고 우리는 이것을 “아이 엠 댓 아

이 엠 I AM THAT I AM”이라고 부르고 있는 거죠.

하지만 우리는 “아이 엠 댓 아이 엠 I AM THAT I AM”이 바로 궁극의 행복이라고 말하고 있습니다.

당신의 참자아를 발견하면 가장 큰 행복을 발견하게 되는 것이고 가장 큰 만족을 얻게 되는 것입니다.

이것은 모든 것을 만족시키는 충족입니다.

우리는 아직도 우리가 극도의 한계를 가지고 있다는 믿음에 붙잡혀 있습니다.

이것이 문제입니다.

또한 우리는 그런 생각들을 렛고우하려고 하는 충분한 동기를 가지고 있지도 않습니다.

제가 앞에서 말했듯이 여기에 있는 우리 중 어느 사람도 단지 생각만으로 자신의 원하는 모든 것을 즉각 가지지 못할 이유가 전혀 없습니다.

언젠가는 우리 모두가 이렇게 하게 될 것입니다.

그런데 왜 지금 그렇게 하지는 않는 거죠?

그리고 그 이유는 - 제가 말했듯이 - 여러분들이 그것을 믿지 않아서입니다.

여러분들은 그 반대되는 것을 믿고 있습니다.

여러분들이 할 수 없다 라고요.

그리고 이것이 여러분들이 그렇게 할 수 없는 유일한 이유입니다.

Q: 글썄요. 어찌면 일들이 점점 쉽게 잘 풀려가고 있기 때문에 우리가 더 나아가지 않으려 하는 게 아닐까요?

Lester: 그래요.

그 동기와 열정이 우리가 예전에 불행했을 때보다 지금 훨씬 더 약해졌어요.

Q: 하지만 우린 예전보다 훨씬 더 평화로워졌어요.

Lester: 그래요.

그러나 제가 하려고 하는 것은 여러분 모두가 완전한 평화에 도달하게 하는 것입니다.

여러분들이 거기에 도달하기 전까지는 삶에서 항상 고통이 따라오게 되어 있습니다.

비록 지금 우리는 훨씬 더 좋아졌지만 우리는 베스트를 추구해야 합니다.

Q: 한걸음 더 나아가야 한다는 말씀이시군요.

Lester: 우리가 한걸음 더 나아가기 위해서 필요한 게 뭘까요?

이건 중대한 질문입니다. 뭐가 필요한 것일까요?

Q: 우리는 우리가 그렇게 할 수 있다는 믿음이 필요합니다.

Lester: 우리는 자신이 그렇게 할 수 있다는 것을 믿지 않는다는 사실을 먼저 자각해야 합니다.

우리는 아직도 우리 자신이 무한한 존재라는 사실을 받아들이지 않으려 하는 어마어마한 저항을 가지고 있습니다.

여러분들이 자신이 정말로 그것을 받아들이지 않고 있다는 것을 우선 알게 되면 - 그것을 직면하게 되면 - 그것을 렛고우하는 데 훨씬 더 도움이 될 것입니다.

Q: 그날 저녁에 테디가, 병원에 있는 그녀의 아버지에게 갈 때 선생님에게 함께 해달라고 요청했을 때 선생님은 그녀의 아버지에 대해서 어떤 생각을 가지고 계셨었나요?

Lester: 저는 그녀의 아버지가 무한하고 완벽하다는 것을 알았습니다.

그리고 제가 그 사실을 아는 만큼 그가 자신의 완벽함을 알게 하는데 도움이 될 수가 있었죠.

Q: 이론적으로 우리는 우리가 보는 모든 사람에게 이렇게 해야 하는 거군요. 그렇죠?

Lester: 네.

Q: 왜냐하면 우린 오로지 자신에 대해서만 말하고 있는 것이니까요.

Lester: 네.

Q: 하지만 이게 이론이라면 이론이란 건 단지 추상적인 것이고 반드시 믿음을 의미하는 건 아니잖아요?

Lester: 이론은 법칙이 아닙니다. 단지 가정이죠.
그것이 입증되고 나면 이론은 법칙이 되는 거죠.

Q: 우리가 만나는 사람이 누구이든 같은 사람이라는 말은 우리에게 자유로움을 가져다줍니다.

Lester: 저기 바깥에 있는 것은 우리의 의식뿐입니다.

Q: 왜 선생님은 “우리의”라는 말을 쓰시죠?

Lester: “당신의”라고 말하는 게 더 낫나요?

Q: 기분은 좋게 들리는 것 같은데요? (웃음)

Lester: 왜냐하면 우리 모두는 하나이기 때문입니다.
그래서 제가 “우리의”라는 말을 쓰는 거죠.
오로지 하나의 의식만이 있고 우리가 바로 그것입니다.

Q: 제가 벗어나려고 애를 쓰던 것 중의 하나가 바로 다른 의식을 극복해야만 한다는 생각이었어요.
제가 극복해야 할 것은 아무것도 없는 것인데요.

Lester: 맞습니다. 극복하는 게 아닙니다.
당신은 진실을 그냥 보는 것입니다.

Q: 맞아요. 다른 게 없다는 것이요.

Lester: 네. 진실 이외에 다른 것은 없습니다.
그리고 진실은 온전하고 완벽하며 장엄하고 영광스럽고 환희로 가득하며 엑스 터시이고. 여러분들이 생각할 수 있는 좋고 멋진 모든 것입니다.

Q: 선생님은 마치 세일즈맨 같으시군요. 저 형용사들 전부라구요?

Lester: 제가 그렇게 보였나요? 모르겠습니다.

알다시피 여러분들이 이런 것들 - 단지 생각만으로 모든 일이 일어나게 하는
- 을 할 수 가 있다면 저도 할 수가 있는 것이죠.

우리 모두는 이렇게 할 수가 있습니다.

여러분들이 만약 받아들이기만...

Q: 선생님 저희들을 위해서 그렇게 머뭇거리지 않으셔도 됩니다만.

Lester: 저는 그렇지 않습니다.

하지만 여러분들에게 다시 돌아왔죠.

그리고 이번에는 여러분들이 저와 함께 가기를 바랍니다.

Q: 현시에 대해서 말을 해보죠.

구루가 어떤 행동을 하거나 무엇을 일으켜 보이는 게 도움이 될 때가 많지 않나요?

Lester: 마법 같은 것을 원하시나요?

제가 마법 같은 것을 행한다면 그건 누구에게도 도움이 되지 않을 겁니다.

전 그렇게 생각하지 않는 데 - 아트 당신은 제가 마법 같은 것을 하는 걸 본 적이 있나요?

Q: 전 그렇게 말한 게 아닙니다.

Lester: 현시란 말이죠. 그렇죠?

좋아요. 현시라는 말로 하도록 하죠.

제 생각에는 아트는 현시를 꽤 많이 보아왔어요.

켄. 당신도 현시를 보았죠.

당신들이 그것을 받아들일지 아닐지는 잘 모르겠습니다만...

그는 분명히 보았지만 그런 게 아니라고 말을 했어요.

이런 일이 늘 일어나곤 하죠.

지금은 어떻게 생각해요?

Q: 여러분들 저는 1년 반 정도 현시를 목격했습니다.

Lester: 그 고장난 복사기 기억하죠? 칼텍에서.

Q: 오~ 네.

Lester: 그 일이 일어났나요? 일어나지 않았나요?
당신이 생각하시기에.

Q: 분명히 일어났죠.

있을 수 없는 일인데 일어났어요.

저뿐만 아니라 거기서 일하던 숙녀분과 기계를 고치러 온 수리공들도 알고 있는 일이지요.

Lester: 저는 켄과 함께 칼텍에 갔다가 도서관에서 책을 한권 빌려서 복사를 하려고 했었어요.

그런데 복사기가 고장이 났었죠.

동전을 넣는 부분을 테이프를 발라서 막아 놓고는 “고장”이라고 써 붙여 놓았더라구요.

그래서 일하는 아가씨한테 동전을 바꿔 달라고 하니깐 그녀는 거절했죠.

고장이 났다구요.

저는 겨우 동전 하나일 뿐인데 뭘 그러냐고 그녀를 꼬드겨서는 잔돈을 바꿨어요.

저는 기계로 가서 테이프를 떼어버리고는 동전을 넣고는 복사를 했어요.

제가 필요한건 2-3페이지 정도였기 때문에 켄에게 이렇게 말했어요.

“이제 복사를 더 이상 할 필요가 없기 때문에 무슨 일이 일어나는지 보면 재미 있을 겁니다.”

그리고 동전을 하나 더 넣고 복사를 하자 시커멓게 나오면서 복사가 되지 않았어요.

그때 도서관장이 와서 말하기를 “오~ 이런 가끔 이런 식이라니까요. 곧 수리공이 와서 고칠 겁니다.”라고 했죠.

그러니까 제가 복사를 끝내자 다시 예전상태로 돌아가버린 거죠.

하지만 제가 복사를 하기를 원했을 때는 그 기계가 작동을 했어요.

Q: 마법 같군요.

Lester: 마법이라구요?

그건 단지 힘들이지 않는 생각일 뿐이었어요. 그게 모든 일을 한 거죠.

하지만 그 당시에 켄에게는 아무런 도움이 되지 않았어요. 그렇죠?

Q: 전 단지 우연일 뿐이라고 말했었죠.

Lester: 네. 우연이라고 했어요.

그리고 난 후에 전 켄에게 우리가 여행하면서 하모니에 대한 현시를 보여줬어요. 전 그냥 이렇게 말했어요. “그렇게 될 거야.”

저는 렛고우했고 그냥 내맡겼어요.

우리는 가장 좋은 항공사인 유나이티드 에어 라인의 티켓을 얻게 되었고 샌프란시스코로 갔습니다.

저는 공중전화 부스로 가서는 그날 만날 사람들 모두와 서로 다른 시간에 만나기로 약속 시간을 즉석에서 정했어요.

우리는 전혀 서두르지 않았지만 모든 약속 시간에 정확하게 도착했습니다.

우리가 음식을 먹기를 원했을 때 음식을 먹을 짬이 났어요.

Q: 그리고 우리가 길모퉁이를 돌아서기만 하면 레스토랑이 거기 있었죠.

Lester: 네. 우리가 원하던 바로 그 장소에 있었죠.

그리고 우리가 그 사람들을 만났던 이유는 그 사람들의 업무 처리 방식을 보기를 원했던 것이었고, 가장 보고 싶었던 사람을 마지막 약속에 잡았지만 제가 깜빡하고 그에게 공장 시설을 보여줄 수 있느냐고 미리 물어보지 않았었죠.

하지만 우리가 막 떠나려고 할 때 그 사람이 우리에게 말을 했어요.

“저희 공장 시설을 한번 보고 가실래요?”

기억나요?

Q: 네.

Lester: 우리가 많은 업무를 다 처리하고 나니까 오후 3시 반쯤 되었죠.

모든 것이 완벽하게 딱딱 맞아 떨어져 갔어요.

우리는 5시 반쯤 되어서 Los Angeles로 돌아왔고 시내 중심가에 있는 레스토랑으로 갔죠.

그 날은 하루 종일 조화롭게 일이 진행되었어요.

모든 게 완벽하게 맞아 떨어졌죠.

그리고 우리는 매일 매일을 이렇게 살아야 합니다.

저는 그것이 현시라는 것을 알았어요.

그냥 그런 일이 일어 난 것이고 저는 내맡겼죠.

모든 게 완벽했어요. 그렇죠?

Q: 네.

Lester: 좋아요.

지금 제가 말하고자 하는 포인트는 이런 일들이 켄에게 깨달음을 주는데 조금도 도움이 되지 못했다는 것입니다.

Q: 그런 일이 일어난 것에 옳고 그른 것은 없잖아요?
단지 멋진 하루였던 거죠.

Lester: 하지만 우리의 삶이 그래야 하는 것입니다.

매일 매일 말입니다.

제가 하늘에 붕 떠 있는 사람처럼 보이나요? 아닙니다.

그리고 저는 돈을 긁어모으려고 안달이 난 사람도 아닙니다.

모든 것이 완벽하게 맞아 떨어져야 해요.

이것은 완벽하고 놀라운 일이고 즐거운 일입니다.

32. 나는 무엇인가?

우리가 이제껏 어떤 이야기를 나누어 왔고 어디를 향하고 있으며 마지막은 어떤 것일지에 대해서 지금껏 이야기해온 것들을 한번 정리해보는 게 좋을 것 같아요.

모든 존재가 바라는 궁극의 목표이자 우리가 향해야 할 방향이어야 한다고 제가 생각하는 것은 ‘어떠한 슬픔의 흔적도 없는 완전하고도 전체적인 행복’입니다.

우리 모두는 우리가 하는 행위 하나하나에서 이걸 구하려고 애쓰고 있어요.

하지만 어떤 일인지 늘 어긋나기만 했죠.

우리가 우리의 목표를 놓치는 이유는 단순히 우리가 목표에 대한 명확한 비전이 없기 때문이고 그래서 우리는 맹목적으로 추구하고 있어요.

우리가 지금처럼 맹목적으로 추구하는 한 우리는 결코 완벽한 행복이라고 하는 목표를 성취할 수가 없습니다.

누군가가 와서 이렇게 말하죠.

“정신 차리세요. 여러분들은 수많은 생애 동안 잘못된 방향을 바라보고 있었어요. 밖을 쳐다보지 마시고 여러분의 내면을 바라보세요.

오직 거기에서만 여러분들이 일생동안 찾고 있던 것을 발견하게 될 거라구요!” 그리고 여러분들은 레스터와 같은 사람을 만나게 되는데 그는 이렇게 말하죠.

“당신의 참 자아를 찾으세요.

거기에 당신의 완전한 행복이 있습니다.

사람과 사물들 사이에서 행복을 찾는 것을 그만 두세요.

이렇게 할 때 여러분들은 무언가를 욕망하는 고통에서 벗어나게 되고 여러분들이 즐거움이라 부르는 위안을 얻게 될 겁니다.

하지만 그 즐거움은 그리 오래 가지 못할 것인데 왜냐하면 그 욕망이라는 게 완전히 사라지지 않고 여전히 거기에 있기 때문이에요.

그래서 그 욕망으로 인한 고통이 계속해서 당신을 갇아먹고 있는 거죠.”

출발점은 당신으로부터입니다.

당신은 자신을 찾아나서는 길을 가야만 하고 오직 당신만이 그렇게 할 수가 있습니다.

당신 스스로 입증할 수가 없는 것이라면 어떤 것도 받아들이지 마세요.

그것을 증명 할 수 있다면 그건 여러분의 것이 됩니다.

그것을 증명한다면 여러분은 그것을 써먹을 수가 있어요.

우리가 행하는 이 과학의 독특함은 -그리고 이걸 정말 과학적입니다. 언젠가 여러분들은 이것이 모든 과학 중의 과학이라는 것을 알게 될 겁니다.- 이것이 주관적인 과학이란 것입니다.

우리는 우리 내면에서 그것을 찾아야만 합니다.

우리는 그것을 밖으로 끄집어내어서 탁자 위에 올려놓고 그것을 살펴볼 수가 있는 게 아니에요.

우리는 오직 그것을 우리의 마음 안에서 혹은 나아가서는 우리의 존재 안에서 찾아볼 수가 있습니다.

내면으로 향하는 것이 올바른 방향입니다.

마음을 고요히 하고는 이 진실을 경험해보세요.

그리고 이러한 경험을 통해서만 우리는 참된 삶에 도달하게 됩니다.

방법들은 수없이 많이 있어요.

하지만 가장 뛰어난 방법은 모든 이들이 마지막 단계에서 사용하게 되는 방법입니다.

그리고 그 방법은 바로 “나는 무엇인가?”에 대한 대답을 찾아내는 것입니다.

이 질문을 명상할 때만이 아니라 하루 종일 항상 지니고 있어야만 합니다.

우리가 일을 하고 있을 때라도 우리가 뭘 하든지 간에 우리는 마음의 배경에 이 질문을 항상 깔아둘 수가 있습니다.

“나는 무엇인가?” 이 질문에 대한 대답이 스스로 우리 자신에게 명확해질 때까지 말입니다.

하지만 마음이 우리에게 줄 수 있는 대답은 그것이 어떤 것이라 할지라도 진짜 대답이 될 수가 없습니다.

왜냐하면 마음이란 한계를 지우는데 필요한 도구일 뿐이니까요.

모든 생각은 제한되어지고 한계 지워진 것입니다.

그러니 마음이 주는 대답은 그것이 무엇이든 옳은 것이 될 수가 없죠.

진짜 대답이 오는 방법은 단순히 우리 자신을 생각하는 몸-마음이라고 상상한 스스로에게 덧씌운 무지에서 벗어나는 것입니다.

생각들이 고요해지게 되면 한계 없는 존재가 명확해집니다.

그것은 참자아의 빛이며 항상 거기에 있습니다.

단지 온통 한계 지워진 생각의 관념들로 덮여져 있는 것일 뿐입니다.

그러니 “나는 무엇인가?”라는 질문을 하고는 고요하게 대답을 기다리십시오.

아마도 다른 생각들이 끼어들 것입니다.

그리고 가장 큰 어려움은 이러한 생각들을 고요하게 하는 것이죠.

다른 생각들이 끼어들었을 때 “이 생각들은 누구에게 일어나는 것이지?”라고 질문하면 그 대답은 당연히 “나에게”가 될 것이고 “그 나는 누구인가?” 하는 질문을 하게 되면 우리는 다시 원래의 트랙으로 올라오게 되는 것이죠.

이런 식으로 우리는 계속해서 “나는 누구인가?”라는 질문에 주의를 유지할 수가 있습니다.

게다가 이러한 질문을 계속하는 것은 일상생활에서 우리가 행위자가 아니라는 것에 대한 훌륭한 연습이 됩니다.

단지 ‘주시자’로 있으십시오!

“내가 한 것이 아니라 아버지께서 나를 통해 하신 것이라.”라고 하는 태도를 익히십시오. (우리 그룹 중 몇몇 사람들은 이미 이렇게 하고 있어요.)

이것이 우리가 일상생활에서 구하고자 하는 삶의 태도입니다.

우리가 우리의 삶에서 더욱 주시자가 될수록 우리는 더욱 더 몸-마음에 집착하지 않게 되고 우리는 더욱 더 참자아에 가까워질 것입니다.

제가 여러분께 제안한 게 이제 2가지가 있죠?

한 가지는 “나는 누구인가?”라고 하는 질문을 하라는 것이고 다른 한 가지는 일상생활 속에서 행위자가 아니라 주시자로 있으라는 것입니다.

일들이 그냥 일어나게 하십시오.

삶이 스스로 나아가도록 말입니다.

이것이 바로 우리가 최고의 상태에 있을 때 살아가는 방식입니다.

그 외에도 여러분들이 알았으면 하는 것들이 있어요.

겸손함 미덕 친절함 정직 등등 이러한 것들은 도움이 됩니다.

하지만 가장 큰 도움은 행위자가 아니라 주시자가 되는 것입니다.

참자아가 스스로를 우리에게 드러낼 때 이것은 어마어마한 경험입니다!

이것은 가두어 둘 수가 없는 것입니다.

우리는 마치 우리가 터져나갈 것처럼 느낄 것입니다.

왜냐하면 우리는 우리의 전지전능함과 편재함을 알게 되기 때문이죠.

하지만 이것을 한번 보았다고 해서 우리가 그 상태에 확고히 머물게 되는 것은 아닙니다.

하지만 일단 한번만이라도 경험을 하게 된다면 당신은 그것이 확고해질 때까지 놓지 않게 될 겁니다.

당신은 다시 그 상태로 되돌아가기 위해 계속해서 노력하게 될 것이고 또한 계속해서 노력해야만 합니다.

2번째에는 조금 더 오래 머물게 될 것이고, 3번째에는 그보다 더 오래 머물
것이고, 마침내 우리는 하루 24시간 내내 그 속에 있게 될 것입니다.

최고의 상태를 성취했을 때 우리가 좀비가 되는 것은 아닙니다.

대신에 우리는 모든 것을 알게 되고 모든 곳에 현존하게 됩니다.

모든 것이 딱딱 맞아 떨어지게 됩니다.

우리는 다른 사람들이 움직이는 것처럼 세상에서 움직이지만 차이점은 우리는
다른 사람들이 보는 것과는 완전히 다르게 세상을 보게 된다는 것입니다.

우리는 우리의 몸과 다른 사람들의 몸을 똑같이 우리의 참자아로 보게 될 것
입니다.

마찬가지로 모든 동물과 모든 사물들을 우리의 참자아로 보게 됩니다.

모든 것들을 “나”로 보는 것은 우리에게 신 혹은 참자아로 불리우는 우주를
관통하는 단일한 하나임을 가져다줍니다.

우리는 우리의 몸을 마치 로봇이 움직이는 것처럼 볼 것입니다.

우리는 그것이 자신의 길을 가도록 놓아줍니다.

그리고 우리는 진실로 그 몸이 아니기 때문에 그 몸에 일어나는 것은 어떤 것
이라도 우리에게 영향을 줄 수가 없습니다.

비록 그 몸이 몽개어지더라도 우리는 그 몸이 아니라는 것을 완전히 알고 있
기 때문에 그다지 문제가 되지 않을 것입니다.

우리는 우리 자신인 영원한 존재를 알고 있고 우리는 그것에 머물입니다!

그러므로 최고의 깨달음을 얻은 사람을 다른 사람들과 구별해서 알아보는 것
은 어렵습니다.

그는 이전에 그가 하던 일들과 행동을 그대로 할 것이고 계속해서 그렇게 할
수도 있습니다.

하지만 그가 세상을 바라보는 관점은 완전히 달라졌습니다.

그는 완전하게 에고에서 벗어났습니다.

그는 자신의 몸에 아무런 관심이 없습니다.

그는 자신이 아니라 다른 이들에 더 많은 관심을 기울이고 모든 인류에 관심
을 기울입니다.

그가 하는 행동은 무엇이든 간에 결코 에고에 의한 동기가 없습니다.

그의 몸은 일상적인 수명을 살아갈 것이고 무지한 자들의 눈에는 대개의 모든
신체가 그러하듯이 소위 말하는 죽음이란 것을 거치고 관 속에 들어가게 될
것입니다.

하지만 그 몸과 연결되어 있는 그는 이러한 죽음을 전혀 보지 못합니다.

그는 온 세상과 몸이 우리가 밤에 꿈속에서 도시와 세상 그리고 장면들을 정

신적으로 만들어 낸 것처럼 환상이라는 것을 알고 있습니다.

우리가 잠에서 깨어날 때 우리는 그러한 것들이 결코 있었던 적이 없다는 것을 알게 될 것입니다.

그와 마찬가지로 우리가 이 깨어있는 잠에서 깨어나게 될 때 우리는 모든 것이 단지 꿈이었고 결코 실제로 존재하지 않았었다는 것을 알게 될 것입니다.

항상 존재했던 유일한 것은 바로 나의 존재. 절대적인 진실. 모든 있음의 있음. 무한함. 완벽함. 전지함. 전능함. 편재함입니다.

그러니 다시 말씀드리자면 오늘 제가 드리고자 하는 2가지 중에서 첫 번째는 가장 뛰어난 방법인 “나는 누구인가?” 라는 질문을 하라는 것입니다.

우리가 고요함속에서 이 질문을 할 때 다른 생각이 끼어들면 “이 생각은 누구에게 일어나는가?”를 질문하고 그 대답이 “나에게”가 되면 “그렇다면 그 나는 누구인가?”라고 다시 트랙으로 되돌아와서는 우리가 최후의 대답을 얻을 때까지 계속하시란 겁니다.

그리고 두 번째로 삶을 살아가는 데에 행위자가 되는 게 아니라 주시자로 있으라는 것입니다.

이 정도면 지금까지 한 말이 다 정리가 된 것같은데 질문 있나요?

Q: 행위자가 되지 않는다면 선생님은 계획 같은 건 안 세우시나요?

Lester: 네. 계획 같은 건 세우지 않아요. 그냥 일이 일어나게 하는 거죠.

렛고우하시면 당신은 직관을 통해 인도받게 될 겁니다.

생각을 꾸며서 계획을 세우는 대신에 당신은 순간순간 완벽하게 옳은 순간에 정확하게 옳은 일들을 하게 될 겁니다.

Q: 그러면 이런 상황이 있을지도 모를 것 같은데요.

예를 들어 누군가가 뭔가를 하고 싶은 느낌이 전혀 들지 않는다면 “나는 내가 움직여질 때까지 침대에 꼼짝하지 않고 누워있겠어.”라고 말할 수도 있겠죠.

집세도 내지 못하는 채로 말이죠.

Lester: 그러니 그는 거기에서 움직여야만 하죠.

만약 우리가 어디에 도달했다고 생각하면서도 실제로는 거기에 있지 않다면 우리는 곧 우리가 거기에 있지 않다는 사실을 깨닫게 될 겁니다.

보세요. 밥. 저는 지금 고차원의 레벨에서 이야기하고 있어요.

완벽하고 모든 것이 모든 순간에 절대적인 하모니를 이루고 있는 상태 말입니다.
그 상태에서는 생각을 할 필요가 전혀 없어요.

모든 순간에 당신은 내면으로부터 해야 할 올바른 일을 알게 됩니다.

당신은 매순간마다 직관적으로 인도받을 것이고 모든 것들이 완벽하게 맞아 떨어집니다.

지금 당신이 그 상태에 있지 않다면 당연히 당신은 생각을 해야만 하고 계획을 세워야만 하겠지요.

Q: 그런데 우리가 연습을 할 때는요.

그러니깐 처음에는 2가지가 섞여 있는 것 같아요.

일들이 저절로 잘 풀려갈 때가 있고 그러다가 걸림돌이 생기고 거기에서는 계획을 짜야만 하구요.

Lester: 당연히 그렇죠.

최고의 상태에서는 당신은 앞으로써 행동합니다.

당신은 그저 순간순간 알게 됩니다.

누군가가 “알겠어!”라고 느낄 때의 바로 그 느낌이고 거기에는 아무런 생각이 필요가 없고 단지 “알겠어!”라는 것만이 있습니다.

Q: 제 경험을 통해서 저도 알 것 같아요.

저는 때때로 뒤로 미끄러지고는 계획을 짭니다.

어떤 때는 그 계획이 매우 쉽고 빠르게 나에게 오지만 가끔은 정말 죽어라 애를 써야만 합니다.

그리고는 점점 뭐가 어떻게 될지를 모르게 되는 거죠.

하지만 어떤 때는 그냥 계획을 세우기만 하면 어떻게 일이 될지 훤히 알게 되고 아무런 어려움이 없어요.

Lester: 당신이 말한 “안다”라는 말이 바로 열쇠입니다.

당신은 “알겠어!” 라고 말할 때 그 말이 어떤 느낌인지 알고 있습니다.

거기에는 의심의 여지가 없고 그런 기미도 없죠.

그리고 그 앞이 그냥 일어납니다.

바로 그게 열쇠입니다.

그것이 바로 앞의 영역입니다.

그것을 항상 유지하십시오.

그 앞이 와서는 머물 때까지 계속 노력하세요.

우리가 이것을 얼마나 빨리 성취하느냐 하는 것은 그것을 얼마나 강하게 열망하느냐에 달려 있습니다.

우리가 이 최고의 상태를 더욱 열망할수록 그것은 더욱 빨리 다가옵니다.

모든 사람들이 결국은 이것을 성취할 것입니다.

제가 보기에 지구상의 인류 대다수는 아마도 앞으로 몇 백만 년이 걸릴 것이 확실합니다.

하지만 우리 중 누구라도 의식적으로 그것을 탐구한다면 바로 이 생애 동안 그것을 해낼 수가 있습니다.

소위 말하는 신의 축복이 항상 거기에 있습니다.

우리보다 앞서서 그 최고의 경지를 성취한 모든 사람들이 우리에게 그 완벽한 의식을 방사하고 있습니다.

실제로 우리는 항상 우리를 격려하는 어마어마한 축복을 받고 있습니다.

하지만 그들은 강요할 권리가 없으며 또한 그렇게 하지도 않을 것입니다.

우리가 그것을 받기 위해서는 우리 자신을 활짝 열어야만 합니다.

우리에게는 이 축복이 필요합니다.

왜냐하면 오늘날 인류의 의식의 수준에서 볼 때 인류는 아직 낮은 수준에 머물고 있기 때문이죠.

우리들은 너무나도 강하게 이 제한된 몸이 자신이라고 확신을 하고 있고 오랜 세월 동안의 습관 때문에 그것을 붙들고 놓지 못하고 있습니다.

그래서 우리가 이 몸을 렛고우하는 것은 쉽지가 않고, 그렇기 때문에 우리는 '우리가 볼 때는 이미 죽었지만 그들의 눈으로 볼 때는 여전히 여기에 있는 그 위대한 영혼들의 축복'이 필요한 것입니다.

우리가 그들이 여전히 여기에 있다는 것을 알아차릴 때 우리는 우리가 서로 만나 이야기를 하는 것처럼 그들을 보고 이야기를 나눌 수 있습니다.

만약 우리가 그들을 부분적으로만 받아들인다면 우리는 그들을 꿈속에서나 비전 속에서 만나 이야기할 수 있을 뿐입니다.

우리가 어떤 방식으로 그들을 만날 것인가 하는 것은 순전히 우리가 그들을 얼마나 받아들이느냐에 달려 있습니다.

만약 우리 중 누군가가 저와 함께 레스토랑에 가서는 스낵을 먹을 수 있는 것처럼 예수와도 그렇게 할 수 있다고 믿는다면 그는 그렇게 할 수가 있습니다.

이제 우리 중 몇몇은 예수가 이 방에 들어와 있다는 것을 알고 있습니다.

그는 우리가 얼마나 받아들이느냐에 따라 그만큼의 사인을 우리에게 줍니다.

만약 그가 이 방에 물리적인 육체를 가지고 갑자기 나타난다면 그것은 대부분의 우리가 받아들이기에는 너무 벅찬 일이고 그 때문에 그는 그렇게 하지 않습니다. 하지만 예수가 우리에게 오는 방식은 우리가 그를 얼마나 받아들이느냐에 달려 있습니다.

그가 여기에 와서 몇몇 사람들에게 사인을 보냈지만 그 사람들은 알아 차리지 못했죠.

하지만 여기에 있는 우리 대부분은 알고 있습니다.

제가 말씀드리고자 하는 포인트는 우리는 위대한 마스터들의 도움에 우리 자신을 열어야 한다는 것입니다.

예수와 다른 위대한 영혼들은 우리 모두가 우리 자신의 완벽함을 알게 되기를 원하고 있습니다.

그들은 우리에게 그것을 강요할 수는 없어요.

하지만 그들의 손길은 항상 우리에게 뻗어 있습니다.

이것을 명심하는 게 좋습니다.

그리하면 우리는 우리 자신을 그 도움에 더 열 수가 있을 테니까요.

Q: 어떻게 그 도움을 요구하고 받아들일 수 있을까요?

Lester: 여러분들은 예수가 우리가 지금 살아 있는 것처럼 살아 있다는 것과 우리가 서로 만나는 것처럼 그를 만날 수 있다는 것을 받아들여야만 합니다.

여러분은 단지 그것에 열려 있기만 하면 됩니다.

그 도움은 항상 여러분들에게 주어지고 있습니다.

Q: 그러기 위한 말씀이나 우리가 지녀야 할 생각들이 있나요?

Lester: 예. 하지만 저는 그것을 여러분에게 줄 수가 없어요.

여러분 자신에게 달린 것입니다.

저는 여러분들에게 일반적인 원리를 말해주는 겁니다.

그를 있는 그대로 받아들이는 것입니다.

결코 예수를 그리스도와 같은 것이 아닐 것이라 기대하진 마세요.

하지만 그는 걸음으로 보기에 아주 초라한 사람으로 나타날 수도 있습니다.

어디에나 존재하기 때문에 그는 언제든 어느 누구에게라도 나타나서 이야기를 나눌 수가 있습니다.

Q: 레스터. 예수는 그리스도로 나타날 것이지만 변장을 하고 나타나지는 않겠죠?
문 앞에 있는 거지처럼요.

Lester: 아닙니다.

유일한 변장은 우리가 그에게 뒤집어 씌우는 것입니다.

그는 결코 자신을 숨기지 않습니다.

그는 자신이 그리스도로 알려지기를 바랍니다.

그리스도는 그의 이름이 아닙니다.

예수라는 사람이 '그리스도 의식'을 성취한 것이죠.

그리고 우리는 그를 받아들여야 하고 어떤 황홀한 마력과도 같은 것이 아니라 겸손하고 단순함인 그의 의식을 받아들여야만 합니다.

Q: 겸손함이 무엇인지 말씀해주시겠어요?

Lester: 네. 가장 위대한 겸손함은 순복surrender을 통해서 이루어집니다.

내가 아니라 바로 당신이라는 것이죠.

내가 아니라 나를 통해서 역사하시는 아버지라는 것입니다.

내가 하는 모든 일은 신께서하시는 것입니다.

내가 행위자가 아닙니다.

이것이 바로 분리된 개인이라는 감각인 에고를 내려놓는 순복입니다.

Q: 만약 당신이 개인으로서의 자신을 내려놓는다 하더라도 다른 사람은 어떻게 되는 건가요?

우리가 이전에 다른 사람들을 자신으로 보고, 자신에게 하듯이 다른 이를 대라고 한 것 같은데요.

이 다른 사람들은 누구죠?

Lester: 지금 당신이 있는 곳에서 보자면 다른 사람은 당신과 아무런 관련이 없습니다.

우리와의 관련이 있는 유일한 것은 '우리가 무엇을 하느냐'입니다.

저에게 있어서 당신이 나에게 어떤 태도를 취하느냐는 문제가 되지 않습니다.

당신은 세포 하나하나까지 나를 미워할 수도 있겠죠.

하지만 정말 중요한 것은 당신에 대한 나의 태도가 어떠한 것인가 하는 것입니다.

비록 당신이 나를 미워한다 할지라도 나는 당신을 온전히 사랑해야만 합니다. 그렇게 하면 당신은 당신의 질문에 대한 대답을 이해하게 될 것이고, 당신은 오직 유일한 하나임을 보게 될 것입니다.

당신이 분리된 상태로 이 하나임에서 무슨 일이 일어날 것인지를 질문한다면 그것은 앞뒤가 맞지 않죠.

우리가 사랑할 때 -그리고 오로지 사랑만이- 우리는 이 우주에서 가장 강력한 힘을 쓰고 있는 것입니다.

어느 누구도 그 어떤 것도 우리를 해칠 수가 없습니다.

우리가 미워함이 없이 오로지 사랑만을 한다면 우리는 결코 상처받을 수 없고 불행할 수도 없습니다.

당신이 온전하고 완전하며 신성한 사랑을 할 때 당신은 결코 상처받을 수 없습니다.

그것은 아무런 미워함이 없는 단지 사랑일 뿐입니다.

그것은 당신의 다른 뺨을 내어주고 당신의 원수를 사랑하는 그러한 사랑입니다.

Q: 사랑이 이해라고요?

Lester: 당신이 온전히 사랑할 때 다른 이를 온전히 이해할 수가 있습니다.

사랑이 곧 이해입니다.

그것은 다른 이와 하나 되는 것입니다.

거기에서 한 단계 아래로 내려가면, 다른 이가 원하는 것을 그가 가지기를 원하는 것이고 다른 이를 있는 그대로 사랑하는 것입니다.

Q: 그럼 우리의 원수는 누구죠?

Lester: 실제로 우리의 원수는 단 하나밖에 없는데 그것은 바로 우리 자신입니다.

그 누구도 우리에게 어떤 것을 행할 수가 없습니다.

아무도 우리를 대신해서 무언가를 할 수도 없어요.

언젠가는 당신도 이것을 알게 될 겁니다.

우리의 의식 안에서 우리에게 일어나는 모든 일을 우리가 결정한다는 것을 말이죠.

Q: 그럼 잘못된 것은 우리 스스로 만들어낸 우리의 생각이군요.

Lester: 그렇습니다. 그리고 그 생각은 더 나아질 수가 있죠.

Q: 선생님께서 이해를 말씀하실 때 논리적인 의미에서의 이해를 말씀하시는 건가요?

아니면 다른 이들이 한 것이 옳은 일이든 나쁜 일이든 그 이유에 대해 어떤 의문도 없이 그들을 있는 그대로 완전히 받아들이는 것을 말씀하시는 건가요?

Lester: 그것은 완전히 받아들이는 것입니다.

하지만 진정한 이해는 우주가 무엇인지 세상이 무엇인지에 대한 앎을 필요로 합니다.

우리가 누군가가 잘못된 일을 하는 것을 볼 때 우리는 그가 잘못 인도되어진 신적인 존재라는 것을 알아야만 합니다.

그는 단지 잘못된 곳에서 신을 찾고 있는 것입니다.

제가 한 말이 이해가 되나요?

이런 게 이해라는 것입니다.

Q: 그의 마음속에서는 그게 행복일 수도 있다. 그런 거죠?

Lester: 네. 그는 그가 볼 수 있는 방식으로 행복을 찾고 있는 것이죠.

심지어 히틀러조차도 그의 마음속에서는 옳은 일을 하고 있는 것이고, 자신이 진정으로 타고난 본성이 되기를 바라고 있기 때문에 증오의 대상이 되어서는 안 되고 사랑받아야 합니다.

지금 제가 한 말이 그가 한 짓을 정당화하는 것은 아닙니다. 그렇지 않아요.

하지만 우리가 그의 프로그램을 인정하든 그렇지 않든 사랑하는 것과 미워하는 것은 다른 것입니다.

그러니 우리는 모든 사람들을 사랑해야 합니다.

그들을 길 잃은 어린 양으로 보고 그들이 무엇을 하는지도 모르고 한 일을 용서해야 합니다.

그들은 길 잃은 어린아이와도 같아요.

그리스도가 그렇게 했던 것처럼 모든 사람들을 동등하게 사랑하는 최고의 경지를 성취하세요!

33. 카르마 KARMA

우리가 주로 쓰는 방법 중에 하나는 질문을 하고 대답을 하는 것입니다. 이 방법을 쓰는 이유는 제가 보기에 진리를 발견하는 방법 중에서 가장 뛰어난 방법 중 하나이기 때문입니다. 가장 효과적인 방법은 물론 그룹이나 단체로 가르치는 것보다는 개인적으로 직접 가르침을 주는 것입니다. 하지만 우리가 추구하는 진리에 대한 앎은 지적으로 얻을 수 있는 게 아닙니다. 책에서 알 수가 없는 것이죠. 만약 이 앎을 책에서 구할 수가 있는 것이라면 우리는 이미 이 앎을 얻었을 것입니다. 제가 발견한 바로는 가르침에서 유일하게 효과가 있는 것은, 스승이 제자들에게 그 질문에 대한 실제적인 경험을 하도록 하는 것이란 겁니다. 오직 우리가 경험할 때만 우리는 그것을 이해할 수 있습니다. 이 경험을 우리는 깨달음이라고도 부릅니다. 자. 질문이 있으신가요?

Q: 저는 어떻게 그리고 왜 카르마가 작동을 하는지에 대해서 좀 더 알고 싶습니다.

그리고 카르마를 작동시키게 하는 것이 무엇인지도 알고 싶구요. 선생님의 책에서는 생각이 그렇게 하는 것이라고 나와 있던데요.

Lester: 카르마라는 단어는 산스크리트어로 행동을 의미합니다.

일반적으로는 행동과 그 행동에 대한 반응을 의미하죠.

다른 설명으로는 원인과 결과라고도 하고 ‘뿌린 대로 거둔다’라고도 하죠.

당신이 내보낸 것이 당신에게로 되돌아오는 것입니다.

카르마는 생각에 의해서 처음 시작이 됩니다.

생각이 원인이고 행동이 결과로 나타나죠.

우리가 욕망을 창조할 때면 우리는 뭔가를 원하고 있는 것입니다.

그 욕망이 무언가를 원한다고 하는 생각을 만들어냈습니다.

무언가를 원하는 것이 우리로 하여금 그 무언가를 얻기 위해 행동하도록 만드는데는 거죠.

욕망의 대상인 그 무언가를 우리는 결코 만족시키지 못하고 그러므로 욕망이 더욱 커지게만 되는 겁니다.

이러한 일이 계속 계속 되풀이되어서는 우리는 결국 욕망에 사로잡혀 버리게 되고, 결코 욕망을 만족시킬 수가 없게 됩니다.

만약 우리의 욕망이란 게 충족되어질 수 있는 것이라면 이미 우리는 아무런 욕망이 없게 되었을 겁니다. 그렇죠?

Q: 그 부분을 다시 한 번만 더 말씀해주시겠어요?

Lester: 만약 우리의 욕망이 충족되어질 수 있는 것이라면 우리는 곧 우리의 모든 욕망을 잃어버리고 말 것입니다.

욕망은 즉시 충족되어 질 것이고 우리는 더 이상 욕망을 가질 수가 없게 되는 거죠!

Q: 우리가 성취해야 되는 경지가 그런 것인가요?

Lester: 그렇습니다.

우리는 아무런 욕망과 갈망이 없는 상태에 머물러야 합니다.

그리하면 우리는 항상 행복합니다.

Q: 제가 이해하기로는 선생님 말씀은 카르마란 행동과 반응의 법칙이고 또한 잘못된 행동에 대한 처벌의 의미로 쓰이는 게 아니라 옳은 행동에 대한 보답의 의미로 쓰이는 것 같은데요.

Lester: 우리가 창조한 것들 중에서 마음에 들지 않는 것을 우리는 처벌이라고 부르는 겁니다.

우리가 창조한 것들 중에서 마음에 드는 것을 보답이라고 부르는 것처럼요.

창조는 마음에서 시작되는 것입니다.

마음은 좋고 나쁜 것을 알지 못합니다.

마음은 그저 창조하기만 합니다.

우리가 불쾌한 것들을 창조해 놓고서는(그리고 우리는 창조에 대한 책임을 지려 하지 않기 때문에) 우리가 벌을 받고 있는 것이라고 말하는 거죠.

카르마가 무엇인가 하는 질문으로 돌아가 볼까요?

모든 행위에는 그에 반하는 똑같은 반작용이 있습니다.

이것은 보상의 법칙이라 불리우는 것이고 마음에서 시작되는 것입니다.

우리가 하는 모든 생각들은 진공을 창조하게 되고, 자연의 힘이 그 진공을 채우기 위해서 즉각적으로 움직여 들어갑니다.

자연의 힘이 그것을 채우는 속도 또한 우리의 생각에 의해 결정됩니다.

그리고 모든 생각은 앞선 욕망들에 의해서 일어나는 것입니다.

욕망이란 것이 실제로 있는 것이 아니고 순전히 '부족함이라는 상상'과 '무엇이 필요하다는 고통'이라고 하는 상상에 지나지 않기 때문에, 그것은 결코 충족되어질 수가 없는 것이고 그렇기 때문에 우리가 욕망을 충족시키려 하면 할수록 그것은 더욱 더 강해져만 갈뿐입니다.

우리가 행복해질 수 있는 유일한 길은 모든 욕망들을 렛고우하는 것입니다.

그리하면 우리는 완벽하게 만족할 수 있습니다.

Q: 그러니까 카르마에는 2가지 요소가 필요한 것이군요.

욕망이 없는 생각만으로는 그것이 작동하지 않는 것이겠네요?

Lester: 욕망이 없다면 생각이 있을 수가 있겠습니까?

Q: 아뇨.

Lester: 바로 그겁니다.

욕망이 없다면 당신은 아무런 생각을 가지지 않을 겁니다.

Q: 그러면 일종의 지적인 욕망이란 것도 있지 않을까요?

Lester: 그렇습니다. 하지만 그것들도 마찬가지로 욕망입니다.

그렇지 않다면 생각이란 게 없을 테니까요.

누군가에게 당신의 말을 하고자 하는 욕망, 사람들과 대화하고자 하는 욕망을 당신은 가지고 있죠.

이것은 아이스크림이나 음식 혹은 우리의 몸이 필요로 하는 것들에 대한 욕망은 아닐지도 모르지만 다른 사람에게 인정받고자 하는 욕망일 수 있습니다.

이렇게 보면 욕망이라는 것이 모든 싸이클의 시초가 되는 겁니다.

다시 처음으로 되돌아가보면 '처음에는 뭔가 부족함이 있다,'라고 하는 하나의 생각으로 시작했습니다.

그런 후에 그 부족함을 채우고자 하는 욕망이 생겼죠.

그 욕망이 더욱 많은 생각들을 불러일으켰고 생각이 행위의 원인이 되었습니다.

그렇지만 행위가 그 욕망을 채워줄 수가 없기 때문에 우리는 더욱 많은 행위와 생각을 가지게 되었고, 계속해서 반복되어서는 마침내 우리는 결코 만족이 있을 수 없는 끝없는 싸이클 속에 휘말리게 되었습니다.

지금 현재 우리가 하는 모든 생각들은 과거의 어떤 것으로부터 시작된 것입니다. 지금 현재의 우리의 느낌은 모두가 과거의 생각과 행동으로부터 온 것입니다. 그러니 지금의 생각은 이미 일어났던 어떤 것으로부터 유발되어져 나온 것이죠. 행위와 반작용은 그런 식으로 계속해서 일어나게 되고 우리는 거기에 갇혀버렸습니다.

이제 더 이상 원래의 생각을 찾아낸다는 것은 불가능하게 되어버렸고, 모든 현재의 생각은 그저 과거의 생각들에 기초한 것이 되어버렸습니다.

Q: 그렇다면 언제 다시 되돌아가기 시작하는 건가요?

Lester: 그것은 시작도 끝도 없습니다.

제가 당신을 한걸음 더 나아가게 해드리죠.

예전에도 이야기했던 뱀과 로프의 비유를 예로 들어봅시다.

당신은 길을 걷다가 땅위에 있는 로프를 보고서는 그것이 뱀이라고 생각했습니다.

카르마란 바로 이 상상해낸 뱀의 영역에 속하는 것입니다.

언제 뱀이 시작되었으며 당신이 그것을 뱀으로 생각하는 한 언제 그것이 끝날까요?

그것은 시작도 끝도 없습니다.

왜냐하면 실제로는 뱀이란 존재한 적이 없기 때문이죠.

그것은 항상 로프였을 뿐입니다.

만약 당신이 카르마 안에 있다면 그것은 영원한 것입니다.

만약 당신이 카르마 안에 있지 않다면 그것은 결코 존재했던 적이 없습니다.

이해가 되시나요?

카르마란 시작도 끝도 없는 것입니다.

그래서 카르마를 다한다는 것은 불가능한 것입니다.

어떤 형이상학파들은 당신이 당신의 카르마를 다 갚아야 한다고 가르칩니다.

하지만 당신이 카르마를 갚는 동안 당신은 미래의 새로운 카르마를 만들어내고 있을 뿐입니다.

그러니 ‘그것을 다한다’라고 하는 것은 불가능한 것이죠.

그러면 우리는 어떻게 해야 할까요?

환상에서 깨어나 진리를 보세요!

그 뱀이 로프란 것을 보세요!

한번이라도 로프가 진실이란 것을 보게 되면 뱀은 더 이상 존재하지 않습니다. 우리가 우리 자신의 진리인 존재 자체를 보게 되면 모든 행위와 반응이란 그저 꿈과도 같은 환상임이 드러납니다.

그러하므로 그런 꿈같은 것들은 결코 더 이상 우리를 건드리지 못합니다.

Q: 선생님께서는 우리가 주시자가 되어야 한다고 하지 않으셨나요?

제가 이해하기로는 깨달음에 상관없이 그 싸이클은 계속된다고 알고 있는데, 맞나요?

Lester: 아닙니다.

당신의 이해가 완전한 것이라면 그 순간부터 더 이상 카르마는 없습니다.

제가 “주시자가 되세요.”라고 말하는 것 또한 여전히 이원성의 영역입니다.

여전히 이원성을 보는 것이긴 하지만 한걸음 크게 나아간 것이죠.

그것은 행위자라는 에고의 느낌을 렛고우하는 뛰어난 방법입니다.

이 방법은 성장에 매우 도움이 되는 방법입니다.

하지만 당신이 완전한 깨달음을 얻으면, 당신은 세상을 볼 때 오직 단일한 하나임만을 모든 것과 모든 사람에게서 볼 것입니다.

또한 당신은 그 하나임이 다름 아닌 당신 자신의 참자아라는 것을 알게 됩니다.

그리고 참자아는 단지 참자아일뿐입니다.

그러니 세상에서 무슨 일이 일어나든 당신이 보는 것은 있는 그대로의 실재입니다.

당신은 뱀을 보는 대신에 로프를 로프로 보는 것이죠.

그리하면 당신은 카르마에서 빠져나오고 더 이상 카르마란 존재하지 않습니다.

지금 당신에게 약간 혼동을 준 것은 배움에 있어서의 서로 다른 레벨의 접근에서 오는 차이점입니다.

어떤 레벨에서의 가르침들은 다른 레벨에서 보면 모순될 수가 있어요.

하지만 진리가 드러나면 모든 모순들은 사라져 버립니다.

그러니 최고의 경지에서 말하자면 당신이 스스로가 어떤 존재인지 알게 된다면 카르마란 존재하지 않습니다.

당신이 자신의 참자아를 보게 된다면 거기에는 오직 <존재함>만이 있습니다.

행위와 반응은 그저 겉보기에 일어나는 일일뿐입니다.

Q: 예를 들어서 제가 차를 몰고 가다가 한 사람이 오는 것을 보고는 속력을

높여서 그에게로 돌진해 간다면요.

이 행위가 저에게 어떤 영향을 미칠까요?

이 행위로부터 저에게 오는 반작용이 있을까요?

Lester: 이 꿈의 세상에서는 마지막 한줄까지 행위와 반작용이 있습니다.

Q: 이 세상 사람들에게 있어서 가장 큰 문제 중 하나는 저를 포함해서 섹스에 대한 생각입니다.

이건 꽤나 강한 상호작용이고 힘입니다.

어떻게 하면 이것을 해결할 수가 있을까요?

Lester: 그것은 초월하기에 가장 힘든 일 중 하나입니다.

하지만 일단 당신이 섹스를 통해서 추구하는 기쁨을 항상 어느 때고 가질 수 있거니와, 그 욕망에서 빠져나오면 그것보다 더 큰 기쁨을 가질 수 있다는 것을 알기만 한다면 가능하고 또 쉽기도 합니다.

그래서 제가 항상 “더 높은 곳으로 비상하세요. 그래서 섹스를 하기 위해서는 당신의 기쁨을 포기해야만 할 그런 높은 곳으로 가세요.”라고 말하는 겁니다.

그리하면 렛고우하기란 아주 쉽습니다.

거기에 이르기까지 중간 과정에서는 중용을 지키는 것이 가장 좋습니다.

행복이란 당신 자신의 참자아입니다.

행복은 당신의 타고난 본성입니다.

당신은 그 행복을 가지기 위해서 바깥에서 무언가를 가져야 할 필요가 없어요.

하지만 당신은 그렇게 해야 한다고 생각을 하고 있죠.

왜냐하면 당신은 이 행복 위에도 겹겹의 한계라는 덮개를 씌워놓았기 때문이에요.

나는 행복해지려면 이것을 가져야만 해.

나는 행복해지려면 저것을 가져야만 해.

그리고 이러한 과정이 오랜 시간 동안 계속될 것입니다.

하지만 당신이 자신이 누구인지를 더욱 많이 알게 된다면 당신을 붙드는 욕망도 점점 줄어들게 될 것입니다.

Q: 선생님께서는 저에게 길과 방법을 보여주셨고 저는 이제 섹스보다 더 멋지고 큰 게 있다는 것을 깨닫게 되었습니다.

저는 이제 섹스란 실제로는 무언가를 포기하는 것이고 바로 더 높은 기쁨을 포기하는 것이란 것을 깨달았어요.

그런 깨달음 속에서는 이해하기가 훨씬 쉽습니다.

Lester: 섹스는 계속해서 여러분들을 이 땅에 묶어둡니다.

그것을 넘어서는 것이 필요합니다.

섹스를 하는 것이 당신이 깨달음을 향해 나아가는 것을 가로막지는 않습니다.

하지만 당신이 거기에 빠져있는 한 당신은 그것의 노예가 될 것이고 완전한 깨달음을 얻을 수가 없습니다.

당신은 육체적인 것을 기쁨으로 삼고자 하지만 그것은 기쁨이 아닙니다.

진실은 당신 자체가 바로 그 기쁨이라는 것이고 그것도 섹스보다 몇 백만 배 더 큰 기쁨이라는 것입니다.

그 기쁨은 너무나도 높고 큰 것이어서 당신은 그저 섹스로부터 빠져나오게 되고 기쁨으로 더 높이 비상합니다.

그리고 하루 24시간 내내 그 기쁨을 가지게 됩니다.

이것이 바로 궁극의 기쁨이며 당신이 그토록 찾고 있으면서도 섹스를 위해서 희생하고 있었던 그것입니다.

Q: 우리가 어떤 일을 했는데 그렇게 하지 않았어야 했다는 것을 깨달았을 때 그 반대되는 것을 함으로써 그것을 없앨 수가 있을까요?

Lester: 글썄요.

만약 당신이 반대되는 것을 한다면 당신은 또다시 행위에 연루되는 것이고 미래에 그 반대되는 것을 창조하는 셈입니다.

Q: 단지 욕망 없음의 상태에 있으란 말인가요?

Lester: 네. 바로 그겁니다.

욕망이 없는 상태로 있으면 당신은 자신이 누구인지를 알게 될 겁니다.

당신은 자신이 카르마라고 하는 환상을 넘어서 있는 존재란 것을 알게 될 것이고 그리하면 그것이 더 이상 당신을 건드리지 못하게 됩니다.

Q: 우리가 진정으로 그것을 보게 된다면 그 해방감은 너무나도 큰 것이어서 마치 섹스를 한 후에 느끼는 해방감 같겠군요.

Lester: 그것보다 훨씬 훨씬 더 큰 것입니다.

당신에게 무슨 증명서라도 가져다 줘야겠군요. (웃음)

Q: 만약 우리가 무언가에 대한 욕망을 내려놓는다면 그것이 여전히 찾아올까요?

Lester: 아니오. 욕망이 그것을 불러일으키는 원인입니다.

당신은 정신적으로 욕망을 되돌림으로써 카르마를 정신적으로 되돌릴 수 있습니다.

카르마는 잠재의식에 남아 있는 욕망이 원인입니다.

욕망을 내려놓으면 그것에 관한 모든 생각을 내려놓는 것이죠.

만약 당신이 무의식 속의 모든 욕망을 없앤다면 카르마의 씨앗이 거기에 더 이상 없는 겁니다.

이것이 카르마를 되돌리는 가장 빠르고 좋은 방법입니다.

당신이 카르마를 없애려 한다면 정신적으로 그렇게 하십시오.

왜 그것을 되풀이해서 겪고 또 겪으면서 고통을 받으시니까?

만약 당신이 정신적으로 렛고우한다면 당신은 그것들을 영원히 렛고우할 것이고 그것들을 다시 경험할 필요가 없습니다.

예수가 말했듯이 “누구나 마음으로 여인을 탐한 자는 이미 그 여인을 범한 것”입니다.

행동은 마음에서 일어납니다.

우리가 가지고 있는 모든 부정적인 생각과 나쁜 생각들이 우리가 좋아하지 않고 나쁜 카르마라고 부르는 것들을 만들어 냅니다.

사람들이 이걸 알기만 하면 될 텐데요!

우리가 행동으로 옮기건 옮기지 않건 그건 문제가 안됩니다.

그 씨앗은 생각 속에 뿌려지는 것입니다.

우리가 지금 경험하는 것은 과거에 우리가 경험한 것에 의해 결정되어 집니다.

이것이 보상의 법칙 혹은 카르마입니다.

환생의 사이에 우리는 다음 라운드에서 어떠한 것을 경험하게 될지 특정한 부분을 선택합니다.

우리는 비슷한 상황을 셋팅한 후에 다음 라운드에서는 그것들을 초월할 수 있기를 기대합니다.

당신은 항상 다음번 기회를 가질 수 있습니다.

끝도 없이 무한정으로 말입니다.

나쁜 카르마는 우리를 너무나도 부정적인 고통에 얽매이게 하기 때문에 우리

는 나쁜 카르마를 좋은 카르마로 바꾸고자 합니다.
하지만 이것은 결국 쇠로 된 사슬 대신에 황금으로 된 사슬에 얽매이는 것일 뿐입니다.
자유란 카르마를 넘어서 있는 것입니다.
우리가 성장할 때마다 우리를 테스트하는 어떤 일이 일어납니다.
실제로 일어나는 것은 우리가 무의식적으로 더 많은 카르마를 좀 더 활성화시키는 것인데 왜냐하면 우리는 더욱 강해졌고 그것을 마주할 수 있게 되었기 때문입니다.
카르마란 무의식적으로 진행되고 있는 과거의 습관적인 생각의 덩어리에 불과합니다.
카르마는 당신을 통해 흐르는 모든 무의식적인 생각들의 복합체입니다.
이 생각들을 없애버리세요.
마음을 완전히 고요하게 하면 거기에 카르마는 없습니다.
카르마가 어디에 있을까요?
그것은 환상의 세계 속에 있습니다.
카르마와 같은 것은 정말 코미디쇼와 같은 것입니다.

카르마는 우리를 속박합니다.
우리가 다른 사람을 비판할 때 우리 스스로 상처를 입습니다.
왜냐하면 카르마가 우리에게 되돌아오기 때문이죠.
카르마에서 벗어나는 가장 빠른 방법은 성장하는 것입니다.
카르마와 환생은 환상에 속하는 부분이지 진실에는 그러한 부분이 없습니다.
과거의 모든 생은 현생에 들어오지 않는데 이 비실재의 환상이 보다 더 실재처럼 보이게 하기 위해서입니다.
그냥 카르마를 받아들이세요.
당신이 그것과 맞서서 싸울 수 있다고 생각하는 것은 그것을 허용하는 것과는 반대됩니다.
만약 당신이 그저 그것을 허용한다면 당신의 두려움, 좌절, 긴장, 비참함 등등이 경감될 것이고 카르마를 피하려고 애써으로써 오히려 그것을 붙드는 것을 더 이상 그만 두게 될 것입니다.
당신이 카르마에 대해서 어떻게 할 수 있는 게 아무것도 없기 때문에 그냥 내버려 두세요.
이 몸은 경험해야 할 모든 것을 경험할 것입니다.
이것을 이해하시고 진정한 당신으로 -자유로움으로 머무세요.

당신은 이 몸이 경험하게 될 것을 바꿀 수가 없습니다.
그것은 당신의 이전의 행동에 의해서 결정되었습니다.
하지만 당신은 그 몸이 아니라 참자아이길 선택할 수는 있습니다.
에고는 자신에게 자유의지가 없다는 말을 듣기를 싫어합니다.
하지만 에고 그 자체가 바로 카르마의 부산물이잖아요?
카르마를 자세히 살펴본다면 당신은 카르마와 운명은 하나이고 같은 것이란 걸 알게 될 것입니다.

행위의 결과에 아무런 관심을 가지지 않는 행위는 카르마를 낳지 않습니다.
만약 집착과 싫어함이 없이 행위 한다면 어떤 카르마도 만들어지지 않습니다.
당신이 일단 무집착의 상태에 도달하기만 한다면, 당신은 이 세상을 즐길 수가 있고 어떠한 카르마를 낳지 않고서도 행위를 할 수가 있습니다.
우리가 좋고 나쁜 카르마를 넘어서 나아갈 때 우리는 우리의 진정한 참자아로 움직여가고 있는 것입니다.
카르마란 지극히 제한되어 있는 상태인데 어떻게 무한한 존재가 카르마에 속박될 수가 있을까요?
카르마를 어떻게 하려 하지 말고 카르마를 넘어가세요.
모든 것은 마음에서 일어나는 것일 뿐이며 우리 자신이 마음이 아니라는 것을 깨달을 때 카르마는 끝이 납니다.
모든 카르마를 없앨 수 있는 한 가지가 있습니다.
참자아가 되세요!
이 몸이 하는 모든 행위는 당신이 태어나기 전에 이미 정해놓은 것입니다.
당신이 가지고 있는 유일한 자유는 스스로를 이 몸과 행위와 동일시하느냐 그렇지 않느냐 하는 것입니다.
어떤 배우가 연극 무대에서 왕을 연기하든 거지를 연기하든 그는 그 등장인물이 아니기 때문에 조금도 영향을 받지 않습니다.
이와 똑같이 우리는 이 세상에서 각자의 역할을 연기해야 합니다.
그리고 우리가 왕이든 거지이든 우리는 거기에 조금도 영향을 받지 않아야 합니다.
왜냐하면 우리는 연극의 등장인물이 아니라 장엄하고 영광스러운 존재 즉 우리의 무한한 참자아이기 때문이죠.

34. 탐구 명상

명상의 가장 주요한 목적은 마음을 고요하게 하는 것입니다.

우리가 한 가지 생각에 관심을 가지고 있을 때 다른 생각들은 점점 떨어져 나갑니다.

하루 중에 일어나는 생각들 - 그가 나에게 했던 일. 그녀가 나에게 했던 일. 내가 했어야 했던 일. - 이런 모든 생각들은 무의식 차원에서 활동하고 있습니다.

우리가 한 가지 생각에 머물 때 이러한 무의식적인 생각들은 고요해집니다.

그들은 뒷배경으로 떨어져 나가고 이것이 마음을 고요하게 합니다.

여기서 보듯이 마음을 고요하게 하는데 있어서 가장 중요한 것은 관심입니다.

당신이 어떤 무언가에 매우 큰 관심을 가질 때면 다른 나머지 생각들을 넘어서게 됩니다.

이처럼 만약 우리가 강렬한 관심을 가지고 알기를 원한다면, '나는 누구인가? 이 세상은 무엇인가? 세상과 나의 관계는 무엇인가?' 이런 질문에 대한 대답을 얻기를 진정으로 강렬하게 열망한다면 다른 생각들은 떨어져 나가고 마음은 매우 집중될 것입니다.

그리하면 대답은 저절로 모습을 드러낼 것입니다.

그것은 안으로부터 옵니다.

대답은 항상 거기 그 자리에 있었습니다.

다만 생각들이 고요해짐으로써 우리가 그것을 볼 수 있게 된 것입니다.

대답이 항상 거기에 있었고 참자아인 앎의 영역에 있었다는 것일요.

처음 출발은 대답을 얻고자 하는 강렬한 열망이었습니다.

그 열망이 강할 때 우리는 대답을 얻게 됩니다.

그 때문에 인간의 위기가 신의 기회가 된다, 라고 하는 말이 있는 것이죠.

극한의 고통이 우리로 하여금 거기서 빠져나오고자 하는 열망을 너무나도 강하게 만들어서 우리는 우리의 마음을 집중하여 그 대답을 발견할 수가 있게 됩니다.

처음 제가 탐구를 시작했을 때 나는 <생각>이 나에게 대답을 줄 수 있을 거라 생각했습니다.

저는 누구 못지않게 활동적인 마음을 가지고 있었죠.

하지만 전 그 당시 막다른 곳에 봉착해 있었습니다.

2번째 심장마비가 일어났고 의사들은 나에게 더 이상 가능성이 없다고 했죠.

아마 얼마 살지 못하게 될 거라고 말을 했기 때문에 나는 어떻게든 답을 찾아

야만 했습니다.

나의 마음이 다른 대부분의 사람들의 마음보다 더 활동적이기도 했지만 대답을 찾겠다는 엄청난 열망이 나로 하여금 오로지 하나의 질문에만 집중하게 했습니다.

그 외에 모든 것은 사라졌습니다.

이러한 집중이 그것을 이루어냈습니다.

제가 처음 탐구를 시작했을 때 저는 아무런 형이상학에 대한 지식이 없었고 어떻게 해야 할지도 몰랐습니다.

실제로 저는 모든 종교나 형이상학은 말도 안 되는 헛소리이고 동화 같은 이야기를 믿는 나약한 인간들을 위한 것이라 생각했습니다.

하지만 내가 대답을 얻어야만 한다는 너무나도 강렬한 열망이 있었기에 대답은 매우 빨리 나에게 왔습니다.

3개월 만에 저는 물질주의자라는 극단에서 물질은 아무것도 아니고 오로지 정신뿐이라는 완전히 반대의 극단으로 바뀌었습니다.

답을 얻고자 하는 열망이 너무나 강했기 때문에 비록 나의 마음은 누구보다 더 시끄러운 마음 중 하나였지만, 대답이 나에게 찾아오기 시작했어요.

나는 자동적으로 삼매와도 같은 것에 빠지기 시작했습니다.

나는 너무나도 강렬하게 질문에 집중했기 때문에, 세상을 잊게 되었고 몸이 있는지도 잊어버리고 오로지 순수하게 하나의 생각만을 의식했고 오로지 그 생각만이 이 우주에서 유일하게 존재하고 있는 듯 했죠.

그것이 생각과 생각하는 자가 하나가 되는 몰입입니다.

한 가지의 생각을 제외한 나머지 모든 것들에 대한 생각을 잃게 되는 것이죠.

그것은 마음이 매우 집중된 상태이고 그 대답은 항상 거기에서 발견됩니다.

나는 처음에 “행복이란 무엇인가? 인생이란 무엇이지? 내가 원하는 게 뭔가? 어떻게 하면 행복해질까?”라는 생각으로부터 시작했습니다.

나는 행복이란 내가 사랑할 수 있는 능력에 달려 있다는 것을 발견했습니다.

나는 내 삶을 돌아다보았고 내가 가족들과 친구들에게 매우 사랑받았다는 것을 알았지만 여전히 행복하지 못하다는 사실을 알았습니다.

그것을 알아차리고는 계속 나아가서는 나는 나의 사랑할 수 있는 능력이 나에게 행복을 가져다준다는 것을 깨달았습니다.

그 다음 질문은 “지성이란 무엇인가?”라는 것이었습니다.

나는 ‘아하! 알겠어’라고 할 수 있을 때까지 밀어붙였습니다.

이 우주에는 단 하나의 지성이 있고 우리 모두는 그것에 직접적으로 연결되어

있었습니다.

그리고 난후 나는 나에게 일어나는 모든 일에 대해서 내가 책임이 있다는 것을 알게 되었습니다.

창조된 모든 것들은 내가 창조한 무언가였죠.

마침내 나는 “나는 누구인가?”라는 질문을 대답이 스스로 나타날 때까지 붙들고 있었습니다.

이러한 과정이 3개월간 계속되었고 나는 내가 끝까지 갔고 전체적인 그림을 보았다고 믿게 되었습니다.

나는 이러한 주제에 관해서는 아는 바가 전혀 없었습니다.

나는 어디로 가야할지 어떤 길을 가야할지를 몰랐지만 나는 정말 알고 싶었습니다. “나는 누구인가? 이 세상은 무엇인가? 이 세상과 나의 관계는 무엇인가?”

당신은 온 세상이 당신일 뿐이라는 것을 발견하게 될 것이고 당신을 제외하고는 어떤 것도 있지 않았다는 것을 알게 될 것입니다.

왜냐하면 오직 하나만이 있고 그것은 바로 당신이기 때문입니다.

하지만 그것이 마지막 상태는 아닙니다.

당신은 거기서 빠져나오게 되고 여전히 마음이 어느 정도 남아 있습니다.

당신은 더 이상 당신을 조종하는 마음이 없을 때까지 다시 탐구의 명상으로 들어가게 됩니다.

당신이 생각의 습관들 마음의 경향성들을 모두 없앴을 때 당신은 자유롭습니다. 그리하면 당신은 당신의 마음을 사용할 수가 있고 당신이 마음의 주인이고 감독이 됩니다.

더 이상 마음이 당신을 결정하는 것이 아니라 당신이 마음을 결정합니다.

현재 우리는 90% 이상의 시간을 무의식적인 마음에 조종당하고 있습니다.

Q: 그것은 의식적 마음과 무의식적 마음 둘 다인가요?

Lester: 글썄요. 의식적인 마음은 쉽게 컨트롤 할 수가 있지만 무의식적인 마음은 쉽게 볼 수가 없어요.

그 부분은 우리가 우리의 생각들을 보지 못하게 하고 그것들이 자동적으로 작동하도록 설정한 메카니즘이 있습니다.

우리는 이러한 메카니즘을 우리의 몸에 적용시켰고 그래서 몸은 저절로 작동을 하고 있죠.

그리고 지금 현재 우리가 관심을 가지고 있는 생각들을 제외한 나머지 모든

생각들에도 이러한 메카니즘을 적용하고 있습니다.

Q: 왜 우리는 지금 현재 관심 있는 생각을 제외한 나머지 생각들에 그런 메카니즘을 적용한 것이죠?

Lester: 왜냐하면 우리는 생각을 제일 첫째로 놓고 싶지 않았기 때문입니다.

그래서 우리들은 생각들을 뒤로 물러나게 한 것이죠.

우리는 생각이 없을 때 가장 행복합니다.

때로 당신이 손으로 뭔가를 작업할 때 매우 행복한 것을 느낀 적이 있을 겁니다.

왜 그럴까요?

생각들이 잠잠해졌기 때문이죠.

Q: 그리하면 우리의 마음은 그 당시에 고요해지고 혹은 무의식적인 차원에서는 움직이고 있는 것인가요?

Lester: 글썄요.

의식적 차원에서 그렇고 심지어 무의식적인 차원에서도 더욱 고요해진 거죠.

우리가 진정으로 생각들을 원하는 것은 아닙니다.

생각들은 우리를 불행하게 만드는 겁니다.

심지어 행복한 생각들조차도 우리를 불행하게 만드는데 왜냐하면 우리가 뭔가를 즐기고 있는 동안 우리는 이 즐거움을 유지하고자 하는 생각을 하는데 이 건 이 생각이 지속되지 않으리라는 것을 우리가 알고 있기 때문이죠.

기쁨의 생각은 그것이 영속적이지 않으리라는 생각을 동시에 불러일으킵니다.

기쁨의 생각조차도 제한된 것이니까요.

진정으로 행복한 상태는 생각을 벗어난 상태입니다.

그것은 얕의 상태이고 생각 너머의 상태입니다.

우리는 처음에 명상이라는 주제로 이야기를 시작했어요.

명상은 몇 년의 세월 동안 명상을 해온 많은 사람들의 마음에는 어떤 의문거리인 것처럼 보입니다.

명상에서 가장 좋은 타입은 질문을 가지고 하는 명상입니다.

당신이 아무런 의문 없이 그저 기분 좋은 고요한 상태로 떨어져 들어간다면 기분이야 좋겠지만 참지식을 얻게 되는 데에는 아무런 진보가 없습니다.

Q: 단지 고요해지는 것만으로는 아무런 진보가 없다는 것인가요?

Lester: 당신이 고요한 상태로 움직여 갈 때 진보가 있습니다.

그리고 고요한 상태는 생각으로 시끄러운 상태보다 더 좋은 상태이지요.

그런 의미에서 그것은 한걸음 더 나아간 것입니다.

그러나 우리에게 지금 문제가 되는 것은 무지라 불리우는 것입니다.

우리는 우리가 무한한 존재라는 사실에 대해서 현재 무지합니다.

그러한 무지를 없애기 위해서는 우리는 우리 자신의 무한함에 대한 참지식을 필요로 합니다.

그래서 우리가 명상 안으로 들어가서 평화로움 고요함 속에 들어가는 것은 좋은 일이긴 합니다.

그러나 거기서 멈추진 마십시오.

그리고 대답을 얻으십시오.

그 대답들을 얻기 위해서 먼저 고요해지는 것은 필요한 일입니다.

오직 “나는 무엇인가?”라는 질문에 대한 대답만이 우리를 최고의 상태에 이르게 합니다.

아주 쉽습니다. 그렇지 않은가요?

그러니 우리가 가장 빠른 길을 택하고자 한다면 우리는 먼저 “나는 누구인가?”라는 질문으로부터 출발해서는 마침내 대답을 얻게 되는 거죠.

나는 이 의문을 명상과 결합시키고자 합니다.

더 빠른 성장을 위해서 명상은 의문과 함께여야 합니다.

이 점에서 박타(역주 : 박티요가 수행자. 신이나 스승에 대한 헌신을 위주로 하는 요가 행자)들보다는 즈냐니(역주 : 즈냐니 요가 수행자. 知요가라고도 하며 지적인 의문과 명상을 통해 수행하는 요가 행자. 니사르가다타 마하라지도 즈냐니이며 아드바이타라는 불이원론으로 수행을 삼음)들이 유리한 것이죠.

순복과 헌신은 우리를 좋은 기분으로 이끌고 그것으로도 좋은 것입니다.

하지만 즈냐니는 한걸음 더 나아갑니다.

그는 말하죠. “좋아. 여기서 멈추진 마. 대답을 찾아보자구.”

우리가 우리 자신이 누구인지와 무엇인지를 충분히 알 때만이 우리는 이 길의 끝에 도달하게 되는 겁니다.

그러니 명상을 하는 가장 빠르고 좋은 방법은 의문을 제기하고 마음을 고요히 하여서 그 대답이 스스로 나타날 때까지 고요하게 있는 것입니다.

그리하면 다음 단계로 자연스레 나아가서 대답이 거기에 있는 것이죠.

Q: 우리가 만약 스스로가 그다지 발전이 없다는 것을 알게 된다면 “무엇이 나를 붙들고 있는가?”라는 의문을 가지고 하는 것도 괜찮나요?

Lester: 물론이죠. 아주 좋습니다.

Q: 제 생각에는 선생님께서는 이쪽에 대해서 많은 지식이 그다지 없으셔서 훨씬 더 쉽게 해내신 것처럼 보입니다만.

Lester: 맞습니다. 그 점에서는 제가 아주 운이 좋았죠.

왜냐하면 이런 주제에 관한 지적인 지식은 방해물이 되거든요.

예고는 실제적인 체험보다는 그것에 대한 지적인 지식을 꾸며내고는 그것으로 대체하죠.

제가 이 분야에 대해서 지식이 없었던 것은 아주아주 운이 좋았던 거죠.

Q: 그리고 선생님께서는 다른 사람들이 생각하는 것처럼 이것이 무지무지 어렵다라고 하는 생각도 전혀 알지 못하셨던 거구요.

Lester: 그렇습니다.

하지만 당신이 나에게 무슨 말을 하는지 아는 것은, 다른 이로 하여금 지적인 지식의 장애물을 놓아 보내는데 도움을 줄 수가 있죠.

저는 당신을 이 방향으로 찢러댁니다. 그러지 않은가요?

저는 이렇게 말합니다. “어떤 것도 믿지 마세요. 처음부터 시작하세요. 당신이 하나하나 스스로 입증함으로써 자신의 굳건한 지식을 쌓으세요.”

모든 사람이 이렇게 해야만 합니다.

Q: 다른 누군가의 경험을 그냥 받아들일 수는 없는 건가요?

Lester: 그렇습니다.

당신은 다른 사람에게 들은 것을 가지고 작업을 할 수도 있지만 유일하게 쓸모 있는 것은 오직 당신이 경험한 것입니다.

운전을 배우는 것을 비유로 설명해드리죠.

만약 제가 운전 교습서를 한편 읽고서는 시동을 걸고 기어를 바꾸고 하는 등을 알고 있다고 한다면 제가 진정으로 운전하는 법을 아는 것일까요? 아니죠.

제가 실제로 운전을 하는 경험을 하기 전까지는 제가 운전을 할 수 있는 것이

아닙니다.

우리가 가는 이 길에서도 마찬가지입니다.

우리는 모든 것을 경험해야만 합니다.

우리는 마땅히 위대한 스승들이 말한 것이 사실이고 그들이 경험한 것이라고 하는 태도를 견지해야만 합니다.

하지만 당신은 그것을 스스로 확인하고 입증해야만 합니다.

가장 기본적인 진실은 오로지 하나의 실재만이 있다는 것입니다.

오직 하나의 절대적인 진리가 있고, 그것은 모든 우주가 바로 신이라는 것이고 그보다 더 좋은 것은 그것이 우리 자신의 참자아에 지나지 않는다는 것입니다. 신은 우주 공간 저 멀리에 있다고 생각할 수도 있겠지만 나 자신의 참자아는 바로 여기에 있습니다.

내가 아는 무언가이고, 내가 인식할 수 있는 것이며, 바로 나 자신의 참자아인 것입니다.

그러므로 참자아를 신으로 아는 것은 신을 저 멀리 우리와 떨어진 곳으로 두는 것보다 더 실제적인 것입니다.

하지만 우리 각자는 밑바닥에서부터 시작하여 이 모든 것을 스스로의 힘으로 입증해야만 합니다.

증거가 우리에게 다가올 때 더 많이 오면 올수록 우리는 더욱더 받아들일 것이고 마침내 우리는 모든 것을 경험할 것입니다.

명상에 대해서 좀 더 이야기 할까요?

Group: 네.

Lester: 명상에 도움이 되는 모든 방법들은 마음을 고요하게 하는 것입니다.

만약 명상하는 것이 어렵다면 챗팅을 함으로써 준비 작업을 할 수도 있습니다.

챗팅은 우리의 마음을 챗트 그 자체에 두게 함으로써 하루 일과 중에 일어난 일들에 대한 생각들을 떨어뜨리고 마음을 고요하게 할 수가 있습니다.

운동을 하거나 특정한 요가 아사나를 함으로써 똑같은 것을 할 수도 있습니다.

도움이 되는 것은 어떤 것이든 좋습니다.

가장 기본적인 것은 마음을 고요하게 하는 것입니다.

사랑을 하는 것은 마음을 더욱 고요하게 해줍니다.

우리가 우리의 무한함을 보지 못하게 가로막는 유일한 것은 바로 마음입니다.

마음이란 것은 또한 한계 지우는 생각들의 집합에 불과한 것이죠,

그리고 명상을 할 때 우리는 마음을 고요하게 하여서 우리가 이 무한한 존재임을 볼 수 있도록 하는 것이죠.

명상은 수동적인 것이 되어서는 안 됩니다.

우리가 명상을 할 때 우리의 마음을 단순히 공백 상태로 만들려 해서는 안 된다는 것입니다.

명상이 최선의 결과를 가져오기 위해서는 항상 의문과 함께 해야만 합니다.

우리가 더 많이 명상을 연습할수록 이것은 점점 더 쉬워집니다.

진실로 깊은 통찰을 얻기 위해서는 가속도가 필요합니다.

명상이 이 세상의 어떤 것보다 즐거운 것이 된다면, 우리는 명상에 대한 열정과 바람으로 명상에 들어갈 것이고 우리는 더 이상 기다릴 수가 없게 됩니다.

그런 가속도가 붙게 되면 마음은 점점 더 고요해져만 갈 것이고 마침내 무한한 존재가 스스로 분명하게 드러나게 될 것이고 우리는 웃음을 터트릴 것입니다.

Q: 한 가지 질문이 있는데요.

손에 집중하는 것이 마음을 고요하게 하는데 도움이 될까요?

저에겐 그렇게 보이거든요.

Lester: 도움이 된다면 좋습니다.

Q: 그게 방해되지 않을까요?

Lester: 오! 아닙니다. 우리가 집중할 수 있는 센터들이 몇 개 있어요.

좋은 센터는 눈썹 사이에 있는 여기죠.

여기에 집중하면 당신의 마음과 몸이 떨어져 나가는데 도움이 됩니다.

이곳은 제 3의 눈. 아스트랄의 눈. 영안입니다.

우리가 이곳에 도달할 때 우리는 아래의 센터들로부터 끌어올려집니다.

어떤 사람들은 하트 센터를 더 좋아하기도 하죠.

하지만 도움이 된다면 어디든 좋습니다.

Q: 저는 제 3의 눈에 집중하곤 했습니다만 지금은 "나"를 하트 센터에까지 아래로 가라앉게 합니다.

Lester: 하트 센터는 아주 좋은 곳입니다.

왜냐하면 그곳은 느낌의 센터이고 느낌은 생각보다 참자아에 더 가까운 것이

기 때문입니다.

당신의 영적 배경에 따라 달라질 수 있는 거예요.

만약 당신이 탐구의 요가(vichara jnani)를 행하는 사람이라면 아마도 하트 센터가 되겠지만 왼쪽이 아니라 오른쪽이 될 것입니다.

(역주 : vichara jnani는 탐구의 요가인데 여기서는 아트만이 오른쪽 하트에 머문다는 라마나 마하리쉬의 설명에 따른 것으로 보입니다.)

만약 당신이 라자 요가를 행하는 사람이라면 제 3의 눈이 되겠죠.

제가 집중을 말할 때면 그것은 어떤 장소를 의미하는 건 아닙니다.

그것은 대답을 얻기를 원하는 것에 관한 것입니다.

질문의 대답을 구하는 것에 집중하세요.

Q: 저는 대답을 얻는다는 그런 개념이 없습니다.

저의 경우는 거기에 도달한다는 개념의 생각만 있습니다만.

Lester: 아시다시피 인생에 있어서 당신이 강렬하게 원하는 것은 무엇이든 이를 수가 있습니다.

이것은 누구에게나 적용되는 말이고 또한 어떤 영적인 길에서도 적용되는 말입니다.

다만 우리의 기쁨이 이 세상 속에만 있다고 하는 무의식적인 신념이 우리로 하여금 올바른 대답을 얻지 못하게 하는 거죠.

Q: 선생님이 말씀하실 때는 무지 쉬워 보입니다만.

Lester: 그것이 얼마나 쉬우냐를 결정하는 것은 당신이 얼마나 강렬하게 대답을 원하느냐입니다.

그것이 가장 중요한 점이죠.

35. 태도와 행위

우리의 일상생활에서 태도와 행위는 항상 성장을 위해서 의식적으로 사용되어야 합니다.

그렇게만 한다면 당신이 성장하고 있지 않은 때란 없을 것입니다.

이것은 꾸준하게 성장할 수 있는 뛰어난 방법입니다. 기억하세요.

자신이 성장하고 있지 않다면 그건 곧 뒤돌아가고 있는 겁니다.

모든 태도와 행위는 당신 자신과 다른 이들이 깨달음에 이르도록 하는 것이어야 합니다.

모든 존재에게 해를 끼치지 않는 태도를 가지시고, 그들이 당신이 원하는 대로 행동하기를 원하지는 마세요.

다른 말로 하자면 모든 존재들에게 사랑의 태도를 가지고 그들이 자신의 방식대로 존재하도록 허용하세요.

모든 행위에는 그것에 반대되고 동등한 반작용이 있습니다.

이것은 보상의 법칙 즉 카르마라고 불리웁니다.

일상의 고생스러운 노동은 당신이 그것을 당신이 알아야 할 필요가 있는 것을 배우는데 사용하지 않는다면 시간 낭비입니다.

적게 노동하고 참자아를 깨닫기 위해 더 많이 탐구한다면 올바른 방향에 들어설 것이고 삶은 더욱 쉬워지게 될 것입니다.

모든 태도나 행위는 한걸음 앞으로 나아가는 것이거나 뒤로 물러서는 것입니다.

참자아로 향하지 않는 모든 행동은 영속적인 환희를 가로막고 고통을 지속시키는 것입니다.

당신의 '인생의 목표'를 결정하세요.

그리고는 그것에 이르는 가장 빠른 길을 찾으세요.

모든 사람이 정확히 자신이 원하는 그것을 하고 있습니다.

다른 이들이 원하지 않는다면 우리가 그들에게 말을 하는 것은 옳지 않습니다.

다른 사람들과 사교하는 것에 시간을 낭비하지 마시고 그 시간을 깨달음에 이용하세요.

당신이 무엇을 믿건 안 믿건 그건 중요한 게 아닙니다.

당신이 무엇을 하느냐 하는 것이 정말 중요합니다.

당신이 하는 행위 중 성장과 직접적인 관련이 없는 것은 무엇이든 시간 낭비일 뿐입니다.

부정적인 것에 관심이 끌린다면 당신은 오직 부정적인 것들에만 관심을 가질

수 있을 뿐입니다.

결코 다른 이들을 평가하지 마세요.

다른 이들이 자신 스스로를 평가하도록 두세요.

“한번 해보겠어.”라는 것은 “할 수 없을 것 같은데.”라는 의미입니다.

그렇기 때문에 한번 해보는 것은 그저 한번 해보는 것 이상일 수가 없는 겁니다.

시도해보기 보다는 그저 하세요!

당신 스스로의 힘으로 해낼 수 없다면 어떻게 다른 사람에게 그것을 말해 줄 수가 있겠어요?

우리가 원인이 되지 않은 것은 그 어떤 것도 자신에게 일어나지 않습니다.

“난 할 수 없어.”라는 것은 “난 하지 않을 테야.”라는 것과 같은 말입니다.

어떤 일이든 할 수 있습니다.

서두르는 사람들은 걱정이 많은 사람들이고 걱정이 많은 사람들은 서두르기만 합니다.

모든 사람은 자기 자신에 관한 한 모두가 옳습니다.

당신이 더욱 상호관계의 법칙에서 행동한다면 당신은 더욱 그것을 자연스럽게 행할 수가 있을 겁니다.

칭찬은 파괴적입니다.

그것은 예고를 부추기고 강화시킵니다.

다른 이들을 위한 것이 아닌 생각과 행동은 속박과 한계를 낳고 맙니다.

행동보다는 어떠한 태도를 가지느냐가 훨씬 더 중요합니다.

사람에게 어떤 일이 일어나든 그것이 무엇이든 그것의 무게는 그것에 대한 태도에 달려있습니다.

어떠한 나쁜 일이 당신에게 일어났다면 오직 당신이 그 원인이라는 것을 아세요.

그러면 당신은 그것을 바꿀 수가 있습니다.

노력이란 것은 행하지 않음에 대한 변명입니다.

만약 두 사람이 싸우기를 원한다면 우리가 그들을 말려야만 할까요?

만약 그것이 두 사람 모두가 원하는 것이라면 그것은 그들에게는 옳은 것일 수도 있습니다.

시간을 아끼세요.

당신이 필요한 것에만 시간을 쓰세요.

당신의 필요를 넘어서는 것들을 창조하느라 시간을 허비하지 마세요.

당신의 시간을 언제나 새로운 기쁨 환희를 찾는 것에 쓰세요.

그리고 낮이든 밤이든 영원한 축복의 평온에 머무세요.

의존한다는 것은 성장에 있어서 치명적인 것입니다.
의존하는 관계란 당신이 스스로의 힘으로 생각하도록 허락하지 않습니다.
그것은 당신이 다른 누군가에게 의지해야 한다는 것을 인정하는 것이고 당신의 무한함을 보지 못하도록 합니다.
복종한다는 것은 다른 이들의 인정을 얻기 위해 그들이 하는 일을 하는 것이고 의존하는 것입니다.
스스로의 힘으로 서는 사람은 항상 별종이고 사회로부터 이해받지 못합니다.
당신의 내적 동기로부터 하는 모든 것은 당신이 성취한 당신의 내적인 존재의 상태로부터 나온 것입니다.
모든 행위는 의례 행위입니다.
당신은 사람들의 말 뒤의 의미를 읽어야 합니다.

세상에서의 삶은 오직 2가지로만 이루어져야 합니다.
우리가 성장하도록 도움을 주는 것과 다른 이가 성장할 수 있도록 도움을 주는 것 말입니다.

슬픔이란 우리가 '무언가를 해낼 수가 없다'라고 하는 느낌에서 나온 것입니다.
우리가 뭔가를 해낼 수 있다고 느낄 때 우리는 아무런 슬픔을 가지지 않습니다.
우리의 생각은 "오! 난 할 수 없어. 내가 무슨 힘이 있겠어."라는 생각보다는 그것을 행하는 것으로 향해야 합니다.
만약 당신이 할 수 있다고 생각한다면 당신은 더 이상 울지 않을 것입니다.
당신이 그것을 할 수 있다고 결심한다면 당신은 울 필요가 없습니다.
슬픔에 굴복하지 않는 것이 좋습니다.
슬픔이 찾아오면 당신이 할 수 있다고 확신함으로써 슬픔을 돌려보내십시오.

실수라는 것은 없습니다. 우리가 그렇게 했습니다.
우연이란 것도 없습니다. 우리가 그렇게 행동한 것입니다!
당신은 다른 이들의 약한 점을 강화시켜서는 안 됩니다.
그것은 부메랑처럼 되돌아오니까요.
다른 이에게 주는 어떠한 충고라도 그것은 카르마적으로 되 돌아옵니다.
당신이 무언가를 설명하려하면 그것을 다른 이의 관점을 통해서 설명해주세요.
당신이 받아들이는 것이 당신의 일부분이 됩니다.
오직 당신만이 당신의 성장을 위해 무언가를 할 수 있다는 것을 알게 되는 것은 당신의 성장을 매우 빠르게 해줍니다.

나쁜 것이란 없습니다.

그저 집으로 돌아가는 길에서 실수를 조금 하는 것뿐입니다.

남에게 주는 충고란 신처럼 굴고자 하는 예고의 게임일 뿐입니다.

겉으로 보이는 것은 그 사람의 보는 눈에 따라 다릅니다.

불쾌한 눈으로 보이는 것은 모두가 불쾌합니다.

정신적인 눈으로 보이는 것은 모든 것이 정신적입니다.

만약 참자아의 눈으로 보게 된다면 그 눈은 무한한 것이고, 보이는 모든 것은 당신의 무한한 참자아가 될 것입니다.

어린이에 대한 태도나 어른에 대한 태도는 동등해야 합니다.

행위는 일반적입니다.

우리는 이 사람에게는 이렇게 행동하고 저 사람에게는 저렇게 행동하지 않습니다.

우리가 하는 모든 것은 자신의 기본적인 동기에서부터 나오는 것입니다.

그러므로 우리는 모든 상황에서 비슷하게 행동하는 것이죠.

오직 자유로운 사람만이 그렇게 하지 않습니다.

바로 그 때문에 그는 다른 이들에게 수수께끼 같은 사람처럼 보입니다.

당신의 세상에 대한 태도는 당신이 부모님에게 어떻게 하느냐와 똑같습니다.

다른 사람들의 경험을 이용하지 못하는 사람은 바보입니다.

다른 이들의 경험으로부터 배우는 사람은 현명한 사람입니다.

어떤 것에 대한 태도는 당신이 그것을 축복하거나 혹은 저주하거나 일 것입니다.

우리는 긍정적이든 혹은 부정적이든 자신의 감정에 대해서 확인을 받고 싶어 합니다.

그보다는 진실을 추구하는 것이 훨씬 더 좋습니다.

아무리 비열한 사람이라도 당신이 그를 전적으로 믿어준다면 그는 당신에게는 정직할 것입니다.

변명을 해대는 사람은 자신을 비난하고 있는 것과 같습니다.

당신을 방어하려 하지 마시고 바꾸세요!

동정심이란 누군가가 '자신이 고통 속에 있다는 것'을 지지해주는 것에 불과합니다.

하지만 자비심이란 그를 이해해주고 그에게 최선의 것을 의도해주는 것입니다.

만약 사람들이 동정심이 사랑이라고 생각을 한다면 그렇게 생각하도록 허용해 주세요.

그들이 동정심을 원할 때 당신이 해야 할 일이란 없습니다.

당신은 그들에게 동의하진 않겠지만 그냥 그들이 원하는 대로 허용하십시오.

무언가가 복잡하게 보인다면 이해가 부족하기 때문입니다.

긴장이란 서로 다른 두 장소에 동시에 가기를 원하기 때문에 일어납니다.
의심을 하는 것은 그것이 당신으로 하여금 무언가를 증명할 수 있도록 하기만
한다면 좋습니다.
집착이 없는 것이 행복으로 가는 길입니다.
세상의 것들을 잘 돌보면서도 마음 깊은 곳에서는 그것들에 속박되지 마세요.
그것들을 그저 잠시 빌려 쓰는 것이라 생각하세요.
그리고 감사하는 마음으로 사용하면 됩니다.
세상의 의무를 봉사하는 마음으로 행하세요.
그렇지 않다면 당신은 당신 자신과 의식, 당신의 성장을 제한하게 될 것입니다.
당신이 세상에서 일을 할 때 그것의 결과물에 신경을 쓰지 마십시오.
좋은 결과라면 O.K입니다. 나쁜 결과라면 그것도 O.K입니다.
결과가 어떻든 그것은 중요하지 않습니다.
당신이 무슨 일을 하든 그것에 집착하지 않고 싫어하지도 않는다면 당신은 이
세상을 초월하게 될 것입니다.
행동이 구속을 낳는 게 아니라 행위자라는 느낌이 구속을 낳습니다.
당신을 행동의 행위자라고 잘못 동일시하는 것이 속박을 낳는 원인입니다.
우리가 자신의 참자아를 기억하고 있는 한 이 세상에서 무슨 일을 하든 상관
이 없습니다.
만약 당신의 관심이 신에게 있다면 당신은 오로지 신에 관한 이야기만 합니다.
만약 우리가 신에게로 가는 길에 있다면 우리는 신이나 혹은 생활에서의 필수
적인 것들 이외에 다른 것에 관한 이야기를 안 할 것입니다.
신에 관한 이야기를 하지 않는다면 당신은 아래쪽으로 내려갈 것입니다.
당신이 신에 관한 이야기가 아닌 다른 이야기를 할 때마다 당신은 반대쪽으로
향하고 있습니다.
당신이 하는 말이 무엇이든 당신을 방해해서는 안 됩니다.
당신을 방해하는 것은 당신의 밖에 있는 게 아니라 당신의 내면에 있는 것입니다.
반대하는 것은 반대할 능력도 없는 것보다 훨씬 더 좋습니다.
가장 좋은 것은 반대할 것도 없이 모든 것을 받아들이는 것입니다.
감사함으로 가득한 것은 매우 기쁜 상태입니다.
항상 행복하고자 하십니까?
감사함의 상태에 있으세요.
아무런 의심도 없다면 당신은 무엇이든 할 수가 있습니다.
당신이 전적으로 신에게 의지한다면 아무런 의심이 없을 것입니다.
아무런 장애가 없음을 본다면 아무런 장애가 없을 것입니다.

의기양양해하는 사람은 필연적으로 의기소침하게 될 것입니다.
모든 사람이 당신의 친구가 되어야 합니다.
우리가 최고의 경지에 이르기 위해서는 모든 존재에게 동등한 마음을 가져야 합니다.
우리의 태도는 모든 생명에게 동일해야 합니다.
우리가 하는 행동의 거의 대부분이 신과 멀어지는 것입니다.
모든 것을 포용한다면 그 사람은 결코 속을 수가 없습니다.
우리가 할 수 없는 유일한 한 가지는 자신이 마스터라는 것을 포기하는 것입니다.
단지 우리가 맹목적으로 그렇게 할 뿐입니다.
우리는 눈먼 채로 다른 이들에게 우리를 상처 줄 수 있는 우리의 힘을 주고 있습니다.
선한 행동과 악한 행동에 대해서 토론하는 것은 당신이 좋은 환상 속에 있느냐 나쁜 환상 속에 있느냐 하는 것을 논하는 것과 같습니다.
환상이란 없다는 것을 깨달으세요!
당신의 이해가 높은 경지에 도달했을 때, 당신은 보고 듣고 읽는 모든 것들 속에서 진리의 확인만을 보게 될 것입니다.
세상과 떨어져 있다고 해서 그것은 고요함을 가져다주지는 않습니다.
생각에서 벗어나는 것만이 고요함을 가져다줍니다.
문젯거리들로부터 도망쳐서 벗어나는 것은 고요함이 아닙니다.
그것은 잠시 동안 문젯거리로부터 벗어나는 것이지만 결국은 다시 만나게 됩니다.
유일한 고요함은 내면에 있습니다.
어떠한 사람도 어떠한 것도 당신을 방해할 수 없는 그곳을 발견하세요.
가장 높은 자비심은 어떠한 자비심도 필요하지 않다는 것을 아는 것입니다.
올바른 행동은 완전하게 비이기적입니다.

당신이 할 수 있는 가장 위대한 2가지는 “나는 누구인가?”라는 질문을 붙들고 있는 것과, 행위자가 아니라 주시자가 되는 것입니다.
가장 위대한 행위는 그저 존재하는 것입니다.
존재함은 행함보다 더 뛰어난 것입니다.
그리고 행함은 소유함보다 더 높은 것입니다.
당신이 더욱 그저 존재할수록 당신은 더욱 더 자신이 세상이고 모든 사람이고 모든 것이라는 것을 깨닫게 될 것입니다.
당신이 더욱 많이 행동할수록 당신은 그 특정한 행동에 의해 더욱 제한되어질 것입니다.

당신은 그 특정한 행동을 하는 특정한 인물이 될 것이고, 이것은 무한의 영역에서 볼 때 지극히 작은 것입니다.

가장 위대한 행위는 무위의 영역이고 전체로 존재하는 것입니다.

마스터는 이 지구 위의 모든 존재들을 돕고 있습니다.

그가 모든 사람들을 마스터로 봄으로써 그 사람들이 마스터가 되는 것을 돕고 있습니다.

그러니 40억 명의 사람들을 마스터로 보는 것은 정말 위대한 행위가 아니겠어요? 만족한 사람은 아무런 행동이 필요 없습니다.

만족하지 않은 사람만이 무언가를 해야만 합니다.

실제로는 해야 할 일이란 없고 성취해야 할 것은 전혀 없습니다.

당신이 그것을 깨닫는다면 이미 이룬 것입니다!

가장 좋은 행위는 마스터가 하는 식으로 행동하고, 초연하고, 모든 것을 평등하게 보고, 행위자가 아닌 주시자로 있는 것입니다.

깨달은 상태에서, 자연스러운 그러한 상태에 머무십시오!

진정한 자신이 되세요! 참자아가 되세요!

만약 애쓰고 노력하려 하지만 앎는다면 당신은 그저 존재할 수 있습니다.

모든 행위는 예고가 없는 상태 혹은 참자아의 상태와 같은 것이어야 합니다.

변함없고 평등한 마음을 가지고 오직 참자아와 완벽함만을 보고 운이 좋은 것과 운이 나쁜 것에 같은 태도를 취하고, 모든 것과 하나가 되고 칭찬과 비난에 무관심하며 오직 참자아 안에서 기뻐하고 완전한 수용성과 겸손함을 가지고 행위자로 머물지 않고, 욕망 없음과 초연함 무집착과 절제의 상태로 있으십시오.

36. 욕망

욕망은 우리의 본연의 타고난 평화와 기쁨을 방해하는 것입니다.

욕망은 우리가 욕망을 충족시키는 것에 몰두하도록 만드는 것이고 결과적으로 우리의 본연의 타고난 행복으로부터 우리를 떨어져 나오게 합니다.

간단히 말해서 욕망은 행복의 걸림돌이고 모든 비참함의 근원입니다.

욕망을 내려놓을수록 마음은 동요하지 않게 되고 더욱 집중할 수가 있습니다.

마음이 더욱 집중될수록 우리는 더욱 자신의 참자아를 보거나 깨달을 수가 있습니다.

고요함은 예고의 '욕망의 소란스러운 요구'를 고요하게 해주고, 우리의 참자아를 볼 수 있도록 해줍니다.

홀로 있음이란 욕망이 없는 상태입니다.

욕망이 없음은 곧 고요함입니다.

우리가 욕망을 만족시키려고 할 때마다 우리는 더 강한 욕망을 만들어냅니다.

이렇게 되는 이유는 우리가 일시적인 즐거움이 -사실은 일시적으로 생각이 고요해짐으로써 참자아에 내재하고 있는 즐거움을 맛보는 것인데- 그 욕망의 대상을 충족시키는 것에 기인한다고 생각하기 때문에, 우리는 더욱 더 욕망의 대상을 원하게 되고 욕망을 헛되이 만족시키고자 하게 되는 것입니다.

하지만 이러한 만족감은 오직 생각으로부터 벗어나 고요해지는 것에만 있는 것이고 이 만족감은 바로 참자아에 내재하는 즐거움입니다.

모든 욕망의 즉각적인 충족은 당신의 참자아를 발견하는 것에 있습니다.

욕망은 바닥이 없는 웅덩이와 같아서 결코 채워질 수가 없습니다.

욕망이 세상을 이루고 있고 욕망 없음이 참자아-神을 이루고 있습니다.

욕망이란 참자아에서 오는 기쁨을 사물들이나 사람들을 통해서 이루고자 하는 것입니다.

마음은 원래 부족하다거나 뭔가가 필요하다는 생각을 만들어내기 마련이어서 마음을 흔들리게 하고 참자아를 가리게 됩니다.

욕망의 대상이 충족되면 마음은 고요해지게 되고, 우리의 참자아의 기쁨이 비로소 빛나게 되는데 우리의 마음은 이 기쁨이 대상에서 오는 것으로 착각하고서는 그 기쁨의 원천을 대상에서 계속 구하고자 합니다.

하지만 기쁨은 대상으로부터 얻어질 수가 없는 것이기 때문에 마음은 대상으로부터 더욱 더 기쁨을 구하지만 결코 만족할 수가 없습니다.

욕망은 모든 움직임의 원인이며 모든 평화의 방해자입니다.

욕망의 기본적인 메카니즘은 첫째로 우리가 결핍을 창조하고 그 부족함을 충족시키기 위해 필요한 어떤 것을 욕망하는 것입니다.

욕망은 생각을 만들어내고 그 생각들이 참자아를 뒤덮어서는 우리를 불행하게 만듭니다.

그러고서는 우리는 그 욕망을 충족시킴으로써 일시적으로 생각들을 고요하게 하여 그 불행함을 덜어내려고 합니다.

바로 이 생각의 고요함이 참자아를 가리는 덮개를 약간 없애주어, 참자아의 느낌을 약간 더 느낄 수 있게 되는데 우리는 이것을 기쁨이라고 부르는 것입니다. 우리는 어리석게도 그 기쁨 혹은 즐거움을 -참자아를 덮어 가리는 욕망의 생각들로 인한 고통을 경감시키기 위해 충족시키고자 하는 욕망의 대상인- 사물이나 사람의 덕택인 것으로 착각을 합니다.

바로 이렇게 기쁨과 즐거움을 사람이나 혹은 사물에 의한 것인 양 착각하기 때문에 그 욕망을 결코 충족시킬 수가 없는데 왜냐하면 기쁨은 사람이나 사물에 있는 게 아니기 때문이죠.

유일한 충족의 가능성은 바로 당신의 참자아 안에 굳건히 있는 것입니다.

욕망을 충족시키는 것은 일시적으로 부족함에 의해 한계 지워진 고통스러운 느낌을 렛고우한 것입니다.

이것에 대한 이해가 당신으로 하여금 '행복을 그것이 있지 않은 세상에서 구하고자 하는 헛된 충동'을 렛고우할 수 있게 도와줄 것입니다.

욕망이란 고요하지 못한 마음입니다.

당신이 누구인지를 깨닫는 것이 즉각적으로 모든 욕망을 충족시켜줄 것입니다. 우리는 오직 신만을 욕망해야 합니다.

욕망이란 결국은 비참함과 죽음으로 인도할 뿐입니다.

어떠한 욕망이든 결국은 타고난 본연의 고요함과 평화로움을 뒤집어 놓고 교란시킬 것입니다.

만약 우리가 어떠한 것에 대해 생각하기를 멈춘다면 그것에 대한 욕망이 사라져 버릴 것입니다.

당신이 욕망이란 것이 바람직하지 않은 것이란 걸 알게 되면 당신은 이제껏 경험했던 것보다 더욱 심오하고도 끊이지 않는 기쁨과 평화를 발견하게 될 것입니다.

욕망은 모든 불안과 동요의 시초입니다.

욕망이란 부자연스럽게 창조된 결핍의 생각입니다.

무지가 우주를 창조하고 욕망이 우주를 지탱하고 깨달음은 우주를 사라지게 합니다!

욕망이 없다면 한계 지워진 세상이나 우주는 없을 것입니다.

욕망이 모든 문젯거리의 근원입니다.

욕망이 우리를 압도하고 있다면 우리가 그것을 원했기 때문입니다.

누가 욕망에 의존하고 있나요?

만약, 욕망을 만든 것이 당신 안에 있는 것이라면 욕망을 꺼버릴 수 있는 것도 당신 안에 있습니다.

욕망을 더 많이 꺼버릴수록 욕망은 더욱 약해질 것입니다.

오직 성장하기만을 욕망하십시오.

모든 사람들이 결국은 궁극을 성취할 것입니다만 그것을 성취하고자 하는 욕망의 강렬함이 언제 그리고 얼마나 빨리 성취할 것인지를 결정할 것입니다.

만약 당신의 열망이 강하다면 당신은 오로지 그것만을 생각할 것이고 모든 의심들은 떨어져 나가버릴 것입니다.

욕망을 절대로 억누르지 마십시오. 대신에 욕망을 렛고우하십시오.

만약 당신이 욕망을 창조할 수가 있는 것이라면 그것을 창조하지 않을 수도 있습니다.

최악의 것은 어떠한 욕망이든지 간에 욕망을 억누르려 하는 것입니다.

욕망이 억압되면 바로 그 순간부터 그 욕망은 자신을 드러내려고 애를 쓰게 될 겁니다.

욕망을 자각하는 것은 우리가 욕망을 충족시키려 애를 써야 한다는 것이 아니라 욕망을 억누르려 해서는 안 된다는 것입니다.

신경증은 두 개의 대립되는 것을 원하는 것에 의해 생겨납니다.

하나는 의식적으로 또 하나는 무의식적으로 말이죠.

당신이 무의식적인 욕망을 의식적으로 만들 때 이 투쟁은 끝이 납니다.

하지만 당신이 만약 자신의 참모습을 알게 된다면 갈등이란 존재하지 않게 될 겁니다.

당신은 탐구를 통해서 이것을 해낼 수가 있어요.

부정적인 것을 이해해야만 할 필요는 없습니다.

긍정적으로 되는 것이 훨씬 더 좋습니다.

자신의 참자아가 되세요.

에고의 충족을 찾고자 하는 것은 사실은 부족함의 개념으로 인한 고통을 렛고

우하고자 하는 바람입니다.

어떠한 것이든 부족함이란 필연적으로 예고가 만들어내는 개념입니다.

무한한 존재가 되기 위해서는 우리는 욕망을 갖지 않아야 합니다.

왜냐하면 욕망이란 우리 자신에게 한계를 씌우는 것이기 때문입니다.

우리가 만약 뭔가가 필요하다고 생각한다면 우리는 우리 자신을 한계 지워진 존재로 생각하고 있는 셈입니다.

만약 당신이 모든 것을 가지고 있다면 그리고 당신이 바로 그 모든 것이라면 어떻게 무언가를 원할 수가 있겠어요?

당신은 당신이 어떤 것도 필요하지 않다는 것을 알게 될 것이고 당신은 삶을 살아가는 내내 당신에게 필요한 것이란 아무것도 없다는 것을 자각하게 될 것입니다.

당신의 태도가 달라진 것이죠.

이러한 태도와 함께 한다면 욕신이 필요로 하는 것은 무엇이든 즉각 충족되어 질 것입니다.

당신은 그것에 대해 생각할 필요조차 없어요.

당신은 즉각 보살핌을 받게 될 겁니다.

생각을 만들어내는 유일한 것은 욕망입니다.

단 하나의 욕망이라도 남아 있는 한 완전한 만족감에서 어긋남과 부족함이 있게 됩니다.

충족된 욕망은 그것이 무엇이든 영원히 사라져 버립니다.

깨달음에 이르는 쉬운 방법이 있습니다.

그냥 모든 욕망을 없애버리세요.

욕망을 넘어서는 한 가지 방법은 신에 대한 강한 욕망을 가지는 것입니다.

그리고 마지막에는 신에 대한 그 욕망마저도 없애버리면 바로 당신이 그것입니다!

아무리 사소한 것이더라도 예고의 모든 것은 당신의 자유를 억누르는 것이고

이것은 곧 모든 욕망이 당신의 자유를 억누르는 것이란 말과 같습니다.

욕망이 생각들을 만들어냅니다.

무엇은 가지려 하고 어떤 것은 경험하고 싶지 않은 욕망 말이죠.

욕망의 바로 앞에 예고가 있습니다. 그러니 예고가 바로 출발점입니다.

“나는 전체로부터 분리된 개인이므로 모든 것을 가지하고자하는 것을 욕망해야 한다.”라는 예고 말입니다.

평화를 방해하는 유일한 것은 바로 욕망입니다.

욕망에 의해서 우리의 내면에 압박감이 생깁니다.

우리가 순수한 사랑으로 사물들을 대한다면 거기에는 더 이상 욕망이란 없습니다.
욕망의 씨앗이 미래를 만들어 냅니다.
세상에 대한 욕망을 줄이고 참자아에 대한 욕망을 키워가십시오.
당신은 모든 욕망을 없애야만 합니다.
욕망 없이도 얼마든지 즐길 수가 있습니다.
실제로는 만약 당신이 무언가를 진정으로 즐기기를 원한다면 욕망이 없을 때
훨씬 더 즐길 수가 있습니다.
욕망이 모든 것의 원인입니다.
당신에게 어떠한 문제가 생길 때면 언제나 그 뒤에는 욕망이 있습니다.
자유롭고자 하는 욕망을 제외한 어떠한 욕망도 고통을 불러일으킵니다.
욕망의 기묘한 부분은 당신이 욕망을 충족시키고자 하면 할수록 욕망은 더욱
강해져만 간다는 것입니다.
사람들이 어떤 것을 소유함으로써 그들의 욕망을 충족시키려 하면 할수록 그
욕망은 더욱 강해집니다.
오늘날 우리들은 그 어느 때보다 많은 것들을 소유하고 있지만 그 어느 때보
다 더 불행합니다.
욕망은 단지 행복을 차단해버리기만 합니다.
당신은 오로지 한 가지 욕망만을 가져야만 합니다.
바로 완전한 자유와 깨달음을 향한 욕망 말입니다.
이 외의 어떠한 욕망이든 그것은 당신을 어려움에 처하게 만들 겁니다.
우리는 모든 욕망들을 렛고우해야 합니다.
우리는 욕망들을 충족시키려 들어서 안 됩니다.
우리가 욕망을 충족시키려 할 때마다 욕망이 사그라들기는커녕 욕망을 더욱
강하게만 만들고 있습니다.
제가 생각하기에 우리가 욕망을 결코 만족시키게 할 수 없다는 것은 우리 모
두에게 명백하리라고 봅니다.
우리가 욕망을 더욱 충족시키고자 할수록 우리는 욕망의 대상을 더욱 원하게
됩니다.
욕망을 충족시키려 애를 쓰기보다는 그것을 내려놓음으로써 마음을 더욱 고요
하게 만드는 것이 더 좋습니다.
마음이 고요해질수록 우리가 진리를 보게 될 가능성이 더 많아집니다.
우리가 진리를 보게 되면 우리는 욕망을 시들게 합니다.
실제로 이렇게 하는 것이 욕망을 없애는 더 좋은 방법이고 또 현실적으로 유
일한 방법이기도 합니다.

우리가 진실을 보게 되면 모든 욕망들이 시들어 버리는데 왜냐하면 욕망이란 간접적인 방법으로 즉 사람이나 사물을 통해서 우리의 참자아가 되고자 하는 노력이기 때문입니다.

우리가 이 사실을 자각하게 되면 이러한 어리석은 욕망들을 렛고우하게 될 것인데 간접적인 방법을 통해 지금 자기 자신인 것이 되기 위해 애를 써야만 할 이유가 없잖아요?

이러한 간접적인 수단들은 당신의 참모습을 만들어 낼 수가 없습니다.

그러니 이것들은 아무 쓸모가 없고 좌절만을 가져다주는 거죠.

그 때문에 우리가 이처럼 절망적인 세상을 만들어 낸 것입니다.

우리 모두는 욕망을 충족시키려고 애를 쓰고 있지만 그건 절대로 불가능한 일입니다.

그리고 우리는 이런 짓을 평생 동안 계속하고 또 하고 또 하고 있습니다.

바로 그 욕망이 우리의 문젯거리라는 것을 알게 될 때까지 말이죠.

욕망이란 자신에게 부족함이 있다고 인정하는 것입니다.

만약 내가 무한한 존재라면 나에게 욕망할 것이란 없을 것입니다.

내가 모든 것이니까요.

우리는 우리가 그런 상태에 있는 것인 양 행동함으로써 우리의 본연의 상태로 되돌아가야만 합니다.

우리가 할 수 있는 최대의 것. 최고의 퍼포먼스는 마치 깨달은 사람인 것처럼 살아가는 것입니다.

무집착, 무혐오, 초연함의 상태에 이르십시오.

평정의 상태에 이르십시오.

평정함이란 모든 사람 모든 것들에 평등한 마음을 느끼는 것입니다.

욕망 없음의 상태에 이르십시오.

그리하면 당신은 자신이 전체이고 바로 그것임을 보게 될 것입니다.

37. 왜 끝까지 가지 않으세요?

Lester: 여러분들은 어떻게 하면 이 길의 끝까지 갈 수 있는지를 들어왔습니다. 그런데 지금까지 아무도 그렇게 한 사람이 없군요. 우리는 이제 우리의 생활이 쉽고 편안하고 좋아지는 지점에 이르렀습니다. 우리는 완전히 만족스러운 건 아니지만 끝까지 갈 생각은 하지 않을 만큼 충분히 만족한 삶을 살고 있습니다.

Q: 글썄요.

전 끝까지 가고 싶습니다만 항상 그건 다음번 언덕에 있는 것 같아요. 여기까지면 되겠지 하고 오면 거기가 아니고 다음번에도 가보지만 거기도 아니더라구요.

Lester: 당연히 그렇죠.

왜냐하면 그건 당신이 있는 거기에 있는 것이니까요. 다음 번 언덕에 있는 게 아닙니다. 당신이 있는 곳 즉 당신의 “나”가 있는 곳에 있습니다.

Q: 그런데 어떻게 우리가 모를 수가 있는 거죠?

Lester: 말 잘하셨습니다.

어떻게 그럴 수가 있죠?
정말이지 전 그게 알고 싶어요.

Q: 선생님 질문한 건 저 입니다만.

Lester: 네. 알아요. 도대체 왜 그럴까요?

전 그렇게 안하는 게 어리석은 짓이라고 했어요. 왜냐하면 당신이 그렇게 한다면 당신은 결코 결코 다시는 불행한 순간을 가지지 않을 것이거든요. 불행해진다는 건 불가능합니다. 뭐가 문제입니까? 왜 우리는 그렇게 안하는 거죠? 여러분들은 충분히 그걸 안 믿는 것 같아요.

여러분들은 자신이 아무런 한계가 없는 존재라는 것을 믿지 않고, 인생이 매순간 매초마다 엑스터시와도 같은 행복일 수 있다는 것을 믿지 않고, 여러분들은 이게 아무런 노력이 필요하지 않다는 것도 믿지 않고, 그저 정신적으로 모든 것을 할 수 있다는 것을 믿지도 않아요.

아니면 우리가 질질 끌면서 뒤로 미루기만 해서 그런 걸까요?

만약 우리가 정말로 끝까지 가기를 원한다면 우리는 그렇게 할 겁니다.

다시 한번 말하지만 왜 우리는 끝까지 안 가는 거죠?

Q: 으흠. 제 생각엔 저의 경우는 말이죠.

전 선생님이 말씀하신 것과 반대되는 것을 믿도록 최면에 걸려 있는 것 같아요. 전 저의 생활과 의식에서 한계와 연관이 되어 있고 그만큼 이게 진짜라고 믿는 것 같아요.

한계 지워진 것을 제가 믿고 있기 때문에 이게 저에겐 진짜 같아요.

선생님께서 무한은 무한한 가능성을 가지고 있다고 말씀하셨죠.

하지만 제가 그것을 완전히 받아들이기 전까지는 마치 전구를 만졌다가 손을 데었는데 누군가가 와서 “그것을 만져보세요. 손을 데이지 않아요.”라고 말하는데 그것에 손을 대지 않으려고 하는 무의식적인 반응을 극복하기가 어려운 것과 같아요.

Lester: 제가 당신에게 말씀 드리죠.

무한이 유한을 품고 있는 것이고 그것이 기본입니다.

알다시피 당신이 무한이면서 당신이 원하는 모든 유한한 것들을 가지고 있을 수 있어요.

당신은 잃는 게 아무것도 없습니다.

Q: 그렇다면 저는 무한을 위해서 모든 것을 기꺼이 포기할 수 있을 것 같습니다만.

Lester: 포기한다구요?

아마 이게 우리 모두를 머뭇거리게 하는 것인 것 같군요.

우리가 우리의 몸을 포기해야 하고 가족과 집을 포기해야 할지도 모른다는 거죠. 그런 일이 일어나는 게 아닙니다.

누군가가 이 길의 끝까지 가서 성취를 한다면 육체나 가족 집을 포기하는 게 아닙니다.

포기하는 유일한 것은 그들이 이전에 가졌던 육체와 가족, 집에 대한 속박과 집착일 뿐이고 대신 그 자리에 자유로운 느낌이 들어서는 것입니다.

Q: 제가 이 몸에서 경험하는 것보다 더 큰 행복이 있는 게 사실이라면. 이런!

Lester: 다시 말하지만 당신은 몸을 포기하는 게 아닙니다.

당신이 완전한 자유로 움직여갈수록 행복은 더욱 강렬해져서 더 이상 담아 둘 수 없게 되는 지점에까지 이르게 됩니다.

그리하면 당신은 그것을 결코 다시는 흔들리지 않는 아름다운 평화로움 속으로 용해시킬 것입니다.

그리고 그 평화는 강렬한 기쁨보다 훨씬 더 달콤한 것입니다.

그 후에 당신이 이 세상에서 살기로 선택한다면 당신은 결코 그 뒤 배경의 평화를 잃지 않을 것입니다.

당신은 항상 끊임없이 그 평화를 느낄 것입니다.

그리고 당신은 세상에서 어떤 것도 할 수가 있습니다.

화를 낼 수도 겁을 먹을 수도 가난할 수도 부자일 수도 있습니다.

당신이 원하는 모든 것을 할 수가 있습니다.

당신이 사라지는 게 아닙니다.

Q: 세상에서의 행동이 전혀 영향을 주지 않는 건가요?

Lester: 세상은 결코 다시는 당신을 건드릴 수 없습니다.

왜냐하면 당신은 흔들리지 않는 평화를 가지게 되니까요.

Q: 이해가 됩니다.

Lester: 그러니까 왜 여러분들은 이렇게 하지 않으시죠?

Q: 제가 제 자신이 저의 수입의 근원을 제가 하는 직업에서 열심히 노력하는 것으로 생각하는 것을 볼 때마다 자신에게 말합니다.

“바보 멍청이 같으니라고. 이걸 나의 무한한 근원이 아니야.”

하지만 전 “이건 아니야. 난 다른 방식으로 할 거야.”라고 말할 만큼 강하지는 못 합니다.

왜냐하면 전 이렇게 생각하기 때문이죠. “이게 혹시 잘 안되면 어떡하지?”

Lester: 당신이 시도해보기 전에는 과거와 똑같은 것을 갖게 될 것입니다. 하지만 당신이 그런 식으로 말한다면 당신은 그게 잘 되지 않을 거라고 생각하고 있는 거예요.

Q: 그렇습니다만 거기가 바로 걸림이 있는 지점인 것 같아요.

아마도 믿음이 부족한 것인거봐요.

“이게 나한테는 작동이 안 될 거야”가 아니라 “이게 잘 될지 안 될지 확신이 안서.” 이런 거죠.

선생님께서 저를 조금만 도와주신다면 그러니까 그 무한의 힘을 약간만이라도 저에게 주신다면.

Lester: 오~ 잠깐만요. 전 당신에게 수많은 길들을 제시했고 당신을 지원해드렸어요.

그리고 그 길들 중 하나라도 당신이 제대로 한다면 끝까지 갈 수가 있어요. 원하신다면 한 가지 더 드릴까요?

Q: 이걸 마치 “샌프란시스코”로 가는 표지판과 같아요.

분명히 샌프란시스코로 가는 길을 표시하는 표지판은 몇 백 개가 있을 겁니다. 하지만 저는 그 표지판까지 가서는 그 아래에 주저 앉아버려요.

단지 샌프란시스코가 어디에 있는지를 알기만 하는 것 가지고는 안 되는 데 제가 움짱달짝 못하는 지점이 거기에요.

Lester: 그렇습니다.

당신은 그 방향으로 길을 가진 않고 쳐다보기만 하면서 앉아 있어요.

그러니까 “그 누구도 그 어떤 것도 당신을 흔들지 못하는 그곳으로 가세요.” 라는 표지판이 당신을 끝까지 가게해줄 겁니다.

Q: 네. 하지만 그건 마치 달나라에 가는 것과도 같아요.

Lester: 이건 쉽습니다. 당신이 하고자만 한다면요.

흔들릴지 흔들리지 않을지는 당신의 결정에 달렸어요.

Q: 이건 엄청난 도전인데요!

Lester: 더 많은 것을 원하시나요? 당신에게 새로운 길을 하나 드리죠.

Q: 네.

Lester: 완전히 비이기적으로 되세요.

오직 다른 사람들에게만 관심을 가지시고 자신에게는 관심을 가지지 마세요.

이것이 당신을 끝까지 가게 해줄 겁니다.

우리가 만약 자신의 행동에 완전히 비이기적이고 다른 이들을 위해서만 행동한다면 이것은 당신을 빠르게 성장하게 해줄 겁니다.

Q: 논쟁을 하고 싶지는 않지만 이것이 정말 핵심적인 거군요.

Lester: 또 다른 한 가지를 더 드리죠.

모든 욕망들을 렛고우해서는 더 이상 렛고우할 욕망이 없는 곳으로 가세요.

이것도 그다지 마음에 들어 하는 것 같진 않군요. 그렇죠?

Q: 뭐. 어느 정도는요. 전 렛고우해야 할 게 너무 많아서요.

Lester: 누군가가 더 이상 욕망이 남아 있지 않을 때까지 그것들이 올라올 때마다 렛고우를 계속한다면 끝까지 갈 수가 있습니다.

Q: 레스터. 저번에 당신과 제가 얘기를 나누었던 마음에 관한 건 어떤가요?

저 밖에 있는 모든 것이 다 마음 안에 있는 거라 하셨죠?

거기가 모든 것이 있는 곳이라구요.

그러니까 저기 밖에 있는 모든 것이 단지 마음일 뿐이라구요.

우리가 이걸 알게 되면 우리가 마음을 바꾸면 밖에 있는 것들도 바뀐다구요.

Lester: 그렇습니다. 그것 또한 당신을 거기에 도달하게 해주죠.

Q: 집착하지 않고 싫어하지도 않는 것은요?

Lester: 그것도 됩니다. 그것 또한 당신을 끝까지 가게 해줍니다.

그런데 왜 우리는 이 방법들을 사용하지 않는 거죠?

우리에게 새로운 것들도 아니잖아요.

Q: 그게 참 이상합니다.

이렇게 제가 지적으로는 많이 지식을 가지고 있는데도 실제로 한건 거의 없다는 게요.

선생님께서서는 이 모든 것들을 저희들에게 주셨어요.

그리고 전 말하기를 ‘이것을 가지고 행동에 옮기는 것은 나의 책임이야.’

그런데 왜 전 하지 않는 걸까요?

Lester: 네. 당신의 개인 스승은 바로 당신입니다.

그게 중요한 거예요. 당신의 마스터는 바로 당신입니다!

Q: 어쨌든 오직 하나의 존재만이 있는 거죠?

Lester: 당신이 자신의 참모습을 보게 되면 당신은 오직 하나임만을 보고 더 이상 타자他者는 없다는 것을 알게 될 겁니다.

Q: 제가 실눈을 뜨고서 아무리 보려고 애를 써도 분리만 보입니다.

Lester: 당신이 접근하는 방식이 그것이기 때문이죠. 실눈을 뜨고서 말입니다.

당신은 눈을 크게 뜨고 전체적인 관점에서 보지 않고 있잖아요.

왜냐하면 당신은 자신이 사라질까봐 두려워서 그런 겁니다.

그러니까 당신이 해야만 할 일은 내면으로 파고 들어가서 그것을 끄집어 내어서 보는 겁니다.

일단 당신이 한번만 보면 당신은 자연스럽게 그 두려움을 렛고우하게 됩니다.

당신은 자신의 개성을 잃게 될까봐 두려워하고 있습니다.

당신은 개성을 결코 잃어버리지 않을 것입니다.

그것은 영원토록 당신과 함께 합니다.

나 있음의 “나”는 결코 잃어버리지 않는 것입니다.

실제로 일어나는 것은 우리는 단지 확장되어서 점점 더 많은 것을 포용하게 되고 마침내 무한을 포용하게 되는 겁니다.

전 당신이 자신을 잃고 몸을 잃고 마음을 잃고 가족을 잃고 직장을 잃고 그리고 모든 소소한 것들을 잃게 될까봐 두려워하고 있다고 말하고 있습니다.

당신은 무의식적으로 그것들을 잃게 될까봐 두려워하고 있습니다.

만약 당신이 그것들을 의식할 수 있다면 당신은 그것들을 보고는 떨구어 버리고 자유롭게 될 것입니다.

Q: 선생님께서 다른 것들을 말씀해주시니 가슴에 와닿는군요.
저의 몸에 대한 집착에 대해서는 잘 알지 못했는데 제 가족과 직업 그리고 다른 것들에 대한 집착을 보니 알겠어요.

Lester: 당신이 몸에 얼마나 집착하고 있는지를 제가 보여드릴까요?
실제로는 하지 말고 단지 상상만 해보세요.
당신의 몸을 절벽에서 던져 버리는 상상을요.
이제 얼마나 몸에 집착을 하고 있는지 명확해지죠?

Q: 알겠어요. 하지만 제가 이 몸을 없애려는 욕망을 가져야만 하나요?

Lester: 당신은 몸을 없애는 게 아닙니다.
당신은 자신의 참모습을 보고서는 당신이 몸이 아니라는 것을 그리고 그 몸이
란 당신의 지극히 작은 부분 중의 하나라는 것을 이해하는 것입니다.

Q: 왜 저는 끝까지 가지 못하는 걸까요?

Lester: 왜냐하면 당신은 당신이 그렇게 하면 사라지게 될까봐 두려워서 그러
는 겁니다.
그걸 느껴본 사람이 있나요?
끝까지 가면 왠지 내가 사라질 것 같다는 느낌말이에요.

Q: 전 제 마음을 잃어버리게 될까 두렵습니다. (웃음)

Lester: 당신은 실제로 당신의 마음을 잃어버립니다.
그리고 난 후 당신이 의사소통을 할 수 있도록 마음을 다시 복구합니다.
마음을 렛고우하는 것보다 마음을 다시 복구하는 것이 훨씬 더 어렵습니다.
왜냐하면 마음 그 자체는 당신을 움죄어 아래로 끌어내리는 것이기 때문에 당
신은 되돌아가고 싶어 하지 않을 것이기 때문이죠.
하지만 당신은 그렇게 하게 될 것이고 다시 생각을 하기 시작할 것입니다.
그 이전과 그 이후의 유일한 차이점은 그 이전에 하던 생각은 무의식적이고
강박적인 생각에 의해 결정되어지는 부자유한 생각이었지만, 그 이후에는 더
이상의 무의식적이고 강박적인 생각이 없습니다.
모든 생각이 완전히 자유롭고 우리의 경향성이나 기질에 의해 한계 지워지지

않는 생각입니다.

그러니까 당신의 모든 경향성과 기질들을 없애는 것 또한 당신이 끝까지 갈 수 있게 하는 또 다른 뛰어난 방법입니다.

이제까지 제가 기적에 대해서 그렇게 많은 말을 하진 않았죠. 그렇죠?

예전에는 제가 기적에 대해서 이야기한다면 여러분들에게 뭔가 강요하는 느낌이 들었겠지만 이젠 여러분들도 많이 성장했기 때문에 더 많은 것을 받아들일 수 있을 겁니다.

제가 세도나로 처음 옮겨가서 혼자 생활할 때 대부분의 일들이 그저 생각만으로 이루어졌고 전 그걸 의식하지 못했어요.

그러다가 다른 사람들이 나를 방문하게 되었고 그들 때문에 제가 그 일들을 알게 된 거죠.

저에게 있어서 그런 일들은 아주 자연스러운 것이었지만 다른 사람들에게는 그렇지 않았거든요.

예전에 여러분 중에 한두 명에게 ‘공간 이동’에 대해서 말했었던 것 같은데요.

지금 제가 말하려는 경험은 아주 흥미로웠어요.

왜냐하면 2사람이 같이 있었는데 그 중 한명은 우리와 같은 여정을 걷는 사람이었지만 다른 사람은 그렇지 않았거든요.

앞서 말한 사람은 프란세스였고 두 번째 말한 사람은 T의 아들인 D였어요.

여러분들도 다 아는 사람이죠.

D는 피닉스에서 세도나로 방문을 했었고 그가 산책을 하러 가자고 해서 언덕길 쪽으로 산책을 나갔었어요.

프란세스와 D 그리고 나 우리 세 사람은 언덕길을 1.5마일 정도 걸어갔고 길 끝에 가서는 앉아서 샌드위치를 먹었어요.

우리 3명은 겨우 0.5리터짜리 물병을 가지고 갔고 가는 길에 물을 거의 다 마셨죠. 물병에는 거의 1/8 정도 물밖에 남지 않았고 반 컵도 채 되지 않는 분량만 남았어요.

하지만 우리 셋은 목이 아주 말랐고 저는 “모든 것이 완벽해!”라는 느낌으로 렛고우를 했어요.

저는 내면에서 그 물이 충분하다는 것을 알게 되었습니다.

그리곤 제가 물었죠.

“물 좀 마실래요? 프란세스?”

“네”

전 프란세스에게 한 잔 가득 물을 따라 주었습니다.

그리고 D도 한 컵 마셨고 저도 한 컵을 마셨죠.
우리는 계속해서 갈증이 완전히 없어질 때까지 물을 마셨습니다.
3명이 각자 7컵씩 마신 거죠!
제가 신기해서 물병을 들여다보니 처음 양 그대로 있었습니다.
바닥에서 약 1/8 정도 되는 양으로 말입니다.
그리고 나서 우리는 다시 집으로 오기 위해서 내리막길을 걷기 시작했어요.
나는 너무나도 피곤해서 몸이 한걸음도 움직이지 못할 것 같았어요.
전 그냥 렛고우를 하고는 이렇게 말했어요.
“오~ 신이시여. 뭔가 좋은 방법이 있겠죠?”
그리고는 저에게 또 생각이 떠올랐습니다. “모든 것은 완벽해!”
제가 “완벽해”라고 생각한 순간 우리 3명은 한걸음 옮기고 그 다음 걸음에 저의 집 근처에 와 있었습니다.
집 주위 풍경이 우리가 출발했던 곳과 비슷했기 때문에 D는 확실히 눈치채지는 못했어요.
하지만 프란세스는 알아차리고서는 이렇게 말했습니다.
“레스터. 우리가 방금 공간이동을 했어요!”
저는 이렇게 말했어요.
“오~ 프란세스. 미친 거 아니에요? 꿈을 꾸셨나 보네요.”
왜냐하면 D의 마음이 요동치고 있었기 때문이죠.
그는 깜짝 놀라서는 얼굴을 찌푸리고 있었어요.
그 때문에 저는 이렇게 말해야만 했어요.
“당신이 상상한 거예요. 프란세스” 그리고 그녀는 입을 다물었어요.
프란세스는 알아차렸고 후에 D가 없는 자리에서 둘만 있을 때 제가 물었죠.
“왜 우리가 공간 이동을 했다고 생각했어요?”
그리고 그녀는 웃었습니다.
“기억 안 나세요? 언덕을 올라갈 때 D와 저는 돌들을 골라서는 중간 중간 길 왼편에다가 돌을 모아놓았어요.
전 돌아오는 길에 그 돌들을 가져 오려고 했었는데 우린 거기를 한 번에 지나왔다구요.”
자~ 이런 일들을 하는 데는 단지 힘들이지 않는 생각만 있으면 됩니다.
당신은 내맡기고 렛고우하고 조금의 힘도 욕망도 들이지 않는 생각만 가지는 거죠.
당신이 가질 수 있는 가장 쉽고 편안한 생각을 말입니다.
그럼 그런 일이 일어나는 거예요.

세도나에 갔을 때 초창기에 저는 이런 식으로 생활했어요. 별 생각 없어요.
저에게 이것은 자연스러운 일이었어요.

제가 무슨 생각을 하든 그렇게 되리라 기대했을 뿐이었어요.

이것은 자연스럽게 보였습니다.

모든 사람이 자신이 생각하는 대로 자연스럽게 살아가는 거니까요.

이건 정말로 자연스러운 방식이고 우리는 그렇게 살아야 합니다.

하지만 만약 우리가 그렇게 한다면 현재의 사회생활에는 맞지가 않을 거예요.

그렇죠?

그러니까 사람들과 교류하면서 지내고 싶다면 사람들의 방식을 따라줘야 해요.

기적이란 단지 꿈의 세상에서 즉각 결과가 일어나는 것일 뿐입니다.

그리고 기적이란 것이 반드시 영적인 성장을 의미하는 것은 아닌데 왜냐하면
이 우주의 대부분의 존재들은 이런 식으로 생활하기 때문이에요.

다른 행성들에서는 이런 식으로 생활하지만 그들이 우리보다 영적으로 반드시
진보한 것만은 아닙니다.

그냥 자연스러운 생활 방식일 뿐이죠.

가장 자연스러운 삶의 방식은 순수하게 정신적으로 생활하고 모든 것을 정신
적으로 하는 것입니다.

여기 있는 우리 모두는 이렇게 할 수 있어야 합니다.

왜 자연이 당신을 위해 모든 것을 다 해주는 지점까지 가지 않으세요?

왜 힘들게 일하면서 지내야 하죠?

제 생각엔 이 모든 게 여러분들이 사라져버릴까 두려워하기 때문입니다.

전 여러분들에게 말합니다.

“보세요. 전 이런 것들을 하면서 지내왔어요.

하지만 여전히 여기 몸을 가지고 있고 사라지지도 않았어요.”

Q: 선생님께서 선생님의 무한한 힘을 저에게도 좀 보여주실 수 있겠어요?

Lester: 당신은 스스로에게 보여주어야 합니다.

당신은 이미 충분히 많이 보아왔습니다.

제가 만약 당신을 위해서 그렇게 한다면 그건 당신이 그렇게 할 수 없다는 것
을 의미합니다.

제가 방금 말씀드렸습니다.

여러분들도 할 수가 있습니다.

그저 내맡기고 아무런 힘을 들이지 않는 생각만 있으면 됩니다.

내가 아니라 아버지께서 하신다는 그런 느낌만 가지고 있으면 됩니다.
얼마든지 더 다른 이야기들을 해줄 수도 있어요.
전 지금 여러분들을 유인하고 있는 겁니다.
제가 예전에 모바일 홈으로 이사를 했을 때 한 꼬마 여자애가 저에게 물었었어요.
“아저씨. 저 부탄 가스통을 얼마나 자주 충전시키세요?”
그건 5갤런짜리 통이었어요.
전 이렇게 말했어요.
“한 달에 한 번씩 채우지.”
그리고 생각해보니 마지막으로 채운 게 8개월 전이었어요.
그 생각이 들자마자 그걸 렛고우 해버렸죠.
한번은 제가 프란세스에게 어떻게 물을 아껴 쓸 수 있는지 보여주려고 했어요.
전 그녀에게 제 모바일 홈 옆에 있는 55갤런짜리 물통을 가득 채우고는 그걸 관리하라고 했어요.
그 물로 전 모든 생활을 했어요. 매일 아침 샤워 하는 것까지 포함해서요.
제가 그녀에게 그것을 관리하라고 말했던 이유는 그냥 물을 별로 쓰지 않고서도 살수 있다는 것을 보여주기 위해서였어요.
하지만 저는 시간이 어떻게 지나가는지 깜빡했고 그녀에게 그걸 말해주자 그녀는 웃었죠.
마지막으로 물을 채운 지 4개월이 지나갔어요.
전 물을 계속해서 썼지만 물통에 물은 바닥나지 않았어요.
우리가 물통을 열어봤을 때 여전히 가득 차 있었어요.
4개월 동안이나 썼는데도 말이죠.
제가 그것을 렛고우하지 않는다면 결코 물이 없어지지 않았을 겁니다.

Q: “그것을 렛고우하지 않는다면”이란 게 무슨 말씀이십니까?

Lester: 그것을 렛고우하는 거죠. “남들 하는 대로 살자구.” 이런 식으로요.

Q: 그러니까 선생님은 다시 한계 지워지는 것을 생각하시는 거군요?

Lester: 아뇨.

그냥 다른 사람들이 하는 식으로 일반적으로 평범하게 하는 것이죠.
저는 다른 사람들과 교류하기를 원하고 다른 사람들처럼 살기를 원합니다.

왜냐하면 제가 다른 사람들과 다른 식으로 생활하면 그들과 교류할 수 없고 사람들이 겁을 먹게 되기 때문이죠.

Q: 이런 일로 겁먹을 사람은 없을 것 같은데요.

Lester: 제 경험으로는 사람들이 그랬어요.

제가 뉴욕에서 살 때 이런 일이 처음 일어나자 어떤 사람들은 이런 일 때문에 가까이 오려하지 않았어요.

이렇게 사는 게 뭐가 잘못된 거죠?

왜 여러분은 그렇게 안하시나요?

그저 가지기만 하면 여러분들의 것인데요.

전 여러분들이 매혹되도록 꼬드겨서 이 길의 끝까지 가도록 하고 싶어요.

여러분들이 먹고 살려고 얼마나 온갖 어려움을 헤쳐 나가는지 보세요.

스스로에게 물어보세요.

“왜 나는 이 길을 끝까지 가려고 하지 않지?,”

왜 나는 그저 생각만으로도 이것들을 직접 가지려 들지 않는 거지?,”

왜 나는 나 자신의 완전한 자유를 표현하려 하지 않는 거지?”

그러면 아마 대답이 나타날 것이고 당신은 스스로를 묶어두는 것이 무엇인지를 확인하게 될 겁니다.

Q: 한 가지 이유는 우리는 너무나도 묶여있어서 우리가 빠져나올 수 있다는 것조차 깨닫지 못하기 때문입니다.

저에게 모텔이 하나 있는데 그것을 팔아버릴까 하다가는 또 생각을 합니다.

“내가 정말 이것을 팔려고 원하는 걸까?”

이런 식으로 매번 생각을 옆치락 뒤치락 해요.

Lester: 그렇습니다.

그래서 제가 여러분들에게 쉬운 길을 말해주는 것입니다.

당신의 생각하는 습관이 삶을 어렵게 만들고 있어요.

무의식적인 습관적인 생각들을 몽땅 없애버리는 방법은 당신이 마음이 아니라 는 것을 보는 것이고 당신은 마음을 말려버릴 것입니다.

Q: 마음을 말려버리는 것에 대해서 좀 더 이야기 해주세요.

제 생각엔 그게 가장 중요한 것 같거든요.

Lester: 제가 보기에 최근에 당신에게 깨달음이 있었습니다.

Q: 네. 그렇습니다.

Lester: 하지만 끝까지 가진 않으셨군요.

그 깨달음을 가지고 계속 나아가서는 이렇게 말하세요.

“난 할 수 있어. 나는 무한함이야!”

그 무한한 힘을 가지고 상상의 손을 마음에 뺏어 그것을 끝장내버리세요.

정신적으로 그냥 마음을 지워버리는 것입니다. 그게 다예요.

그게 얼마나 걸리는지 아십니까?

손가락 한번 튕구는 것보다 짧아요. (딱!) 1초도 걸리지 않습니다.

당신이 완전한 깨달음을 얻을 때 그것은 즉각적입니다.

그 이전에 당신은 여기저기 빙빙 돌기만 하고는 한 번에 조금씩 렛고우하면서 지내죠. 이러한 일이 계속되고 몇 년이고 계속됩니다.

마침내 당신이 모든 것을 렛고우하기로 결심을 하면 당신은 완전한 깨달음에 이르게 됩니다.

그것이 올 때는 정말로 순간적으로 옵니다.

당신이 그렇게 할 것이고 의도가 당신의 힘입니다.

당신의 의도의 힘이 그토록 강렬하기 때문에 당신은 모든 마음을 되돌릴 것이고 당신은 완전히 자유롭게 됩니다.

Q: 정말 말이 안 되는군요.

마치 선생님께서 세상에 있는 모든 돈을 저에게 다 가져다주고서는 “여기 있어요.”라고 말씀하시는데 저는 그저 여기 죽치고 앉아서 “왜 내가 저걸 가지지 않는 걸까?” 하는 것과 같군요.

Lester: 네. 왜 그러세요?

Q: 제가 뭐가 잘못된 거죠?

Lester: 무엇 때문이냐구요?

훌륭한 질문이군요. 뭐가 잘못되었습니까?

전 당신이 이게 가능하다고 생각하는 것을 알고 있어요.

그렇지 않다면 이제까지 제 말을 그렇게 듣지 않았겠죠.

Q: 지적인 면으로는 그렇습니다.

Lester: 바로 그겁니다. 왜 그걸 지워버리지 않습니까?

지적인 이해도 마음입니다.

우리는 우리가 마음이 아니라는 것과 마음이란 우리 존재 밖에 있다는 것을 보아야 하고 그것에 영향 받지 않아야 합니다.

바로 이런 식으로 하셔야 하는 겁니다.

Q: 지난밤에 뭔가 말씀하셨는데 저에게 아주 큰 도움이 되었습니다.

“이제 레스터를 재울 시간이군요.”라고 말씀하셨죠.

Lester: 전 사실 항상 그렇게 생각합니다.

내가 레스터를 보낼 것이고 그리고 이 몸이 뭔가를 하는 것처럼 보이게 하는 거죠.

제가 이 몸이 아니라고 하는 깨달음을 얻고 난 후 “나”라고 하는 단어를 다시 사용하게 된 것은 불과 몇 년 전의 일입니다.

사람들은 저를 보고 웃곤 했어요.

왜냐하면 제가 레스터에 관해서 말을 했으니까요.

저는 “그 사람”에 대해서 말을 하곤 했고 가끔은 이렇게도 말했어요.

“레스터 그것.” “레스터 그 사람” 제가 다시 연습하기 전에는 “나”라는 것을 말할 수도 없었어요.

왜냐구요? 전 이 몸이 아니니까요.

전 이 몸에 관해서 말을 할 수 있지만 제가 이 몸이 아니라는 것은 너무나도 명확해서 당신이 자동차라고 말하지 못하는 것만큼이나 제가 이것이라고 말할 수가 없어요.

당신이 자동차를 타고 다닌다고 해서 자기를 자동차라고 부르겠어요?

똑같은 방식으로 당신은 이 몸을 보게 될 겁니다.

이 몸이란 건 자동차 껍데기나 가죽덩어리 같은 겁니다.

전 당신이 모든 것을 가지지 않는 게 어리석은 것이라 말하고 싶어요.

Q: 어리석은 이라는 말보다 더 강렬한 단어가 있을 것 같은데요?

Lester: 네. 멍청한 겁니다.

제가 한 게 아니라 저 양반이 시킨 거예요. (웃음)

당신이 원하는 모든 것을 가지고 인생을 살아가지 않는 것은 멍청한 것입니다.

다름 아닌 한없는 기쁨 평화 사랑을 매순간 느끼는 것 말입니다.
그게 당신이 타고난 상태인데요.
자기 자신이 되는 데는 아무런 노력이 필요하지 않습니다.
당신 자신이 아닌 것이 되는 것에 극도의 노력이 필요한 거죠.
고통과 질병 그리고 이것저것을 필요로 하는 몸이 되는 것 말입니다.
자기 자신이 아닌 것이 되는 데는 노력이 필요하지만 자기 자신이 되는 것은 ‘여자가 여성이 되고 남자가 남성이 되는 것’ 이상의 노력을 필요로 하지 않습니다.
자기 자신이 되는 것에는 아무런 노력이 필요 없어요.
그렇지만 여러분들은 자신이 아닌 것이 되기 위해서 애쓰고 또 애쓰고 있어요.
정말 멍청한 짓이죠!

Q: 글썄요. 전 선생님께서 말씀하신 저의 모습이 되고자 노력합니다.
저는 이 노력 없음에 도달하기 위해 노력하고 있어요.
이게 말이 되나요?

Lester: 아뇨. 말이 됩니까?

Q: 말이 안 됩니다.

Lester: 그렇죠. 거기에 잘못이 있어요.

Q: 제가 뭐라고 그랬죠?

Lester: 당신은 자신이 노력 없음이 되고자 노력을 한다고 했습니다.
그게 가능합니까? 그건 모순입니다.
당신은 노력을 하는 것을 그만 뉘야 합니다.
당신은 렛고우하고 그저 존재해야 합니다.
그게 바로 “렛고우하고 신께서 하시게 하라.”는 의미입니다.
당신이 바로 그것 즉 신입니다.
렛고우하고 참자아가 하게 하십시오.
하지만 웬지 노력이 필요할 것처럼 보이죠.
왜냐하면 당신은 자기 자신이 아닌 것 즉 예고를 붙들고 유지하기 위해서 무지무지한 노력을 하고 있으니까요.
당신 자신인 참자아가 되는 것에는 어떠한 노력도 필요하지 않습니다.

Q: 제가 꿈이 아니라 꿈꾸는 자에 도달할 수 있다면 전 할 수 있을 겁니다.
그래서 전 이렇게 생각하죠.

“이것이 꿈인가? 이걸 누구의 꿈이지?”

Lester: 맞아요. 꿈꾸는 자를 찾아보세요.

좀 더 설명하자면 무한한 존재인 나가 이 제한된 몸이라고 하는 꿈을 꾸고 있습니다.

당신이 밤에 꿈을 꾸는 동안에는 깨어나지 않는다면 당신은 그 꿈속에 나오는 제한된 몸이라고 생각을 합니다.

지금 우리가 깨어있다고 생각하는 이 상태도 마찬가지로입니다.

우리는 이 제한된 몸들이라고 꿈을 꾸고 있어요.

우리는 우리가 무한한 존재라고 하는 사실에 깨어나야 합니다.

우리는 한계 지워진 몸이라고 생각하는 것을 그만둬야 합니다.

그게 답입니다. 생각을 멈추고 렛고우하세요.

내맡기는 것이 비결입니다.

우리가 지금 이 순간 내맡긴다면 그렇게 될 것입니다.

“내가 아니라 바로 당신입니다.”, “나의 의지가 아니라 당신의 의지입니다.”

이런 것이 내맡김입니다.

우리는 지금 당장 이렇게 할 수 있고 그렇게 될 것입니다.

하지만 우리는 이 예고-몸으로 해야 할 일들로 너무나 바쁘고 행위자가 되려고만 합니다.

Q: 우리 몇몇은 로봇에 관해서 말을 하고 있었어요.

실제로 제 생각에 몸은 로봇과 같은 것입니다.

우리는 이 몸을 사용하고 있고 우리가 그것을 완전히 알게 될 때 우리는 육체를 떨구게 되겠지만 여전히 몸이 여기에 있죠.

Lester: 그것은 몸을 바라보는 뛰어난 방법이군요.

좋아요. 이제 좀 더 말씀을 해드리죠.

만약 여러분들이 이제까지 제가 말씀 드린 것을 진정으로 확신한다면 집으로 가서서는 다른 모든 것을 잊어버리고 이것을 보게 될 때까지 앉아 있으세요.

왜냐하면 이렇게 하는 것이 모든 것을 여러분에게 줄 것이니까요. 생각만으로도.

정말로 확신을 하신다면 집으로 가서서 이것을 보게 될 때까지 앉아 있으세요.

그리고 그렇게 한다면 당신은 보게 될 것입니다.

마치 붓다가 자신의 왕위를 버리고 보리수나무 아래 에 앉아서 깨달음을 얻기 전까지는 떠나지 않겠노라고 결심을 한 것처럼요.

그는 마침내 깨달음을 얻었어요.

Q: 제가 생각하기에 우리들을 교착 상태에 빠지게 하는 것 중 한 가지는 그리고 적어도 저한테는 어느 정도 그런데요. 그게 뭐냐면 저는 한 번에 조금씩 렛고우를 해야 한다고 오래 동안 생각해왔던 것 같아요.

하지만 이젠 제가 그것들을 한 번에 뛰어 넘는다 해도 아무런 차이가 없다는 걸 드디어 깨달았어요.

Lester: 그렇습니다.

우리는 처음에는 한 가지 한 가지씩 렛고우하는 것으로부터 시작을 하죠.

그렇게 해보면 우리가 마스터라는 것을 알게 되니까요.

그리고 나면 우리는 성향이나 기질 등을 마스터하게 됩니다.

이 과정으로 그 성향이나 기질들을 만들어내는 수천 가지의 모든 생각들을 한 번에 렛고우하게 되는 거죠.

한 번에 하나씩 렛고우를 해야 할 필요는 없습니다.

처음에는 그렇게 하는 것도 괜찮죠.

하지만 당신은 더 이상 그럴 필요가 없습니다.

습관이나 성향, 기질을 렛고우하면 당신은 그 아래에 깔려 있는 수백만 가지의 무의식적인 생각들을 한번에 떨구게 될 것입니다.

Q: 처음에 선생님께서 저기 밖에는 자기 자신을 제외하고는 아무도 없다고 말씀하셨을 때 저를 포함해서 우리는 이해를 못했습니다.

전 이제 왜 저기 밖에는 저 자신 외에 아무도 없는지를 알게 되었습니다.

왜냐하면 저 바깥을 창조한 사람은 나이고 그것은 제 안에 있기 때문입니다.

Lester: 네. 정말 그래요.

Q: 그래서 전 알게 되었어요. 수정처럼 투명하게 깨닫게 되었습니다.

Lester: 오케이.

그렇다면 왜 당신은 그 “저기 바깥”을 당신 안에 있는 것으로 보기를 주저하지 않을 때까지 확실히 하지 않는 거죠?

Q: 지금 그렇게 하고 있는 중입니다만.

Lester: 충분히 하지는 않으시는 거군요.

Q: 그렇습니다.

Lester: 당신이 무엇을 하고 있더라도 늘 그렇게 해야 합니다.

당신이 운전을 하고 있을 때나 사람들과 대화를 나눌 때나 당신은 그것과 함께 해야 합니다.

그리고 당신이 그 정도로 그렇게하기를 원한다면 그렇게 할 수가 있습니다.

정말로 그렇게 된다면 그 즐거움이 너무나도 커서 당신은 이 길의 끝에 도달할 때까지 그것을 놓지 않으려 할 것입니다.

그것은 당신이 원하는 유일한 것이 될 겁니다.

당신은 빛을 보기 시작할 것이고 이 세상 어떤 것도 그것보다 당신의 관심을 끌 수가 없을 겁니다.

당신은 그저 그것과 함께 하고 싶고 끝까지 그렇게 하고 싶어지는 겁니다.

당신을 잘못된 방향에서 올바른 방향으로 인도하는 것은 비참함과 세상의 고통일 수 있지만 당신을 끝까지 최고에 이르기까지 데리고 가는 것은 그것의 멋진 아름다움입니다.

Q: 그러면 우리는 우리가 원하는 어떤 게임이든지 할 수가 있는 것이군요.

왜냐하면 마음이 우리의 컨트롤 아래에 있으니까요.

Lester: 그렇습니다.

하지만 최고의 경지에 도달한 후에 하는 게임은 대개 모든 사람이 하는 것과 똑같은 게임입니다. 비록 전혀 다르게 펼쳐지겠지만요.

그것은 다른 사람들을 도와주는 게임이 될 것이고 정말 위대한 게임입니다.

Q: 흥미진진한 게임이 되겠군요.

Lester: 최고의 게임입니다. 그리고 가장 보람 있는 게임이죠.

Q: 선생님의 가르침이 저에게 정말 도움이 되었습니다.

Lester: 제가 여러분들에게 드린 것은 백만 달러 이상의 값어치가 있는 것입니다. 제가 드린 것은 이 우주를 통째로 드린 겁니다. 만약 당신이 금을 원하신다면 몇 톤씩 쌓을 수도 있습니다. 당연히 당신은 무한정한 금을 창조해낼 수도 있습니다. 당신은 금덩이를 쌓아두고 싶어질까요? 아닙니다. 당신은 오직 당신이 사용할 수 있는 정도만 가지려 할 것입니다.

Q: 선생님께서 제시하신 여러 다른 방법들 중에서 저에게 알맞은 한 가지가 있을 것 같은데요.

Lester: 「영원한 진리」라는 책에 쓰여 있는 것 중 어떤 것이라도 선택해서 끝까지 해낼 수만 있다면 그걸로 됩니다. 예전에도 한번 말해준 적이 있었죠. “그 어떤 사람도 어떤 것도 당신을 방해하지 못하는 곳에 도달하라.” 당신이 방해받을 때마다 예고의 동기를 살펴보세요. 그것을 보게 되면 “오. 알겠어.”라고 말한 후에 예고의 동기를 렛고우 하세요. 모든 반응과 경향성은 이기적인 것에 기초하고 있습니다. 이러한 반응의 경향성들을 떨구어 버리세요. 반응이 올라올 때마다 그것을 들여다보고 예고의 동기를 보고는 떨구세요. 당신은 곧 더 이상 그것이 없는 곳에 도달하게 될 것이고 당신은 거기에 도달한 것입니다.

Q: 우리가 공격 받고 있다고 느끼거나 질투를 느낄 때 혹은 분노하거나 상처 받거나 이런 일이 일어날 때면 언제나 그것은 예고이고 마음일 뿐인 것이군요.

Lester: 그렇습니다.

그런 느낌들 모두에서 벗어나면 당신은 끝까지 이르게 될 것입니다. 또 뭐 새로운 게 있나요?

Q: 선생님께서 저희에게 말씀해 주신 것을 이해하는 게 더 어려운 도전이었습니다. 선생님께서 그게 너무나도 쉽다고 말씀하시니깐 그토록 쉬운 게 이해되지 않는다는 모욕감마저 들던데요.

Lester: 당신이 그렇게 하면 이걸 아주 아주 쉽습니다.

당신이 그렇게 하지 않는다면 그건 불가능합니다. 정말로 그렇습니다.

Q: 오 잠깐만요.

우리가 그렇게 하면 이건 아주 아주 쉽고 우리가 그렇게 하지 않는다면 그건 불가능하다구요?

Lester: 당신 자신인 무한이 되는 것에는 아무런 노력이 필요가 없습니다.

지금 당신이 선택한 것처럼 지극히 제한된 존재가 되려면 어마어마한 노력이 필요하죠.

제가 느끼기에 끝까지 갈 수 있는 것들만 여러분들에게 소개했다고 생각해요.

Q: 저는 선생님을 계속 보면서 희망을 보았어요.

만약 선생님이 해내신 것이라면 누군가도 할 수가 있겠죠.

그건 불가능한 게 아니고 저도 할 수 있다는 거잖아요?

Lester: 그렇습니다. 그렇게 하세요. 끝까지 가세요.

모든 사람이 급속하게 성장하다가 정체가 되어 버립니다.

어떤 사람들은 약간 미끄러지고서는 거기에 머물습니다.

여러분들이 이해하게 된 것을 사용하지 않는다면 결국 잃게 됩니다.

계속해서 사용해야 합니다.

그렇지 않으면 남아 있는 무의식적인 습관이 여러분들을 압도해 버리고 방향을 잃게 될 것입니다.

Q: 우리가 끝까지 도달해도 우리는 여전히 똑같은 것을 할 수 있군요.

다른 사람들과 웃고 떠들고 발레를 보러 가고. 모든 것을 할 수가 있는 거죠.

거부할 것은 아무 것도 없고 말이죠.

Lester: 그래요. 유일한 차이점은 당신이 무엇을 원하든 그것을 할 수도, 하지 않을 수도 있다는 겁니다.

당신은 더 이상 그 어떤 방향으로도 강요받지 않아요.

저는 여러분들이 매일 매일 하루에 2번씩 이것들에 대해서 심사숙고해보길 강력하게 권합니다.

일하러 가기 전에 아침에 그리고 잠자리에 들기 전에 밤에요.

단 하루도 이것을 하지 않고서 보내지 마세요.

완전히 조용한 장소에서 그것과 함께 있으세요.

마침내 세상이 당신을 끌어당기는 것보다 그것이 당신을 점점 더 끌어당길 때까지 말입니다.

충분히 고요해지면 당신의 무한한 부분이 주도권을 차지하고서는 당신을 끝까지 데려갈 겁니다.

당신은 더 이상 어찌할 수 없는 지점에 이르게 되는데 왜냐하면 아무런 노력 없음의 상태이기 때문입니다.

당신의 무한함으로 곧장 빨려 들어갈 때까지 계속 하세요.

Q: 선생님께서 하신 유명한 말씀이 있죠.

렛고우하고 신께서 모든 것을 하게 하세요.

제가 마침내 이해한 바로는 이것은 나의 마음을 렛고우하고 신께서 모든 것을 하게 하라는 뜻입니다.

Lester: 네. 그것을 다른 말로 하면 순복 혹은 내맡김이라 합니다.

당신이 산상을 보고 내맡긴다 하더라도 당신은 그것을 얻게 될 것입니다.

왜냐하면 내맡김이란 “나의 의지가 아닙니다.”라는 것이니까요.

Q: 예고, 마음 그리고 의지는 같은 것입니다.

그러니까 우리가 우리의 마음과 예고 그리고 다른 모든 것을 렛고우하는 것이죠.

Lester: 그래요.

Q: 가끔 저를 무언가가 저를 매우 화나게 하면 전 제 자신이 그러는 것을 알아차리고는 혼자서 낄낄댁니다.

정말이지 그것이 저에게 아무런 영향을 미치지 못해요.

Lester: 네. 자유로워지고 나면 화가 나는 연기를 할 수도 있죠.

Q: 그러니까 어떤 파트도 다 연기할 수 있는 것이군요.

그리고 자신이 연기자라는 사실을 자각하고 있는 것이군요.

Lester: 그렇습니다. 끝까지 이 길을 가고 나면 오직 즐거움만이 있습니다.

Q: 유머 감각도 그대로 살아있고 말이죠?

Lester: 그래요.

하지만 그 유머 감각에 대한 동기는 다른 사람들을 행복하게 해주는 것이지 예고가 인정받기 위한 것은 아닙니다. 그게 차이점이죠.

아까 제가 사람들이 정체되어 있다고 말했지만 정확하게 그렇지는 않아요.

아주 느리지만 조금씩 올라가는 방향에서 정체되어 있는 겁니다.

하지만 천천히 조금씩 올라가는 것보단 더 빠르고 심지어 즉각적일 수도 있어요.

이 길의 끝까지 가면 그 지점부터 인생은 단지 축제와도 같아요.

애쓸 필요가 없습니다. 무엇이든 원하면 할 수가 있어요.

당신은 항상 성공할 수 있습니다.

심지어는 성공하지 못하는 것을 선택할 수도 있어요. 그냥 게임으로요.

만약 당신이 실패하는데 <성공>할 수 있다면 성공하는데 <성공>할 수도 있는 겁니다.

Q: 다른 사람들을 돕는 것이 정말 빠른 길이 될까요?

Lester: 당신의 목적이 예고의 동기에 의한 것이라면 그렇지 않죠.

하지만 당신이 오직 다른 이들을 위해서만 산다면 그것은 매우 빠른 길입니다.

모순적이게도 당신이 할 수 있는 가장 이기적인 것이 완전히 비이기적이 되는 것입니다.

우리가 완전히 비이기적일 때 우리는 모든 것 무한을 가지게 되니까요.

모순처럼 보이죠.

Q: 그겁니다. 선생님께서는 저에게 모든 것을 주셨어요.

Lester: 네. 우리 모두는 그것을 한번 슬쩍 보았어요.

이제 해야 할 일은 그것을 항상 영원히 확립하는 것입니다.

그러니까 다시 말하자면 매일 시간을 내어서 그것을 실행하세요.

이 길의 끝까지 가세요.

여러분들은 여러분의 뒤에 있는 무한한 힘을 가지게 될 것입니다.

자신을 제외하고 여러분을 막을 수 있는 사람은 아무도 없습니다.

이것을 매일 매일의 생활의 부분으로 만드시고 그것이 항상 확고해질 때 까지 계속 나아가세요. You can do it!

38. 당신이 바로 그것입니다.

어떤 차원에서는 모든 사람이 자신의 무한한 존재를 자각하고 있습니다.

당신은 당신의 “나”를 자각하고 있죠?

그 “나”라는 단어. 바로 그겁니다. 당신의 존재의 측면,

하지만 그것은 오직 존재의 측면입니다.

만약 당신이 “나 있음”을 경험한다면 바로 그것입니다.

당신의 그것은 무한합니다.

그리고 당신은 그것을 항상 경험하고 있습니다.

당신이 그것을 경험하지 않는 순간은 없습니다.

그렇지 않다면 당신은 존재할 수가 없게 되니까요.

하지만 당신은 “나는 몸이다.”라고 말함으로써 그것을 덮어버리고 감추어 버리죠.

그리고 그때 당신이 말하고 있는 것은 바로 “무한한 존재인 나는 이 몸이다.”

라고 말하고 있는 겁니다.

그러니까 당신이 “나”라는 단어를 쓸 때면 언제나 당신은 자신의 무한한 존재에 관해서 말하고 있는 것입니다.

당신이 항상 “나는 무엇입니다.”라고 말할 때면 당신은 “무한한 존재인 나는 한계 지어진 무엇 무엇입니다.”라고 말하는 셈입니다.

그리고 당신은 무한한 존재이기 때문에 스스로에게 그러한 한계를 원하는 만큼 상상할 수 있도록 허용해줍니다.

바로 이것이 당신이 그토록 스스로를 제한하는 것에 능통한 이유입니다.

이해가 되나요?

Q: 네

Lester: 우리는 스스로를 너무나도 극한적인 제한 속으로 내몰아서서 우리가 환경의 희생자이고 그것에 종속되어 있다고 생각합니다.

그리고 그렇게 하고 있는 것은 바로 무한한 존재입니다.

Q: 왜 우리는 우리의 한계 없는 존재를 깨닫지 않고 있는 거죠?

Lester: 우리는 우리가 그렇게 할 수 없다는 확신을 가지고 있습니다.

만약 우리가 그렇게 할 수 없다, 라고 하는 확신이 없다면 우리는 한순간에라도 깨달을 수가 있습니다.

전지전능한 존재가 자신이 전지전능한 존재라는 것을 아는데 얼마나 시간이 걸리겠습니까?

시간이 걸리지 않습니다.

그리고 우리 모두는 각자가 그렇게 전지전능 합니다.

단지 우리가 그렇게 하려 하지 않기 때문에 그토록 어렵고 불가능해 보이는 겁니다. 그게 전부입니다.

우리가 하려고 하지 않는다는 것!

여러분들은 자신이 무한하고 한계 없는 존재라기보다는 몸이라고 하는 관념을 붙들고 있습니다.

여러분들이 그 관념을 붙들고 있는 한 옴짝달싹 못하게 됩니다.

여러분들은 자신의 반대편 측면 즉 무한함을 보지 않습니다.

Q: 그렇다면 우리 자신과 깨달음 사이에 있는 유일한 것은 단지 하나의 생각일 뿐이란 것이군요. 그런가요?

Lester: 네. 바로 그겁니다.

그 생각이 바로 모든 생각들의 최고점에 달한 생각입니다.

여러분들이 제가 여러분이 한계 없는 존재라고 말한 다음에, 자신의 생각이 어떻게 흘러가는지를 들여다본다면 ‘여러분들은 즉시 한계 지어진 몸이라는 생각으로 빠져들어간다’는 것을 알게 될 것입니다.

제가 여러분 각자가 바로 지금 무한하고 한계 없다고 말할 때 그 순간에는 여러분을 제가 말한 그런 느낌을 가집니다.

제가 그렇게 말할 때 그런 느낌을 받은 것을 알아채셨나요?

지금 여기에 있는 모든 사람이 무한하고 한계 없고 전지전능하며 편재합니다.

제가 이렇게 여러분들에게 말할 때 잠깐은 여러분도 그렇게 느끼지만, 그 다음 순간 여러분은 ‘자신이 몸이라고 생각을 하고’는 즉시 자신의 주의를 참자기의 모습에게서 돌리고서 그 위에다 몸과 몸에 관련된 개념들로 덮어버립니다.

좋아요. 여러분들은 이런 이야기를 들어왔는데도 왜 그렇게 하는 것을 멈추지 않나요?

(그 때 2명의 사람이 늦게 와서 방에 들어오면서 여기저기서 대화가 오고갑니다.)

방금 여러분들이 제가 말한 것에 대한 보기를 보여주셨군요.

방금 무슨 일이 일어났는지 보셨나요?

만약 제가 말한 것을 계속 유지하고 계셨었다면 여러분들은 새로 온 사람들 때문에 주의가 흐트러지지 않았을 것입니다.

저 분들은 그저 조용히 들어와서 자리에 앉았을 것이고 아무런 대화도 없었을 것입니다.

하지만 우리들은 이 몸에 너무나도 주의가 가 있기 때문에 우리는 즉시 그것에 끌려가버립니다.

이게 문제입니다. 우리가 계속 몸으로 있고자 하는 고집 말입니다.

매 순간 순간 우리는 스스로 이 한계 지어진 몸이라고 하는 관념을 붙들고 있습니다.

여러분들이 해야 할 일은 그것을 멈추는 것입니다.

그렇게 하실 건가요?

그렇게 한다면 당신은 자기 자신인 무한한 존재를 보게 될 것입니다.

이건 정말 간단해요.

그런데 무지무지하게 어려워 보이죠.

어려울 뿐 아니라 불가능해 보이기까지 해요. 그렇죠?

그건 다 오로지 단지 우리가 그렇게 하지 않아서 그런 겁니다.

그래서 불가능한 것으로 만들어 버린 겁니다.

우리는 이런 말들을 듣고 듣고 또 들어왔어요.

하지만 이런 말들을 듣는 게 무슨 소용이 있어요?

우리가 그렇게 하지 않는다면 말입니다.

그리고 제가 말했듯이 우리 모두는 무한한 존재이기 때문에 여기 있는 사람 중에 지금 이 순간 무한한 존재가 될 수 없는 사람은 아무도 없습니다.

우리가 그렇게 하려고만 한다면 말이죠.

그러니까 우리가 할 일은 그것과 함께 하고 우리 자신을 들여다보고 단지 그렇게 하기만 하면 되는 겁니다.

이건 이렇게 간단한 겁니다.

여기 있는 여자분들 중에 자기가 여자라는 것을 알려고 매일 노력하는 사람이 몇이나 있습니까? 아무도 없죠.

여기 있는 남자분들 중에 자기가 남자라는 것을 알려고 매일 노력하는 사람이 몇이나 있습니까? 아무도 없습니다.

왜 그렇게 안하죠?

왜 여러분들은 자기가 남자다 여자다 하는 말을 듣기를 원하지 않는 걸까요?

왜냐하면 여러분들은 그 사실에 대해서 전혀 의심하지 않고 받아들이기 때문입니다.

하지만 여러분들은 자신이 무한하다는 사실은 받아들이려 하지 않습니다.

왜 그렇게 안하죠?

왜 한계의 게임을 하고 고통을 받아들이죠?

왜 그럴까요?

전 여러분들의 질문에 대답하는 대신에 여러분들께 질문하고 있습니다.

여러분들은 여러분이 무한하다는 것을 믿기는 합니다.

그런데 왜 한계 지워진 몸이 되려고 끝없이 애를 쓰면서 ‘본래의 자기 자신이 되려고’는 하지 않는 거죠?

몸이란 것은 우리를 옹죄는 것이고 고통스럽습니다.

태어나고 죽는 것이 고통이죠.

왜 여러분들은 그토록 제한되고 움짱달짝 못하는 몸이 되려고 하는 거죠?

우리의 참모습 - 무한하고 한계 없고 완전히 자유로운 - 에 비교해보면 이것은 정말 이상한 일입니다. 그렇죠?

어쩌면 누군가가 제 질문에 대답을 해줄 수도 있겠죠.

“왜 여러분들은 자기 자신인 무한이 되지 않는 겁니까?”

Q: 무한이 된다는 건 어떤 느낌이죠?

Lester: 그 어떤 방향으로도 절대적으로 한계가 없는 것입니다.

모든 것으로부터 한계 없고 완전한 자유입니다.

음식도 산소도 직장도 필요로 하지 않습니다.

당신이 원하는 것은 무엇이든 즉시 물질화할 수 있습니다.

이 우주의 어느 곳이든 즉시 갈 수 있습니다.

당신이 원하는 만큼 커질 수가 있고 원자의 크기만큼 작아질 수도 있습니다.

완벽한 평화와 만족에 머물습니다.

상상할 수 있는 가장 환희로운 상태에 머물고 있는 거죠.

Q: 그런 일이 일어나면 이 몸은 어떻게 되는 건가요?

Lester: 그걸 정말 알려면 당신은 참자아를 경험해야만 합니다.

그렇지 않으면 몸이란 게 무언지를 이해할 수가 없습니다.

당신이 참자아를 알게 될 때만이 그제서야 몸이란 게 무언가를 알게 될 겁니다.

몸이란 건 단지 하나의 생각일 뿐입니다.

꿈속에서 자신이 몸이 된 꿈을 꾸는 상황과 같이 하나의 생각입니다.

꿈에서 깨어나면 이렇게 말하죠.

“오~ 이런 다 내 마음에서 일어난 일이었어.”

똑같은 일이 당신이 깨어있는 상태라고 부르는 이 꿈에서 깨어나면 이 몸에 일어납니다.

당신은 몸을 보지만 그것이 꿈이라는 것을 압니다.

당신은 자기 자신이 얼마나 몸에 대해 관심을 가지고 있는지 아십니까?

제가 말하고자 하는 요점은 이겁니다.

당신이 몸에 관심을 가지는 만큼이라도 무한한 존재에 대해서 관심을 가지면 당신은 자기 자신이 무한이라는 것을 알게 될 겁니다.

Q: 제가 여쭙보고 싶은 것은 선생님께서 이 모든 것들에서 떠났을 때 이 몸은 어떻게 기능을 하는가? 입니다.

Lester: 자동적으로요.

하지만 당신은 자기 자신인 “나”로부터 절대 떠날 수가 없습니다.

당신은 바로 당신의 “나”가 있는 곳에 있습니다.

당신이 “나”라고 말을 할 때 그게 바로 당신이 있는 곳입니다.

당신은 그것에서 결코 결코 떠날 수가 없습니다.

당신의 개인성은 결코 당신을 떠나지 않습니다.

당신이 그것을 결코 떠나지도 않습니다.

항상 당신 자신인 “나”는 영원한 것입니다.

그것이 당신의 자기 자신인 진짜 존재입니다.

좋아요. 만약 당신이 그 “나”로 있다면 그리고 오직 그 “나”로만 있다면 모든 것은 꿈이라는 게 드러납니다.

그리고 당신이 그것을 완전하게 보면 그런 꿈은 결코 있었던 적이 없다는 것을 알게 됩니다.

그건 당신이 악몽에서 깨어나는 것과 똑같은 것입니다.

우리가 이제 지나가야 하는 것에 대한 좋은 비유가 악몽입니다.

당신이 거기에 머물러 있는 한 그것은 끔찍한 것이고 정말 현실인 것처럼 보입니다.

당신이 깨어난 후에야 그것은 현실이 아닌 것이 됩니다. 그렇죠?

똑같은 일이 우리가 깨어있는 상태라고 부르는 이 꿈에서 일어납니다.

우리는 꿈에서 깨어나서 처음으로 말합니다.

“오~ 이런 모든 게 꿈이었네.”

그리고는 또 덧붙여서 말하게 되죠.

“그런 일들은 없었던 것이군.”

여러분들의 몸에 일어나는 것이 이런 것입니다.
여러분들은 그것을 꿈꾸는 몸으로 보게 될 것입니다.
여러분의 몸은 변할 것이지만 여러분 자신은 결코 변하지 않습니다.
여러분은 사라지는 게 아니고 잃는 것도 아무 것도 없습니다.
단지 받아들이고 또 받아들여서 참자아를 보게 되고 모든 존재와 모든 몸과
그리고 우주에 있는 모든 원자를 자기로 보게 되는 것입니다.
몸을 잃게 될까봐 혹은 다른 어떤 것이라도 잃게 될까봐 두려워할 이유가 없
습니다.
당신은 얻고 얻고 또 얻어서 무한이 되는 겁니다.
하지만 우리들 대부분은 우리가 몸을 잃어버리고 무無가 되어버릴까봐 두려워
하고 있습니다.
이것이 심각한 잘못입니다.
여러분은 수백 수천 개의 몸이 될 수도 있는데요!

Q: 우리가 몸을 존재의 관점에서 생각한다면.

Lester: 그렇게 한다면 당신은 <존재>라는 단어에 중대한 범죄를 저지른 겁니다.
<존재>라는 것은 당신 자신인 무한입니다.
당신의 존재는 무한합니다.
당신이 몸이 되는 것은 당신의 <존재>에게는 극도의 제한입니다.

Q: 우리가 이 몸을 제한이라는 관점에서 생각한다면 그것이 바로 일반적인 몸
에 대한 관념이군요.

Lester: 그렇습니다.

그러니까 말하자면 우리는 그 관념을 렛고우해야 한다는 것입니다.
“나는 몸이다.”라고 하는 개념을 붙들고 있는 한 우리는 “나는 극도의 제한된
이 물리적 몸이다.”라고 말하는 것과 같습니다.
약간의 불균형으로도 몸은 죽을 수 있습니다.
그리고 모든 사람이 알고 있듯이 조만간 몸은 죽을 것입니다.
이 몸이라 불리는 것에 뭐가 그리 대단한 게 있습니까?
몸이란 건 쓰다가 버리게 되어 있고 모든 사람이 알듯이 언젠가 누구나 이것
을 버리게 될 것입니다. 그렇죠?
하지만 맵소사! 어떻게 우리가 이런 제한된 것에 집착을 할 수가 있죠?

그리고 우리 자신을 극도의 속박으로 묶어버리다니요!
우리는 새장 안에 있는 새와도 같지만 문은 활짝 열려 있어요.
그런데도 자유롭게 날아가기를 거부하고 있어요.

Q: 음. 이 존재의 느낌 그러니까 이 무한한 존재의 느낌은 지금 현재의 몸의 느낌보다 훨씬 더 견고한 것이죠. 그렇지 않나요?

Lester: 당연히 그래야 합니다.

그러니까 실제로 제가 말하는 게 이겁니다.

여러분들은 단지 여러분의 존재의 느낌을 붙들고 가야 합니다.

그리고 거기에다가 “이 몸이 나이다.”라는 것을 덧붙이지 않아야 해요.

단지 여러분의 존재의 느낌을 붙들고, 붙들고 가다보면 여러분은 몸이 나라고 하는 느낌을 렛고우하는 것입니다.

그리고 여러분은 이 존재를 통찰하게 되고 거기에 머무르게 될 것입니다.

그리하면 여러분의 <존재>가 확고해지고 몸은 마치 꿈속의 몸처럼 보일 것입니다.

여러분이 오직 <존재>로만 있을 때 여러분은 자신의 존재가 모든 존재의 존재라는 것을 알게 될 것입니다.

제가 하는 말은 여기에 있는 모든 사람이 지금 당장 무한한 존재라는 것입니다.

그리고 당신의 그 무한한 부분이 바로 “나”입니다.

“나 있음”과 “나”의 <존재-있음>입니다.

그리고 만약 여러분들이 그것을 붙들고 가면 그것이 당신에게 확고한 진실이 되고, 몸에 관련된 모든 한계 고통 그리고 문젯거리가 자동적으로 사라져 버리게 됩니다.

Q: 저는 그것을 몇 번 흘깃 보기는 했지만 그것을 계속 붙들고 가는 것은 다른 문제더군요.

Lester: 당신이 그것을 계속해서 붙들고 가지 않은 이유는 당신이 <몸이 나>라는 것을 붙들고 있었기 때문입니다.

Q: 이 존재의 느낌은 마음으로 알 수 있는 게 아니군요. 그렇죠?

Lester: 맞습니다. 하지만 당신이 이미 그것이라면 그것을 지각해야만 할 필요가 없습니다.

당신은 당신이 남자라는 사실을 지각해야만 합니까?
단지 그것으로 있으십시오.

Q: 하지만 이 변형이 개인의 내면에서 일어나려면 먼저 지적인 이해가 있어야 하는 게 아닌가요?

Lester: 지적인 이해는 당신이 자신이 아닌 것에서 시선을 돌리고 자기 자신인 것을 보게 하는 방향을 가리켜 줍니다.

그런 의미에서라면 당신의 말이 맞습니다.

우리는 “나는 무엇인가?”라는 질문을 하고 이것은 지적인 질문입니다.

하지만 그 대답은 지적인 이해가 아니라 경험이어야 합니다.

Q: 제가 도달한 곳이 여기입니다.

언제 무한에 대한 이 지적인 이해가 멈추고 진실을 깨달을 수가 있나요?

Lester: 당신의 생각이 충분히 고요해지면 당신은 자기 자신을 보게 되고 그것이 당신에게 진실이 될 것입니다.

Q: 우리가 그런 변화의 과정을 의식할 수는 없는 것이군요.

Lester: 당신은 한계의 관념들을 렛고우하는 것을 의식하게 됩니다.

당신 자신인 무한한 존재를 발견하는 것은 변화의 과정이 아닙니다.

왜냐하면 지금 이 순간 당신은 이미 그것이기 때문입니다.

당신은 항상 그것이었고 앞으로도 항상 그것일 것입니다.

그러니까 거기에는 변화의 과정 같은 것은 있을 수가 없습니다.

한계 지워진 생각들을 렛고우하는 것이 바로 변화의 과정입니다.

Q: 자신의 내면의 존재를 무한하다고 생각하는 것은 어렵지 않나요?

Lester: 당신의 생각 안에서라면 그건 불가능합니다.

그것은 오직 경험해야만 하는 것입니다. 할 수 있어요.

Q: 그건 진짜입니다. 선생님께서 그렇게 하셨잖아요.

의심할 수가 없는 것이예요.

Lester: 네. 머지않아 당신이 스스로를 고문하는 것에 질려버렸을 때 그리하면 당신은 이 모든 말도 안 되는 것들을 렛고우할 것이고 당신은 자기 자신인 무한이 될 겁니다.

지금 이 지구상의 대부분의 사람들에게는 그렇게 하는데 수백만 년의 세월이 걸릴 겁니다.

그리고 당신은 왜 그런지 이유를 알 수 있습니다.

다른 모든 사람들을 생각해 볼 때 여러분들은 많이 진보했습니다.

그런데도 그 몸을 얼마나 붙들고 있는지 한번 보세요.

여러분들이 하는 말이나 질문들은 대부분 몸이 어떻게 변할지 몸에 무슨 일이 생길지 몸에 관련된 것들입니다.

저는 여러분들이 몸이 되려고 애를 쓰고 있는 한, 무한이 되는 것은 불가능하다고 말을 해서 여러분들이 몸과 동일시하는 것을 렛고우할 수 있도록 자극하고 싶습니다.

그리고 여러분이 몸이 되려고 고집하는 한 그것은 불가능합니다.

여러분은 움짱달짝 못하고 있어요.

여러분은 그런 식으로 몇 백만 년 동안 머물 수도 있습니다.

여러분은 자기 자신에게 아무런 한계가 없다는 개념을 받아들여본 적이 있습니까?

Q: 저는 지적으로는 그 생각을 받아들였습니다만 실제로는 아닙니다.

Lester: 네. 그래요.

그리고 당신이 스스로를 몸이라고 믿기 때문에 무한이 되는 것은 불가능합니다. 몸이란 것은 매우 연약한 것이고 오래 지속되는 것도 아닙니다.

그런데도 우리는 이 몸이 되려고 애를 쓰고 있어요.

이제 어떤 사람이라도 언제라도 결심한다면, 정말로 몸이 아니라고 결심한다면 그는 자신의 무한한 참자아를 볼 수 있도록 자신을 허락하는 것입니다.

우리가 하루 24시간 동안 무얼 하고 있습니까?

우리는 몸에 비위를 맞추느라 바쁩니다.

우리는 자신이 몸이라고 생각하니까요!

우리는 아침에 그것을 깨우고 씻기고 옷을 입히고 아름답게 치장합니다.

그리고는 이 몸이 유지될 수 있게 하기 위해 다른 생명(음식)을 먹어서 이것 안에서 소화를 시킬 수 있도록 돈을 벌기 위해 직장으로 보내죠.

그리고는 집으로 돌아가서 밤에 그것을 파킹해놓습니다.

그리고 그것은 너무나도 멋진 생활이기 때문에 우리는 그것에서 도피해야 합니다. 매일 밤 우리는 무의식이 되죠. 즉 잠을 잡니다.

우리는 이것을 매일 매일 죽고 태어나면서 계속 합니다.

마침내 우리가 이 몸이 아니고 몸 이상의 것이고 무한한 존재라는 것을 결심하게 되기 전까지 말이죠.

이건 정말 간단합니다.

단지 어려움은 우리가 몸이 되고자 하는 것에 집착을 한다는 거죠.

우리는 끊임없이 이야기 합니다. “나는 몸이야. 나는 무한이 아니야.”

그리고 당연히 우리는 우리가 우리 자신을 이 연약하고 썩어 없어질 몸에 집어넣고서 찾아 헤매는 무한한 기쁨과 행복을 느끼지 못합니다.

Q: 아까 선생님께서 우리가 너무나도 멋진 생활을 하기 때문에 무의식이 되어야 한다고 하셨는데 무슨 말씀이신가요?

Lester: 이 삶은 우리가 너무나도 거대한 것이라 생각하기 때문에 우리는 하루 24시간을 다 받아들이지 못하고 하루에 8시간 정도씩 우리는 잠이라는 무의식적인 상태를 통해서 도피해야 하는 거죠.

Q: 잠을 자고 있는 동안 전 어디에 있죠? 왜 기억이 안 나는 거죠?

Lester: 왜냐하면 당신이 기억할 수 있다고 믿지 않기 때문입니다.

그 이유는 당신이 기억하기를 원하지 않기 때문인데 왜냐하면 당신이 이 몸과 세상에 연결이 되어있지 않다면 공중이 되어버릴 거라 믿기 때문입니다.

하지만 당신이 잠에 빠져서는 세상과 몸을 렷고우해도 당신은 여전히 존재합니다. 그렇죠?

우리가 높은 존재의 상태에 올라감에 따라 더 이상 잠을 자지 않는 곳에 도달하게 될 겁니다.

우리가 이 세상을 싫어하지 않는다면 잠을 자야 할 필요가 없습니다.

저는 아까 말한 이 세상이 얼마나 멋진가? 하는 것을 설명하고 싶군요.

우리가 매일 밤 이것에서부터 벗어나야 한다면 과연 이게 멋진 것일까요?

그러니 그것을 렷고우하고 자기 자신으로 있으세요. 무한으로 있으세요.

세상을 바라보는 것을 멈추고 “나는 스스로 존재하는 자”임을 보세요.

그리고 당신의 주의를 그 “나는 스스로 존재하는 자”에 계속 머물게 해서 마침내 그것을 완전히 보고 몸과 그것과 관련된 한계들로 머무는 것을 떨구어

버리세요.

Q: 우리는 계속해서 이 조그만 제한된 삶이 우리에게 행복을 가져다 줄 거라고 상상하고 있고 이 때문에 우리가 계속 여기에 묶여 있는 것이군요. 그렇죠?

Lester: 네. 왜 우리는 그렇게 하는 거죠?

모든 사람이 자기 자신인 무한한 존재를 찾고 있어요.

여러분들은 그것을 행복 즉 어떠한 슬픔도 없는 행복이라고 부르고 있습니다.

그것이 당신의 참자아 당신의 <존재>입니다.

왜 그저 그것이 되지 않죠? 왜 안 하는 겁니까?

Q: 글썄요. 제 생각에는 우리가 그렇게 간절하게 원하지 않는 것 같아요.

Lester: 바로 그겁니다. 여러분들은 충분히 원하고 있지 않아요.

여러분들은 온갖 한계들 질병 고통 그리고 마지막에는 죽음이 주렁주렁 달려 있는 제한된 몸이 되고자 원합니다. 참 이상하죠. 그렇지 않아요?

만약 이것이 인생에서 가장 중요한 것이 된다면 그것이 되는 데 시간이 걸리지 않습니다.

하지만 우리 모두는 온갖 방향으로 계속 해매이게 하는 다른 트랙으로 걸돌고 있습니다.

그거예요. 우리는 진정으로 우리의 한계 없는 상태에 대해서 알기를 원하지 않는 겁니다. 그렇죠?

그러니까 우리의 주의는 항상 다른 방향에 있는 셈이죠.

Q: 그것은 한계가 없다는 것을 우리는 지적으로는 알고 있습니다.

하지만 선생님이 생각하시기에 우리가 거기에 뭐가 있는지도 모르면서 저항감을 가지고 있다고 생각하세요?

Lester: 그렇기도 하고 아니기도 합니다.

알다시피 당신이 무한이고 또 당신은 그 무한을 찾고 있습니다.

당신이 하는 매일 매일의 모든 행동에서 당신은 자기 자신인 무한한 존재를 찾고 있습니다.

당신은 그것을 행복이라고 부르죠.

당신이 행복이란 것의 근원을 살펴본다면 바깥에 있는 사물과 사람들에게는

행복이란 게 없다는 것을 발견하게 될 것입니다.

행복이란 당신이 내면에서 경험하는 무엇입니다.

그리고 그 행복은 항상 거기에 있습니다.

다만 당신이 그 행복을 금덩어리를 가지거나 나를 좋아해주는 누군가에게 의지하지만 않는다면요.

일단 내가 “나의 내면의 행복을 위해서 나는 금덩이를 가져야만 해.”라고 말한다면 금을 가지지 못하는 한 나는 그 행복을 차단하고 있는 셈입니다.

그러니까 우리는 그 무한한 행복이 우리 자신 안에 있고 저기 세상에는 없는 데도 그것이 세상의 자잘한 것들에 있다고 말함으로써 그 무한한 행복을 차단하고 있는 것입니다.

당신이 말한 것처럼 우리는 행복이 세상에 있다고 너무나 믿고 있기 때문에 우리의 주의는 우리 자신인 무한한 존재가 아닌 다른 곳으로 향하고 있습니다. 만약 우리가 우리 자신인 이 무한한 존재를 보기를 진심으로 원한다면 우리의 주의는 항상 거기에 가 있을 겁니다.

Q: 그리고 우리는 바로 그 순간 그것이 될 수가 있군요!

Lester: 맞아요. 바로 그 순간 아니면 1-2달 정도요.

하지만 여러분들이 그 몸으로 있고자 고집한다면 수백만 년이 걸릴 수도 있어요.

Q: 만약 누군가가 모든 것이 딱 막힌 것처럼 극심한 고통을 경험한다면 이런 것으로부터도 가끔은 깨달음이 나올 수가 있죠. 그렇지 않나요?

Lester: 오~ 그렇죠. 우리가 하는 게 대개 그런 방식이죠.

우리가 대개 한계의 방향으로 갈 때면 우리는 자신을 더욱 더 한계 지우게 되고 마침내는 극단적으로 우리가 뭔가 끔찍하게 움짱달짝 못하게 되는 것이죠.

병에 걸린다거나 죽음에 이른다 거나요.

그리되면 모든 사람이 결심을 하게 되죠.

“이런 빌어먹을!” 그리고는 올바른 방향으로 갑니다.

하지만 우리는 그것이 너무 너무 멋지기 때문에 올바른 방향으로 갈 수 있어야 하고 그래야만 합니다.

Q: 제 생각에는 우리에게 이 무한한 힘과 접촉을 해서는 그것을 사용해서 이 유한한 삶을 안락하고 즐겁고 풍요롭게 하는 뭐 그런데에 쓰고 싶어 하는

경향이 있는 것 같아요.

Lester: 그래요.

우리는 우리의 무한한 힘과 접촉을 해서는 그것을 좋은 몸과 좋은 세상을 만드는데 쓰려고 하고 있습니다.

우리는 이 몸과 세상을 더욱 좋은 것으로 만들 수 있어요.

하지만 우리는 그 행복을 영원히 유지하지는 못합니다.

왜냐하면 이 몸과 세상에 종속되어 있다는 것은 유한하고 부자유한 것에 종속되어 있다는 것과 같기 때문이죠.

Q: 그렇다고 해서 이 몸을 없애버리는 게 도움이 되진 않죠. 그렇지 않은가요?

Lester: 전 당신에게 그렇게 하라고 권하고 싶지 않습니다.

적어도 당신이 의식적으로 몸을 떠날 수 있을 때까지는요.

만약 당신이 강제로 몸을 떠나고자 한다면 당신은 또 다른 자궁에 다시 태어나서는 당신이 몸이 아니라는 것을 배우기 시작할 때까지 20년을 또 기다려야 할 겁니다.

그러니까 강제로 몸을 떨어뜨리는 것은 매우 잘못된 일입니다.

하지만 당신이 얼마나 자신을 몸이라고 상상하는지에 대해서 알고 싶다면 자기의 몸을 고속도로에 던져 버리고 차들이 그 위로 지나간다고 상상해보세요.

이렇게 하면 자기가 얼마나 자신을 몸이라고 생각하는지 알 수 있을 겁니다.

Q: 우리 자신을 무한으로부터 가로막는 것은 무의식적인 마음 아닌가요?

Lester: 당신의 생각을 무의식으로 만든 것은 당신입니다.

저는 당신이라고 말합니다. 당신의 마음이 아니라요.

제 말에 반박하고 싶으시다면 당신이 말하고 있는 그 마음을 나에게 보여주세요.

그게 어디에 있습니까?

그리고 그게 어떻게 당신을 붙들어 매고 있나요?

그게 당신이 아니라면 생명력을 가질 수 있나요?

그것과 당신이 다른 것인가요?

이 마음이란 게 뭘니까?

당신 자신이 마음과 몸 혹은 다른 수단을 통해서 스스로를 가로막고 있는 것입니다. 당신이 그렇게 하고 있어요.

당신이 온전히 책임을 지는 것이 중요합니다.

왜냐하면 당신이 그렇게 하지 않는다면 이 덫에서 빠져나올 수가 없으니까요.

Q: 저는 그것이 우리가 스스로 창조해낸 것이란 것을 이해합니다만 이젠 그게 너무 커져버렸어요.

Lester: 그게 아니고 당신이 너무 크게 만들어 버린 겁니다.

당신이 다른 것을 탓하는 한 절대로 거기에서 빠져나오지 못합니다.

당신이 그렇게 하고 있습니다.

당신이 그것에 대해서 스스로 책임을 지지 않는 한 당신의 한계를 되돌릴 수 없다는 것을 이해하지 못하겠어요?

그것을 마음이라 하든 몸이라 하든 무엇이든 부르든 간에 당신이 그렇게 하고 있는 겁니다.

Q: 저는 그것에 책임을 질 것입니다.

왜냐하면 저는 그것에 관해서 뭔가를 하기를 원하니까요.

Lester: 오케이.

당신이 “내가 모든 책임을 질 것입니다.”라고 하는 한 좋습니다.

하지만 당신이 “그것은 마음이 그렇게 한 것입니다.”라고 말한다면 당신은 그것에 대해 책임을 지지 않는 것입니다.

그리하면 당신이 아니라 마음에 책임이 있게 되는 것입니다.

이해가 됩니까?

Q: 으흠. 제가 그것에 책임이 있습니다. 제가 만들어낸 것이니까요.

Lester: 좋습니다. 그 마음은 누구의 것입니까? 당신의 마음입니다.

Q: 하지만 여전히 그 마음이란 게 다룰 수 없는 프랑켄슈타인의 괴물과도 같아요. 그게 우리의 길을 가로막는 게 아닐까요?

Lester: 아닙니다. 당신이 그렇게 하는 겁니다.

당신이 자기가 아닌 다른 것이 그렇게 한다고 생각하는 한 당신에겐 기회가 없습니다.

지금 말한 것처럼 여러분들은 자기 자신이 아니라 마음이 그렇게 하고 있다고 믿고 있습니다.

Q: 그래서 우리는 마음이 참자아를 볼 수 없는데도 불구하고 볼 수 있을 것이라고 하는 오해를 하게 되는 거군요.

Lester: 맞아요!

Q: 그리고 우리는 너무나도 마음으로 기능하는데 익숙해져 있어서 마치 이것이 우리가 가지고 있는 유일한 도구인양 생각하고 있고 우리는 영터리 도구를 사용하고 있는 셈이군요.

Lester: 그렇습니다.

Q: 그러니까 우리가 할 일은 이 도구를 밖으로 던져버리는 것이군요.

Lester: 그래요. 그러면 남아 있는 것은 무한한 당신입니다.
그 도구를 던져 버리세요.
당신 자신이 되는 데는 아무런 도구가 필요 없습니다!

Q: 그게 바로 잘못이군요.
우리가 계속해서 마음을 가지고 뭔가를 해보려고 하는 게요.
왜냐하면 마음이란 게 우리에게 익숙한 유일한 것이라서요.

Lester: 마음이 당신에게 익숙한 유일한 것은 아닙니다.
당신은 자기 자신인 “나”에 너무나도 익숙해져 있습니다.
“나”라고 하는 단어는 당신 자신이지 당신의 마음이 아닙니다.
당신이 마음을 가지고 있는 것입니다.
당신은 자기 자신인 이 무한한 존재를 항상 경험하고 있습니다.
그리고 그것이 바로 “나”입니다.
당신은 몸-마음과 동일시함으로써 이 무한한 “나”에 대한 시각을 잃어버렸습니다.
당신의 몸-마음과의 동일시를 렛고우하고 나면 바로 거기에 그 무한의 존재인 순수한 “나”가 있습니다.
너무 심플하지 않나요?

Q: 선생님께서는 그 “나”라는 것이 수십억 년의 세월 동안 있었노라고 말했습니다.
그 “나”라는 것은 항상 똑같은 것인가요?

Lester: 당신의 참자기인 그 “나”는 항상 똑같고 변함없고 영원하며 완벽합니다.

Q: 그것은 항상 그대로였고 앞으로도 그대로일 것이군요?

Lester: 그것은 항상 그대로였습니다.

완벽하고 변함없고 불멸입니다.

그래서 우리는 이 몸을 그렇게 생각하는 경향성을 가지게 되는 것입니다.

우리는 이 몸을 완벽하게 하고 불멸로 만들고자 합니다.

그럴 수 없다는 것을 알면서도 말이죠.

Q: 이 몸에도 어떤 목적이 있지 않을까요?

Lester: 네. 몸은 고통받고 한계 지어지는 느낌을 줍니다.

이 몸은 우리가 다시 무한으로 되돌아가게 하는 방향을 되잡아 줍니다.

우리가 몸을 가지게 된 의도는 우리 자신이 무한한 존재라는 것을 경험해보고 싶어서였습니다.

그래서 당신은 마법을 사용해서는 육체라고 하는 극단적인 한계를 만들어 냈습니다.

당신이 한계 없는 존재라는 것을 배우기 위해서요.

그 몸은 당신이 몸이라고 생각하면 할수록 더욱 더욱 더욱 고통스러워지다가 마침내 당신은 “이런 제기랄!” 이렇게 이야기를 하게 되죠.

그리고는 당신 자신이 누구인지를 보아야겠다는 확고한 결심을 하게 되고 당신은 즉각 항상 그래왔던 무한의 존재에 깨어나게 됩니다.

Q: 그 “나”라는 것은 항상 몸을 사용하나요?

Lester: 아니요. 그 “나”라는 것은 몸을 사용하지 않았습니까.

그 “나”는 변함없고 완벽합니다.

그 “나”가 몸을 사용하는 것을 상상하고 꿈을 꾸었습니다.

그것은 환상이고 꿈입니다.

하지만 당신이 꿈속에 있는 동안 그것은 현실처럼 보이죠.

이 꿈에서 깨어나세요.

당신 자신이 누구인지를 보세요.

그게 바로 우리가 해야 할 일입니다.

자~ 이제 여러분들이 얼마나 많은 질문을 몸에 대해서 해대는지 보셨죠?

눈치채셨나요?

Q: 제 생각에는 좀 더 분명히 하고자 그래서가 아닐까요?

Lester: 아닙니다.

여러분들은 지금 자신의 무한함을 이 극도의 제한된 것을 통해서 표현하려고 하고 있습니다.

그렇기 때문에 여러분은 움짱달짝 못하게 된 것입니다.

그것을 뒤집으세요. 몸을 렛고우하세요.

여러분들의 모든 주의를 자기 자신인 무한한 “나”에 기울이세요.

그럴 때에만 여러분들은 그 무한한 “나”를 볼 가능성을 가지게 됩니다.

여러분들은 몸이 자기라고 하는 개념을 렛고우해야 합니다.

Q: 그렇다면 고통이 위대한 스승이 될 수도 있겠군요. 그렇죠?

Lester: 그렇습니다.

하지만 우리는 그게 얼마나 어마어마한 고통인지 알지 못합니다.

왜냐하면 우리는 이 몸-마음에 너무나도 익숙해져 있어서는 무감각해져 버렸기 때문이죠.

우리가 무한한 존재이기 때문에 이 제한된 몸으로 있다는 것은 매우 고통스러운 것입니다.

당신이 이 꿈에서 깨어났을 때에야 그 고통이 얼마나 심한 것인지를 알게 될 것입니다.

그것은 무한한 기쁨인 당신 자신에 비교한다면 거의 무한한 고통입니다.

전 당신이 몸-마음이 아니어야 한다고 강조하고 있는 것입니다.

다만 존재하세요.

Q: 명상을 할 때도 우리가 어느 정도는 마음을 쓰는 게 아닌가요?

Lester: 맞습니다. 하지만 명상은 마음을 고요하게 하는데 사용되어집니다.

당신은 마음을 고요하게 하는데 마음을 사용하고 있는 셈이죠.
마음이 충분히 고요해지면 당신 자신이 이 무한한 존재가 스스로 명백해집니다.
이게 명상을 하는 모든 목적입니다.
누구라도 마음을 충분히 고요하게 한다면 그는 자기 자신인 무한한 존재를 볼 수밖에 없는데 왜냐하면 생각만이 그것을 덮고 있기 때문입니다.
그리고 마음이란 단지 생각에 지나지 않는 것입니다.
그러니까 명상이란 마음을 고요하게 만들기 위해 하는 것입니다.
당신이 아주 고요해져서 자신의 참자아를 볼 수 있을 때까지 말이죠.

Q: 생각을 무한함으로 향하도록 정렬하는 것도 한걸음 나아간 것인가요?

Lester: 네. 하지만 그것 역시도 또 하나의 생각입니다.

Q: 그것 또한 하나의 생각이라.
하지만 어떤 생각들은 다른 생각들보다 좀 더 신을 드러내게 해주지 않나요?

Lester: 어떠한 생각도 신을 드러내게 해주지 않습니다.
모든 생각은 신 혹은 당신의 참자아를 숨기거나 덮기 위해 있는 것입니다.
모든 생각은 사슬입니다. 좋은 생각은 황금으로 만들어진 사슬입니다.
쇠로 만든 사슬과 마찬가지로 황금으로 만들어진 사슬 역시 당신을 묶어놓을 수 있습니다.
당신은 모든 생각을 되돌려야 합니다.
마음을 고요하게 하십시오.
충분히 고요하게 하면 당신 자신인 무한의 존재가 스스로 명확해집니다.
그것은 항상 거기에 있습니다.
생각들이란 그것을 가리는 소음과도 같은 것입니다.
하지만 당신이 생각을 반드시 해야만 하겠다면 신을 향한 생각이 다른 방향의 생각보다 훨씬 더 낫긴 합니다.

Q: 만약 무한함이 마음이 아니라면 선생님께서는 어떻게 그것을 무한함이라고 말씀하실 수가 있죠?
무한이라는 것도 정신적인 관념일 뿐인데요.

Lester: 아닙니다. 어떠한 생각도 무한함이 될 수 없습니다.

모든 생각은 한계 지워진 것입니다.

Q: 그러면 어떻게 선생님께서는 자신이 무한하다는 것을 아실 수가 있죠?
그것을 또 어떻게 설명을 하시고 계신 거죠?

Lester: 우리는 무한을 정신적으로 지각할 수도 없고 말로 표현할 수도 없습니다.
그건 불가능해요.

집에 가서 한번 해보세요.

무한함을 지각하는 것은 불가능합니다.

Q: 음. 그건 경험이군요.

Lester: 그래요. 그건 생각이 아니라 경험입니다

무한이 되는 경험이죠.

마음은 그것에 관해서 암시할 수는 있지만 묘사할 수는 없습니다.

어떠한 설명도 필연적으로 한계 지어진 것입니다.

Q: 마음은 어디에서 시작해서 어디에서 끝나는 것이고, 신은 어디에서 시작해서 어디에서 끝나는 것이고, 무한은 어디에서 시작해서 어디에서 끝이 나는 것 인가요?

Lester: 신 무한 참자아는 시작도 끝도 없습니다.

마음은 당신이 그것을 창조해내었을 때 시작되었습니다.

그리고 당신이 그것을 렛고우할 때 끝이 납니다.

Q: 저에게 렛고우하는 것은 매우 고통스러운 투쟁처럼 보입니다만.

Lester: 당신이 한편으로는 붙들고 있으면서 렛고우하려고 애를 쓰기 때문입니다.
당신이 그것을 붙드는 것이 고통입니다.

왜 그냥 존재하고 당신 자신이 되지 않는 거죠?

왜 반대편 - 투쟁에 대해서 저에게 질문을 하는 건가요?

왜 그것에 관해서 말씀을 하시나요?

왜냐하면 당신이 그것에 관심이 있고 그것과 무한을 연결해서 제가 무언가를 말해주기를 바라기 때문입니다.

Q: 그렇다면 선생님께서 생각을 하실 때 선생님은 이 생각을 누가 생각하고 있는지 즉 이것을 누가 컨트롤 하고 있는지를 그냥 알고계신 거군요?

Lester: 맞습니다.

생각하는 자가 누구인지를 발견하게 되면 대답을 찾은 것입니다.

당신이 누가 마음을 가지고 있고, 몸을 가지고 있고, 생각을 하고 있는지를 알게 된다면 당신은 진정한 자기 - 무한의 존재를 발견한 것입니다.

그러니까 몸과 마음에서 벗어나서 보시고 자기 자신인 <존재>를 향해서 보세요.

그리고 당신 자신이 바로 그것이라는 것을 알게 될 때까지 결코 멈추지 마세요!

39. 세상

우리는 세상을 우리의 물질적인 육신을 통해서 인식합니다.

특히 우리의 오감을 통해서 인식하죠.

만약 우리가 세상을 우리의 몸 즉 우리의 육체 감각으로 인식을 하고 있다면, 우리는 그것을 통해 인식을 하는 몸이라는 탈 것이 될 수가 없습니다.

즉 몸이란 건 단지 우리가 사용하고 있는 도구라는 것이죠.

우리의 가장 주된 목적은 그 인식하는 자가 누구인지를 발견하는 것입니다.

자신에게 말해보세요.

“나는 이 몸이 아니야. 나는 이 마음도 아니야. 그럼 내가 누구지?”

모든 탐구와 생각의 배후에 항상 이 질문이 흐르도록 하세요.

세상이 어려우면 어려울수록 참된 행복 -참자아- 을 찾고자 하는 동기가 더 강해집니다.

삶이 쉬울 때는 그 동기가 그다지 강하지가 않죠.

인간의 삶 즉 우리가 현재 들어와 있는 이 육체의 삶은 우리가 이제껏 경험해 온 것 중 무엇보다 어려운 삶이어서 성장과 깨달음에 대한 가장 큰 기회를 제공합니다.

하지만 만약 우리가 참자아를 추구하지 않고 세상과 함께 그저 흘러가기만 한다면 우리의 환상과 무지함은 계속해서 커져만 갈 것이고 그게 바로 이 세상에서 가장 큰 위험입니다.

상황이 나빠져서 만약 당신이 정신을 차리지 못한다면 마스터들도 도울 수가 없습니다.

하지만 정신만 바로 차린다면 당신은 이 세상을 그저 당신이 거쳐 가는 활동 사진으로 보게 될 것입니다.

이 세상에는 노예 의식이 있습니다.

사람들은 먹고 살기 위해서 일을 해야만 한다고 확신하고 있고 그 때문에 세상이 그렇게 되었습니다.

만약 그렇지 않다면 자연은 모두가 필요로 하는 것을 충분히 공급해주었을 것입니다.

당신이 오늘날 미국인들의 마음에 얼마나 많은 증오심이 있는지를 알고 싶다면 현재의 상황과 전쟁을 보십시오.

하지만 우리는 영적으로 뒤로 물러나지 않을 것입니다.
우리는 우리가 보고 있는 현실이 무엇이든 앞으로 나아갈 것입니다.
우리는 이제까지 잠재의식 속에 증오심을 품고 있는 것에 너무나 무감각한 상태로 지내왔습니다.
그리고 우리는 이제 그것을 떠올리고서는 거기에서 빠져나옵니다.
이것은 우리가 우리의 증오심을 표현하는 능력에 의해서 보여줍니다.
표현하는 것은 억누르는 것보다 더 나은 것입니다.
이게 지금 이 세상에서 일어나고 있는 일입니다.
당신은 오늘날 모든 것에서 이것을 볼 수 있습니다.
사람들이 성장하고 있는 거죠.
하지만 당신이 알아야 할 중요한 것은 세상에 있는 것은 오직 당신의 의식뿐이라는 것입니다.
증오심과 전쟁을 렛고우하고 바로 그 뒤에 있는 평화와 조화를 보세요.
그리스도와 마스터는 어떠한 증오와 파괴도 보지 않습니다.
그는 오직 진리만을 봅니다.
그는 전부인 신만을 봅니다.
만약 신이 모든 것이고 신이 완벽한 것이라면 어디에 불완전함이 있을 수 있습니까?
진실로 실제로 불완전함이란 없습니다.
당신 스스로 이것을 보아야 합니다.

당신은 신이 모든 것이고 신은 완벽하다고 하는 올바른 가정에서 시작해야 합니다.
그리고 당신이 이러한 의식을 통해서 볼 수 있다면 당신은 오직 이 진실만을 보게 될 것입니다.
우리가 진리를 알고자 한다면 이 세상에 너무 많은 관심을 가져서는 안 됩니다.
당신이 세상의 것을 더욱 많이 가지고자 원할수록 당신은 한계 없는 기쁨을 렛고우하게 됩니다.
인간에 속해 있는 것들은 신에 속해 있는 것이 아닙니다.
그리고 인간들은 너무나도 어리석게도 인간에 속해 있는 것들에 집착을 하고 있습니다.
욕망이 우리를 이 세상에 오게 하였고 우리가 그것에 완전히 질려서 더 이상 이 세상을 욕망하지 않을 때까지 계속해서 오게 합니다.
이 세상과 함께 노는 것 즉 이 세상을 더 좋은 세상으로 만드는 것에 관한 모든 형이상학적인 가르침들은 깨달음에 관한 한 아무짝에 쓸모없는 것들입니다.

하지만 이러한 가르침들이 우리가 진리를 추구하는데 도움이 되는 생활을 하게 한다면 쓸모가 있습니다.

사람들이 세상에 대해 가지고 있는 제한된 생각을 받아들이는 것은 세상을 해롭게 하고 당신 자신을 해롭게 합니다.

세상의 한계를 받아들이는 것은 당신이 그 한계들을 확인함으로써 그것에 당신의 힘을 보태게 됩니다.

오늘날의 교육은 잘못된 것입니다.

우리는 한계와 환상에 대해 가르침을 받았습니다.

가장 중요한 것들은 결코 가르쳐지지 않고 있습니다.

대학들은 가장 중요한 주제인 행복 사랑 그리고 삶의 원리들에 대한 강의를 하지 않습니다.

우리가 이 세상에서 지식이라 부르는 것은 무지일 뿐입니다.

우리가 배우고자 하는 모든 것들은 계속해서 변해가고 그러므로 모두가 옳지 않은 것입니다.

진리는 결코 변하지 않습니다.

당신의 참자아에 대한 앎을 가지려면 이 세상의 모든 지식들을 내려놓아야 합니다.

이 세상의 권위자들은 일반적으로 앎을 가지지 못한 자들입니다.

우리가 복잡하면 복잡할수록 세상은 더욱 복잡해져 갑니다.

우리가 이 세상을 바꾸고자 원한다면 그것은 신과도 같은 놀이를 하고자 하는 예고입니다.

사람들이 어떤 장소의 진동을 만들어냅니다.

배척하는 것은 세상을 메마르게 하고, 하나 됨은 세상을 구원합니다.

당신이 이 세상 사람들의 1%라도 배척한다면 당신은 깨달음을 얻을 수 없습니다.

좌절한 사람이란 무한의 힘이 일을 하도록 내버려두는 대신에 자신이 일을 하려고 시도하고 애쓰는 사람입니다.

이 세상에 관한 진실한 이야기는 낱씨들과 전쟁, 사건, 사고의 시리즈가 아니라 영적인 성장의 스토리입니다.

언젠가는 이 세상의 역사가 마스터에 의해서 올바르게 다시 쓰일 것이지만 세상이 원하게 될 때까지는 아닙니다.

투시와 TV는 비슷하지만 투시는 그 파장이 더 높을 뿐입니다.

세상 사람들은 비열한 주인을 가진 개와도 같습니다.

세상이 그들을 얼마나 물어뜯더라도 그들은 계속해서 되돌아옵니다.

세상에는 즐거움의 순간들이 있지만 그 순간들 사이에는 그것의 몇 배가 되는 고통이 있습니다.

이 세상의 기쁨을 쫓아다니는 것은 끝내 좌절하게 되는 것입니다.

이 세상에서 온전히 만족한 사람이 한 사람이라도 있던가요?

그 어떤 사람도 당신의 약점을 알게 하지 말고 알려주지도 마세요.

사람들은 우리가 자신을 평가하는 것대로 받아들이고는 그들의 마음이 그 관념을 강화시키도록 작동하니까요.

이 세상에 대한 비전은 오직 나 자신의 것입니다.

세상 어느 누구도 내가 보는 식으로 세상을 보는 사람은 없습니다.

만약 세상이 당신을 끌어내린다면 그건 당신 안에 그러한 부정적인 것이 있기 때문입니다.

날씨나 기후는 전 인류의 의식의 총합에 의해서 만들어집니다.

당신이 참자아를 알게 될 때까지 이 세상은 당신을 두들겨 댈 것입니다.

좋은 세상 따위는 존재하지 않습니다.

그런 관념은 인간이 자신에게 부과할 수 있는 가장 극한의 한계일 뿐입니다.

그것은 한 인간이 만들어낼 수 있는 가장 지옥과도 같은 관념입니다.

세상은 거대한 묘지와도 같습니다.

그 안에 있는 모든 것은 죽거나 분해됩니다.

만약 이 세상이 진짜처럼 보인다면 당신은 항상 예고를 살피우고 있는 것 입니다.

세상의 모든 지식은 환상의 지식이며 깨달음을 렛고우하는 것일 뿐입니다.

이 세상에서의 가장 큰 즐거움이라고 해박야 당신의 본래의 타고난 기쁨에 비하면 극히 작은 것입니다.

이 세상이 진짜처럼 보일수록 고통은 더욱 커집니다.

참자아가 진짜처럼 보일수록 그 기쁨은 더욱 커져갑니다.

이 세상에는 육체적인 눈으로 볼 수 있는 것 이상의 것이 있습니다.

우리가 육체적인 눈으로 보는 것은 최소한의 것입니다.

이 세상은 단지 신이 쪼개어져서는 여러 자질구레한 것들로 된 것입니다.

이 세상이 세상으로 보일 때는 끝없는 고통일 뿐이지만 참자아로 보일 때는 영원한 기쁨입니다.

이 세상은 우리가 아주 아주 오랫동안 습관처럼 지내왔기 때문에 대단히 강력해보일 뿐입니다.

이 세상에서의 진보란 그저 우리를 육체적인 고통에서 정신적인 고통으로 들어 올려주는 것 정도입니다.

이 세상이란 덧과도 같은 것입니다.

무한함을 유한함 속에 가두어 두고자 하는 것인데, 이것은 불가능한 일입니다!

이 세상에 대한 참된 시각은 한없는 기쁨입니다.

이 세상에 대한 환상의 시각은 고통과 비참입니다.

이 세상을 올바르게 보시고 기쁨 외에는 아무것도 없다는 것을 보세요!

절대적인 완벽함이란 완벽한 세상을 넘어서 있는 것입니다.

유일한 좋은 세상이란 세상을 초월한 세상입니다.

당신이 이 세상에서 주의를 거두어들일 때 당신은 참자기를 볼 수 있습니다.

만약 당신이 이 세상이 자기 안에 있다는 것을 알지 못한다면 어떻게 이 세상을 렛고우할 수 있겠어요?

세상이 자기 밖에 있다고 한다면 과연 우리가 거기에다 무얼 할 수가 있겠냐고요?

이 세상에서의 즐거움이란 무엇이든 일순간의 '에고의 만족'일 뿐입니다.

당신이 진실을 보지 못하는 한 당신이 아무리 높이 올라가더라도 이 세상은 한계 그 자체일 뿐입니다.

충분히 영적인 이해를 한 사람은 법률이나 의회 따위를 필요로 하지 않습니다.

좋은 사회가 되는 유일한 길은 사회 구성원 하나하나가 좋은 사람이 되는 것입니다.

모든 법률이란 이기심에서 나오는 행동들을 컨트롤하고자 하는 것입니다.

우리 모두가 비이기적일 때 법률 따위는 필요하지 않습니다.

머지않은 미래에 대통령은 그 나라에서 가장 영적으로 뛰어난 사람이 될 것이고 부통령은 두 번째로 뛰어난 사람이 될 것이고 그렇게 계속 내려갈 것입니다.

이 세상이 그저 세상으로만 보일 때는 아주 기나긴 슬픔뿐이지만 이 세상이 참자아로 보이면 한없는 기쁨만이 있습니다.

세상과 고통이란 말은 같은 말입니다.

참자아와 기쁨은 같은 말입니다.

고통의 원인은 당신이 이 세상이 진짜라고 생각하는데 있습니다.

기쁨의 원인은 '당신의 참자아야말로 진짜라고 아는 것'에 있습니다.

이 세상 안에서 우리는 우리가 보는 세상의 진실을 알고자 합니다.

이것은 거짓에서 진실을 찾고자 하는 것과도 같은 일입니다.

이 세상 안에서 진실과 변함없는 것을 찾을 수는 없습니다.

오직 참자아 안에서 우리는 이 세상의 진실을 찾을 수 있습니다.

지난 25년간 인류가 얻은 세상에 대한 지식의 엄청난 진보에도 불구하고 사람들은 더 행복해지기보다 더 불행해졌다는 것은 명백합니다.

참자아에 대한 지식 외의 그 어떠한 지식도 올바른 지식이 아닙니다.

왜냐하면 앞서 말한 것처럼 오늘날 세상의 권위자들이 혼란스런 마음을 가지고 있고 그들의 지식과 이론을 계속해서 바꾸기 때문입니다.

언젠가는 그들은 자신들이 90% 정도는 틀렸다는 것을 알게 될 것입니다.

오직 참자아를 아는 사람만이 이 세상의 지식들을 바로 잡을 수 있습니다.

그는 90%를 0%로 바꿀 수 있습니다.

이 세상은 역할 놀이입니다.

당신이 자신의 상상의 무대에서 각본을 쓰고 연기자들을 만들어 내고 자신이 배우 중의 한명이 되었습니다.

이것을 알아차리고 당신이 이 모든 것의 원천이라는 것을 곰곰이 생각해보세요.

무한함을 제한시켜서 물질과 에너지가 나오게 되었습니다.

당신이 이 세상의 마스터가 되어야 합니다.

그렇지 않다면 세상이 당신을 지배할 테니까요.

우리가 이 세상에 좋아하거나 싫어하는 게 하나라도 있다면 세상이 우리를 지배하게 됩니다.

이 세상을 초월하는 방편으로 이용하세요.

당신이 집착하는 것과 싫어하는 것들을 보고는 그것들을 렛고우하세요.

이 세상을 있는 그대로 보지 않는 것은 세상을 싫어하는 것입니다.

당신은 이 세상이 당신을 지배하고 있다는 것을 알게 된 순간부터 세상을 마스터하기 시작해야 합니다.

당신은 그렇게 결정한 사람이 자신이라는 것을 깨우쳐야 합니다.

그 깨우침이 당신을 마스터로 만들어 줍니다.

그 다음 단계는 당신이 마음을 마스터하고 그 다음으로는 마스터가 되는 것입니다.(당신이 이 세상을 마스터하기 시작한다는 것은 기분 좋은 느낌입니다.

그렇죠?)

이 세상은 거대한 자석과도 같습니다.

기본적으로 당신은 세상을 원하는 게 아니라 당신의 참자아를 원해야 합니다.

당신은 모든 것의 마스터이므로 그 어떤 것에도 종속될 필요가 없습니다.

진실로 말하자면 저 별들과 행성들을 우리가 만들어냈습니다.

중요한 것은 당신이 그것들을 굴린다는 것이죠.

그것들이 당신을 굴리게 하지 마세요.

이 세상이 당신에게 영향을 끼치는 것을 보고는 그것을 되돌리세요.

이 세상에 무의식적으로 갇혀버리지 말고 깨어나서는 자신의 참자아를 기억하세요.

이 세상은 빨리 성장하기에 아주 좋은 장소입니다.
왜냐하면 당신이 누군가에게 말을 하거나 누군가가 당신에게 말을 할 때마다 당신의 예고가 드러나기 때문입니다.
매일매일 당신의 예고의 동기를 살펴보고 그것들을 렛고우하세요!
더 이상 예고가 없어지기 전까지는 이 세상에서의 모든 행위는 당신의 예고의 동기에 의한 것입니다.
하지만 예고가 없어지면 행위는 예고 없이 일어납니다.
당신이 마음을 충분히 말려버리면 세상이 더 이상 당신을 가두지 못합니다.
우리가 이 세상의 비현실성을 보는 그 순간 참자아를 즉시 깨달게 됩니다.
우리의 눈이 이 세상을 '나'로 볼 때 그것이 깨달음입니다.
지금 당신은 세상을 매우 복잡한 다양성으로 봅니다.
당신이 세상 바로 뒤에 있는 하나의 단일함을 볼 때 당신은 세상의 진실을 보고 있습니다.
그 진실을 보게 되면 당신은 오직 단일한 참자아 즉 당신의 참자아를 보게 될 것입니다.
당신이 참자아를 보게 된다고 해서 세상이 사라지는 것은 아닙니다.
당신의 관점이 바뀌는 것이죠.
세상은 지금처럼 보이지 않게 될 겁니다.
당신은 세상을 당신의 참자아로 보게 될 겁니다.
사람들이 깨달음을 얻지 못하는 유일한 이유는 그들이 깨달음보다 세상에 대해서 더 많은 욕망을 가지고 있기 때문입니다.
이 세상이 진짜라고 하는 믿음이 우리들이 습관적인 생각들로부터 빠져나오는 어려움의 원인입니다.
이러한 믿음이 없다면 당신의 참자아를 깨닫는 것은 쉬울 것입니다.
그리고 이것이 당신에게 가장 어려운 것인데 - 몸과 마음, 세상이 진짜라는 믿음 말입니다.

우리의 기쁨은 직접적이고 즉각적인 것이어야지 우리 자신의 외부에 있는 것들에게 돌려져서는 안 됩니다.
세상에서 기쁨을 찾고자 하는 것이 깨달음을 불가능하게 만듭니다.
그 기쁨의 근원은 바로 당신이니 당신의 밖에 있는 것이 아닙니다.
이 세상에 대한 욕망만이 우리를 이 세상에 가두어 둘 수 있습니다.
당신이 당신 주위의 모든 것들의 원인입니다.
비록 다른 누군가가 그렇게 한 것처럼 보이더라도 말입니다.

당신이 이 사실을 깨달을 때 당신은 모든 것에 책임을 지게 될 것입니다.
만약 이 세상이 마음에 들지 않는다면 당신의 의식을 바꾸십시오.
의식이야말로 저기 바깥에 있는 모든 것들이고, 당신이 바꿀 수 있는 유일한
것이며, 당신이 바꾸려고 해야 하는 유일한 것입니다.
당신의 의식을 완벽한 것으로 만들어서 세상을 완벽하게 만들면 모든 것이 완
벽해질 것입니다.

이 세상의 진실은 지금 당신이 눈으로 보고 있는 것 바로 그 뒤에 있습니다.
이 세상의 희생자가 되기보다 당신이 마스터라는 것을 선언하세요.
이 세상 전부는 단지 생각에 지나지 않습니다.
그 점에 대해서 생각해 보세요!
나와 세상. 보는 자와 보이는 것은 동시에 상관적으로 솟아오릅니다.
그리고 필연적으로 같이 존재할 수밖에 없습니다.
창조물은 창조자와 동시에 솟아나는 것입니다.
이것을 깨달으세요.
세상을 보는 사람 없이는 세상이란 없습니다.
자기 자신 안에서 이 세상과 이 모습을 상상한 그 보는 자를 깨달으세요.
그리하고 나면 진실은 오직 보는 자만이 있다는 것입니다.

40. 세속과 영성

신성한 것과 세속적인 것. 영적인 것과 물질적인 것의 차이는 무엇일까요?

차이란 게 과연 있는 것일까요?

세상에서 생활하는 것과 영적인 것 사이에 차이점이 있을까요?

우리에게는 이 둘을 분리하려고 하는 경향이 있습니다. 이것은 큰 잘못입니다. 진리의 관점에서 볼 때 영적인 것과 물질적인 것 사이에는 아무런 차이가 없습니다.

차이점은 단지 겉으로 보이는 것 우리가 세상을 보는 방식에 달려있는 것입니다. 세상을 어떻게 보느냐 하는 것이고 그게 전부입니다.

당신은 세상을 예고의 관점에서 볼 수도 있고 또는 참자아의 관점에서 볼 수도 있죠.

깨달은 사람은 세상을 단지 자신의 투사로 봅니다.

그러므로 세상은 정말 자신의 창조물인 것이죠.

또한 밖으로 투사된 것이기 때문에 이것은 영화관의 스크린과도 같이 그 위로 전 우주가 투사되어진 것이고 그리고 우리의 의도에 따라 변화될 수도 있고 없앨 수도 있습니다.

진리를 깨달지 못한 사람에게는 이 영화-움직이는 그림-가 스스로 창조한 것처럼 보이지 않을 것이고 그 결과 그 사람은 그것에 스스로를 굴복시켜 노예가 되는 겁니다.

마스터는 세상의 땅 위에 굳건히 발을 딛고 있을 것입니다.

하지만 그는 겉으로 보이는 세상의 뒤편에 바로 자신의 참자아가 있다는 것을 봅니다.

그리고 그가 그렇게 하고 있을 때 모든 것이 조화를 이루고 모든 것이 완벽합니다. 이것은 서로 서로를 나누고 분리시키는 것이나 이것이나 저것을 소유하는 문제가 아닙니다.

이것은 단지 세상의 진실을 그냥 보는 것의 문제입니다.

우리가 그렇게 할 수 있다면 우리는 깨달은 것입니다.

우리가 그렇게 하지 못한다면 우리는 영원히 스스로 창조해놓은 세상의 건너편에서 혼자 새도우 복싱을 하고 있을 것입니다.

두 가지의 경우 모두 세상을 바라보고 있습니다.

마스터는 바로 세상의 뒤편에 있는 진실을 보고 있고 그것은 조화뿐입니다.

깨달지 못한 사람은 온갖 대립되는 것과 분리를 볼 것이고 그만큼 부조화만을 봅니다.

깨닫지 못한 사람은 세상이 자기를 굴리는 것처럼 봅니다.

하지만 깨달은 사람은 세상을 자신의 투사물로 보고 자기가 세상을 굴리게 되지, 세상이 자기를 굴리지 못합니다.

그는 세상 모든 것의 마스터가 되었으므로 항상 여유하게 머물고 평화롭고 고요합니다.

그리고 언제나 완전한 편안함 속에서 살고 있습니다.

우리 모두는 우리의 일상생활에서 그와 같은 평정의 상태에 있어야 합니다.

그리고 우리가 일상생활의 세세한 부분에까지 그 상태에 있지 못한다면 우리는 아직 최고의 경지에 도달한 것이 아닙니다.

그러니까 세상과 영성이라고 하는 두 가지의 카테고리가 있습니다.

하지만 이것은 하나이고 같은 것입니다.

이것은 단지 우리가 어떻게 보느냐 하는 방식의 문제일 뿐입니다.

우리는 그 어떤 사람도 사물도 우리를 동요하게 할 수 없는 그곳에 이르러야 합니다.

당신이 그 상태에 이르렀을 때 당신은 최고의 상태에 있는 것입니다.

당신은 세상에 있지만 그 어떤 것도 그 누구도 당신을 눈곱만큼도 방해할 수 없습니다.

이것을 탐구하세요.

이것을 연습하세요.

이것을 당신의 삶의 방식으로 삼으세요.

화내거나 질투하고 증오하고 등등. 그저 세상 사람들에게 반응하면서 살지는 마세요.

어떤 일이 일어나든 어떻게 되든 언제나 한결같은 그곳에 머무세요.

그곳에서 당신은 언제나 똑같이 초연하고 균형 잡히고 평화롭습니다.

Q: 하지만 레스터. 제가 세상을 볼 때면 온갖 서로 다른 것들이 보입니다.

Lester: 세상에서 우리가 차이를 볼 때나 혹은 세속과 영성에서 차이를 볼 때면 그것은 아직 우리가 영성에 대해서 충분한 이해를 가지지 못해서입니다.

우리는 온갖 것들을 서로 분리시키고 있어요.

가장 높은 경지는 우리가 세상과 영성에 동시에 존재하는 것이고 거기에는 아무런 구별이나 차이가 없습니다.

우리는 그것을 하나로 보고 그것을 세상이나 영성으로 나누어 보지 않습니다.

우리는 그것들을 하나임으로 봅니다.

우리 자신의 참자아로 보는 거죠.

혹은 만약 우리가 원한다면 우리는 세상 전부를 우리 자신의 안에 있는 것으로 보거나 우리들이 잠들어 꾸고 있는 꿈으로 볼 수도 있습니다.

꿈에서 무슨 일이 일어나든 우리는 항상 변함이 없습니다.

우리는 그 어떤 것들 사이에서도 절대적으로 차이점을 보지 않습니다.

모든 것을 관통하는 오직 하나의 단일함만이 있습니다.

그 어떠한 것도 변하지 않습니다.

언제나 늘 한결같음이 우리의 주된 느낌이 될 것입니다.

이러한 것이 우리가 얼마나 이 길을 걸어왔는지에 대한 잣대가 될 수 있습니다.

모든 것이 똑같아 보입니까? 정말 변하는 것이 없어 보입니까?

우리가 이러한 관점에서 관찰을 시작하면 약간은 충격적일 수도 있습니다.

우리는 ‘동일함, 하나임, 다름이 아님, 오직 신만이 존재함, 모든 것과 모든 사람 안에 있는 신’만을 보는 진리의 길을 얼마나 걸어왔습니까?

당신이 그 비이원론을 성취할 때 당신은 “나”라고 하는 분리의 감각을 잃어버릴 것입니다.

만약 당신이 “겉으로 보이는” 타인들을 인식할 때면 당신은 “우리”라는 단어를 사용하게 될 것입니다.

하지만 그것보다 당신은 아마도 스스로 제3자의 입장에서 이야기할 것입니다. 그게 마스터들이 가지고 있는 느낌입니다.

그리고 그들은 그런 식으로 이야기를 합니다.

어떤 마스터들은 그들 스스로를 이름으로 부르지 않을 것입니다.

그들은 자신을 제자들이 그렇게 하듯 3인칭으로 부를 것입니다.

예를 들어 만약 모든 사람들이 켄이 농담 삼아 저를 부르듯이 부른다면 저는 하느님에 대해서 이야기를 할 것입니다.

“나” “저” 혹은 “레스터”라고 말하는 대신에 저는 그(자기 자신을 가리키면서)에 대해서 말할 때 하느님이라 할 것입니다.

그게 바로 여러분들이 모든 것이 하나가 되고 단일함이 될 때 느끼는 상태입니다.

당신은 단지 당신의 육체와 동일시하지 않습니다.

많은 사람들이 세상과 영성이 하나임을 알지 못하고 많은 질문들을 하고 이야기들을 나누고 있기 때문에 이 부분에 대해서 꽤 강조하면서 말씀을 드렸습니다.

Q: 정말 아무런 차이가 없나요?

Lester: 그렇습니다.

당신이 제대로 본다면 그것들은 하나이고 같은 것입니다.

만약 당신이 환상을 통해서 잘못 본다면 분리된 것을 볼 것이고 차이점을 볼 것입니다.

이것은 세상이고 저것은 영적인 것이고 이렇게 말이죠.

Q: 그 ‘나’라고 하는 건 예고를 말씀하시는 거죠?

Lester: 네. 그 ‘나’라고 하는 건 단지 마스터가 겉으로 보이는 다른 예고들과 대화를 하기 위해서 그냥 쓰는 겁니다.

마스터는 오직 마스터만을 봅니다.

모두가 같아 보이는 무한한 빛의 한 점. 황홀하게 빛을 방사하는 존재들.

오직 하나의 존재의 한 점들. 마스터는 모든 사람들을 이렇게 봅니다.

그는 우리가 그를 보듯이 사람들을 보는 게 아닙니다.

Q: 마스터는 자신을 다른 사람들과는 다른 색조로 보는 건가요?

아니면 모든 것이 같나요?

Lester: 찬란하게 뻗어나가는 빛을 방사하면서 모든 곳이 중심이지만 그 가장 자리란 어디에도 없는 광대한 빛의 바다에서의 똑같은 빛의 점으로 봅니다.

이게 어떤 건지 상상할 수 있겠어요?

Q: 글썄요.

저도 빛나는 태양과도 같은 그런 빛 같은 것을 본 경험이 있긴 합니다만.

Lester: 네. 빛으로 타오르는 태양이죠.

마스터들은 오직 우리 안의 마스터만을 보고 있고 그와 동시에 사람들이 보듯이 그와는 다른 것을 보는 것처럼 생활할 수도 있죠.

예를 들자면 “해리. 그래요. 문제가 있군요.” 혹은 “해리. 당신에게는 몸도 있고 집도 있군요.”

하지만 그들이 그런 말을 할 때면 그건 마치 꿈속의 목소리가 말을 하는 것 같아요. 그저 겉으로만 그렇게 말을 하고 그렇게 보이는 거죠.

그냥 그런 척만 하는 거예요.

그들이 보는 것은 전지전능함. 결코 변하지 않는 무한한 하나임이기 때문에 실제로는 그냥 그런 척만 하는 거죠.

Q: 마스터들은 이원성의 환상을 보는 척하는 거군요.
우리는 실제로는 어쨌든 거기에서 살고 있는데 말이죠.

Lester: 그렇습니다.

하지만 우리들 역시도 그런 척하고 있는 거랍니다.

하지만 우리는 우리가 그런 척하고만 있다는 것을 알지 못하는 것이죠.

마스터는 그런 척하면서 그 사실을 알고 있지만 우리는 우리가 그런 척하고 있다는 것을 모르고 있는 거죠.

Q: 그런 식으로 그는 우리의 수준으로 내려오는 거군요?

Lester: 그렇죠. 오직 우리를 돕기 위해서 말입니다.

Q: 그렇다면 인간으로서의 저는 “나는 야구 게임을 할 테야.”라고 말할 수가 있거든요.

제가 야구 경기를 할 때면 저는 규칙을 따라야 합니다.

하지만 제가 굳이 야구를 해야만 하는 건 아니죠.

그러니까 신도 “나는 Bob이 되는 게임을 할테야.”라고 말할 수 있지 않겠어요?

그리고는 그 자신을 자기가 정의한 Bob이라는 인물의 한계에 집어넣는 것이고 마치 제가 야구 경기를 할 때 규칙에 따르도록 하는 것처럼요.

자, 신이 스스로를 즐기기 위해서 Bob이 되거나 혹은 레스터가 될 수도 있지 않겠어요?

그리고 어떤 의미에서는 제가 야구 경기를 하는 사람이 될 때 규칙들에 한계가 지워지는 것처럼 한계가 지워진 존재가 되는 것이죠.

그렇다면 저는 야구 경기도 하고 재미도 보고 Bob이 되기도 하는 거죠.

Lester: 신은 그렇게 할 수 있고 그렇게 하고 있습니다.

하지만 결코 자신이 신이라는 사실을 망각하지 않습니다.

밥. 당신도 항상 기억하고 있나요?

Q: 그러니까 저는 Bob이라는 놀이를 하고 있지만 지금은 그 사실을 망각한 신이라는 건가요?

Lester: 당신은 진리를 말하는 게 아니라 오직 진리를 알 때 진리가 되는 것입니다.

그것을 말로만 하고 립서비스만 하는 것은 진리를 아는 것과는 다릅니다.

Q: 선생님 말씀에 전적으로 동의합니다.

Lester: 그러니깐 이론적으로는 당신의 말이 옳습니다.

그러나 지금 중요한 것은 그것을 실제로 실행하는 것입니다.

즉 당신은 게임을 하고 있는 신이라는 것을 아는 것이고 당신이 제한된 육체의 존재인 척하고 있는 신이라는 사실을 아는 것이 중요한 거죠.

Q: 그리고 제가 원하지 않을 때면 언제나 게임을 할 필요가 없는 것이군요.

그리고 제가 이 게임을 창조했기 때문에 이 특정한 한계가 지워진 존재의 단계를 취하지 않아도 되는 것이고요.

제가 게임의 규칙들을 만들었기 때문에 야구 경기를 계속해야 할 필요가 없는 것처럼 계속 게임을 할 필요는 없고 이렇게 손가락을 통기듯이 그만둘 수 있는 거군요. (딱!)

Lester: 바로 그겁니다.

좋아요. 이제 당신이 자신이 신이라는 것을 정말 모를 때면 당신은 “나”라는 것의 근원을 추적해 들어가서 알아낼 수가 있어요.

우리가 예고의 근원을 추적해 들어가면 우리는 그 근원이 무한한 존재라는 것을 알 수 있습니다.

당신이 마음의 근원을 파고 들어가도 똑같은 것을 볼 수 있어요.

무한한 존재가 예고와 마음이라고 하는 한계가 지워진 것을 자신에게 덧씌운 것인 양했기 때문에 우리는 다음과 같은 진리를 보지 못한 것입니다.

이 세상은 오직 겉으로 보이는 한계의 게임을 하는 신일 뿐입니다.

이것을 알아내는 방법은 예고의 근원을 찾아보는 것입니다.

그리고 우리가 그 근원과 함께 머문다면 우리는 그것이 진정으로 무한한 참자기라는 것을 알게 될 것입니다.

Q: 선생님의 책에 따르자면 음. 아까 Bob이 말한 비유를 쓰자면요.

제가 만약 신을 숭배하고 우러르는 게임을 한다면 전 성취를 할 수 없을 겁니다.

만약 신의 입장에서 어떤 것이든 한다면 전 제가 누구 인지 알게 될 겁니다.

하지만 제가 밖에 있는 신을 숭배하는 게임을 한다면 전 알지 못하게 될 겁니다.

Lester: 프랭크. 그 말이 옳습니다.

그리스도의 말로 옮겨서 표현하자면, 제가 만약 그리스도를 숭배하거나 신앙한다면 그것은 아닙니다.

나는 그리스도의 눈으로 보아야 합니다.

나는 그리스도가 믿었던 것처럼 믿어야 합니다.

나는 그리스도처럼 되어야 합니다.

방금 프랭크가 말했던 것을 성경이 말하는 식으로 말해본 겁니다.

Q: 선생님의 책에 그렇게 적혀있었습니다.

저는 오늘 아침에 .바가바드기타.를 읽으면서 그것을 읽었고 선생님의 책에서도 읽었습니다.

그러니까 선생님께서는 올바른 근원에서 그 말을 가져오신 거군요.

Lester: 그 책의 서두에 그 지식은 저의 것이 아니라고 말씀을 드렸습니다.

그것은 진리입니다.

제가 그것을 만들 수도 없고 만들지 않을 수도 없습니다.

단지 저는 그것을 알아보거나 알아보지 못하거나 할 수 있을 뿐입니다.

그게 바로 우리가 가지고 있는 선택입니다.

진리를 알아보거나 알아보지 못하거나 말입니다.

우리는 진리를 만들어낼 수도 없고 그것에 어떤 것도 할 수가 없습니다.

단지 알아볼 수만 있을 뿐입니다.

Q: 제가 읽은 모든 책들이 같은 것을 말하고 있습니다.

파탄잘리가 그렇게 말했고 요가난다도 그렇게 말했습니다. .

바가바드기타와 베다에서도 그렇게 말했고 모두가 똑같은 말을 하고 있습니다.

Lester: 그리고 그들은 수천 년 전에 그렇게 말했고, 백만 년 전에도 그렇게 말했고, 십억 년 전에도, 수십억 년 전에도 그렇게 말했습니다.

그리고 앞으로도 그들은 똑같은 것을 말할 것입니다.

왜냐하면 진리란 결코 변화하지 않는 것이기 때문입니다.

진리는 변함없는 것입니다.

근본 진리는 영원토록 변하지 않은 것이고 당신은 온 우주를 다 둘러봐도 이것이 참이란 것을 알 수 있을 겁니다.

만약 지구에서 수십억 광년이 떨어진 별에서 외계의 존재가 와서는 당신에게

다른 말을 -즉 당신이 알고 있는 변함없는 진리에 들어맞지 않는 말을 한다면 그가 아무리 고귀하게 보이고 말하고 행동하고 심지어는 신과도 같은 행동을 하고 그렇게 보일지라도 당신은 그가 틀렸다는 것을 확신할 수 있을 것입니다. 제가 하는 말이 무슨 말인지 아시겠습니까?

비록 천사가 당신에게 와서 무언가를 말할지라도 그것이 진리에서 어긋난다면 거절하세요.

왜냐하면 이 우주에는 신처럼 보이는 고귀한 존재들이 수없이 많기 때문에 당신이 진리를 알지 못한다면 너무나도 쉽게 속아버리는 바보가 될 것입니다.

진리란 영원에서 영원에 이르기까지 변화하지 않는 것입니다.

Q: 우리는 가능한 한 빨리 이해하려고 하고 듣고 읽습니다.

그리고 우리 생각에 우리가 해야 할 올바른 일은 이 길 위에 있는 것입니다.

하지만 제가 교회에 가서 목사님이나 성직자들을 보면 그들은 이 길에서 20년 동안이나 애쓰고만 있습니다.

제가 저보다 훨씬 오래 이 길에 있었으면서도 여전히 분투하고 있는 사람들을 볼 때, 어떻게 하면 빨리 이것을 깨달을 수 있을까요?

Lester: 좋습니다. 이런 식으로 봅시다.

만약 당신이 Los Angeles에서 New York으로 가기를 원하는데 곧장 가는 길을 모른다고 하면 당신은 길을 탐색할 것입니다.

당신은 먼저 워싱턴주로 가서는 동쪽으로 갔다가 아래로 내려가 네바다주로 갔다가는 올라가서는 몬타나주로 갈지도 모릅니다.

하지만 만약 당신이 곧장 가는 길을 안다면 당신은 그 길을 통해서 훨씬 빨리 도착할 것입니다.

길을 탐색하는 것은 평생이 걸릴 수도 있습니다.

하지만 길을 곧장 간다면 3~4일이면 갈수도 있죠.

Q: 더 이상 말씀하지 말아주세요. 답을 알 것 같습니다.

Lester: 좋아요.

그 목사들과 성직자들은 곧장 바로 가는 길을 모르기 때문에 조금씩 조금씩 길을 탐색해 가고 있습니다.

하지만 계속해서 노력하고 온 미국을 다 뒤횈다면 어쨌든 결국에는 뉴욕에 도착할 것입니다.

Q: 하지만 우리 각자는 서로 능력이 다르지 않은가요?

어떤 사람은 무언가를 매우 빨리 쉽게 극복하는데, 다른 사람은 그 문제가 매우 깊이 뿌리내리고 있어서 극복하는데 오래 걸리고 매우 애를 써야 하지 않나요?

Lester: 네. 그렇습니다.

하지만 얼마나 빨리 깨달음을 얻느냐 하는 것은 그 열망의 강도에 달린 겁니다. 우리의 열망이 얼마나 강한가요?

우리의 열망이 아주 강하다면 깨달음은 빨리 그리고 쉽게 찾아옵니다.

저는 여러분들에게 말합니다.

제가 여러분들을 가르치는 게 아닙니다.

여러분들은 여러분들이 알고 있는 무언가를 얻는 것입니다.

여러분들은 항상 알아왔던 것들을 그저 다시 기억하는 것입니다.

나는 여러분에게 이 앎을 줄 수가 없어요. 아무도 그렇게 못합니다.

저는 그저 제안할 뿐이고, 여러분이 이미 알고 있고 무의식적으로는 항상 알고 있었고 앞으로도 알게 될 그 앎에 자신을 여는 것일 뿐입니다.

Q: 다른 말로 하자면 선생님은 그저 참자아에 있는 한 페이지를 읽어주는 것이군요. 그렇다면 실제로 이것은 스스로 깨닫는 것이군요.

Lester: 네. 그리고 이것 또한 진실입니다.

당신이 충분히 성장을 하지 못했거나 또는 다른 사람들만큼 성장하지는 못했다 할지라도 만약 당신이 강한 열망을 가지고 있다면 그 이상도 나아갈 수 있습니다.

오직 깨달음에 대한 강한 열망만이 당신에게 이번 생애 안에 완전한 깨달음을 줄 것입니다.

진리에 대한 열망을 가진 사람은 누구라도 빨리 완전한 깨달음을 얻게 됩니다.

당신이 원한다면 과거의 한계들은 얼마든지 극복할 수 있습니다.

무한하고 전지전능한 존재가 자신이 전지전능하다는 것을 아는데 시간이 얼마나 걸리겠어요?

그가 그렇게 하는데 얼마나 오래 걸릴까요?

Q: 한 번의 깨달음이면 되겠죠.

Lester: 누군가가 그렇게 하기로 의도한다면 그는 즉각 자유로워질 것입니다.
완전하게!

그러니 이러한 성장이란 것은 실제로는 우리가 이 영적 성장의 길에서 게임을 하고 있었던 것이고 우리가 지금 현재 하고 있듯이 점점 더 깨달아가다가 어느 날 우리는 이렇게 말합니다.

“오 이런, 내가 그동안 얼마나 멍청한 게임을 했던 거야. 젠장!”
그리고는 팽! 끝나버리는 거죠.

Q: 그리고 그때부터는 신의 눈으로 보는 것이군요.

Lester: 그렇습니다. 당신은 신의 눈으로 모든 것을 보게 됩니다.

그동안 당신이 그동안 해왔던 한계라는 게임을 하는 어리석은 꿈을 보게 되는 거죠. 그리고 당신은 그것을 몽땅 놓아버리는 겁니다.

41. 몸

왜 우리는 이 몸에 대한 욕구를 가져야만 할까요?

만약 우리가 무한의 존재라면 왜 몸이 필요할까요?

우리가 몸으로 태어났다는 사실 자체가 우리들이 자신의 무한함에 대해 무지하다는 것을 보여줍니다.

이것은 우리가 처한 상황에 대한 실제적인 기소장과도 같은 것입니다.

몸은 가장 큰 족쇄이고 감옥살이입니다.

우리의 길에 놓인 가장 큰 장애물이죠.

이 모든 어려움들에서 벗어나는 유일한 길은 당신이 몸이 아니라는 것을 아는 것입니다.

우리는 우리가 몸이 아니라는 것을 배우기 위해서 이 세상에 몸이 되어 태어났습니다.

우리가 수백만 년 동안 쌓아온 습관 중에 최악은 우리가 바로 이 몸이라고 생각하는 것입니다.

몸이란 단지 천천히 움직이는 기계와 같은 것이고 그 이상도 그 이하도 아닙니다.

몸으로 살아남고자 하는 욕망이 우리의 모든 잘못된 행동의 근원입니다.

모든 사람들이 인정받고 사랑받기를 원하고 그의 삶에 있어서 모든 노력의 대부분을 그것을 얻기 위해 분투하고 애쓰고 있습니다.

아기일 때 그리고 어린 아이일 때 우리는 부모님이 우리를 인정하지 않는다면 우리를 보살펴 주지 않을 것이라 생각하고 그렇게 되면 우리가 죽게 되리라고 믿었습니다.

그래서 우리는 생존을 위해 부모님으로부터 인정을 받으려고 우리의 바람과 욕구를 억누름으로써 비정상적이고 잘못된 행동 패턴을 만들어 냈습니다.

이 행동 패턴들은 태어난 첫날부터 어린 시절 동안 너무나도 무의식적으로 깊이 각인되어 있어서 이제 와서 그것을 다시 열어서 의식적으로 살펴보는 것이 극히 힘듭니다.

하지만 일단 우리가 몸이 아니라는 것을 알기만 한다면 이런 행동 패턴들은 사라져 버리게 됩니다.

당신은 만약 몸이 없다면 당신이 존재하지 않게 될까봐 두려워하고 있습니다.

모든 두려움은 직접적이든 간접적이든 몸이 죽는 것에 대한 두려움입니다.

당신은 무한함 그 자체이고 이 사실에 대해서는 전혀 복잡할 게 없습니다.

하지만 몸과 동일시하는 습관이 너무나도 강해서 당신이 참자아로 머무는 것을 복잡하게 만들고 가로막게 되었습니다.

비참함의 몸은 물질적인 육신과 관련이 있습니다.
행복함의 몸은 당신의 참모습인 참자아입니다.
행복이 바로 당신 자신입니다.
비참함은 당신이 아닌 것 바로 그것입니다.
우리의 본래의 상태는 행복입니다.
인위적으로 스스로 만든 상태가 비참함입니다.
몸을 진짜로 여길지 참자아를 진짜로 여길지는 선택입니다.
당신이 어떻게 몸에 집착하게 되었을까요?
바로 그게 당신이 어떻게 고통에 집착하게 되었는가 하는 것입니다.
몸은 한정된 삶입니다.
하지만 당신은 한계 없는 삶입니다.
이 몸이란 태어나서 죽을 때까지 죽어가는 기계와도 같은 것일 뿐입니다.
만약 당신이 자동차를 가지고 있다 해도 당신이 자동차라는 말을 하진 않겠죠.
그런데 왜 당신이 몸을 가지고 있다 해서 당신이 몸이라고 말하는 거죠?
잠이란 몸이 없는 존재의 기쁨입니다.
당신이 깊이 잠들 때는 실제로 육신을 떨어뜨립니다.
그리고는 아침에 일어날 때 그것을 다시 창조하는 것이죠.
단지 잠에서 깨어날 때는 같은 몸을 집어 드는데 반해 죽음 후에는 다른 몸을
집어 든다는 것 외에는 잠과 죽음 사이에는 아무런 차이가 없습니다.
잠과 몸 사이의 시간 간격을 짧은데 비해, 죽음과 몸 사이의 간격은 길다는 것
정도죠.
스스로를 몸이라고 생각하는 잘못된 믿음이 욕망과 혐오의 근본 원인입니다.
우리는 몸에 너무 많은 주의를 기울여서는 안 됩니다.
몸에게 필요한 것 이상을 주지는 마세요.
그리고 이러한 것을 아무런 집착없이 하세요.
인간의 몸이라는 것은 극히 제한된 것이기 때문에 이로 인해 자유로워지고자
하는 동기가 아주 큼니다.
그것은 성장하고자 하는 큰 자극이 되죠.
당신의 몸을 완벽한 것으로 만들고 스스로를 몸이라는 의식에서 살아가는 것은,
'불완전한 몸으로 참자아의 의식으로 살아가는 것'에 전혀 미치지 못합니다.
아픈 몸을 가지고는 있지만 몸과 동일시하지 않는 것은 높은 경지입니다.
그래서 어떤 마스터들은 연약하고 아픈 몸을 이끌고 살아가지만 항상 평화와
평정심을 유지합니다.
그리고 그들은 그 상황을 기꺼이 받아들이기까지 하는데 왜냐하면 그것이 자

신 스스로가 몸이 아니라는 것을 끊임없이 상기할 수 있는 기회가 될 수도 있기 때문이죠.

몸에 질병이 깃드는 것이 아니라 몸 자체가 바로 질병입니다.

완벽한 몸이라도 불완전한 몸과 마찬가지로 우리를 움직이는 것입니다.

몸이란 단지 생각일 뿐입니다.

몸에 관한 모든 것들은 생각에 지나지 않아요.

사람들은 자신들이 자신의 몸을 전적으로 작동시키고 있다는 것을 모릅니다.

무의식적의 차원에서 우리는 오늘날 모든 화학자들이 의식의 차원에서 알고 있는 것보다 더 많은 것들 알고 있습니다.

마음은 몸의 신경계의 교환대와 같은 것입니다.

몸이란 우리가 움직이는 로봇에 지나지 않습니다.

우리는 그것을 만들어내고서는 이렇게 말합니다.

“이게 나야.” 이 몸과 동일시하는 것은 마치 영화관의 스크린에 비치는 몸과 자신을 동일시하는 것과 다를 바가 없습니다.

“나”와 “내 것”은 이 몸과 소유물들에 우리를 묶어두는 것입니다.

몸에 대해서 전혀 신경을 쓰지 않는 사람도 그 몸에 매우 집착할 수가 있습니다.

중요한 것은 우리가 몸에 대해서 어떤 태도를 가지는가 하는 것입니다.

당신이 이 몸을 ‘신’이라고 생각을 한다면 그것은 자만입니다.

만약 당신이 자신을 몸이라 생각한다면 그것을 완벽한 것으로 만드세요.

만약 당신이 자신을 참자아라 생각한다면 몸은 전혀 문제가 되지 않습니다.

몸에 고통이 따르는 것처럼 참자아에는 무한한 기쁨이 따릅니다.

만약 당신이 스스로를 몸이라 생각한다면 당신은 몸에 의해서 산란해질 것입니다.

만약 당신이 몸이 아니라는 것을 안다면 그 몸은 아무리 아프다 할지라도 당신을 산란하게 할 수 없습니다.

물리적 삶에 있어서 기본적인 동기는 육체로서 살아남고자 하는 욕망입니다.

(그리고 이것은 불가능한 일입니다!)

오늘날의 기본적인 문제점 중의 하나는 사람들이 몸에 너무 관심을 기울이고 있다는 것입니다.

대부분의 사람들은 시간의 99%를 몸에 쓰고 있습니다.

몸은 정말 감옥과 같은 것입니다.

이 몸에 대해서는 칭송할 것이라곤 없습니다.

당신이 몸에 얼마나 집착을 하고 있는지를 알고자 한다면 절벽에서 몸을 내던지는 것을 한번 생각해보세요.

물리적 육체에는 마음이 없습니다.

아스트랄체의 마음이 물리적 육체를 작동시키는 것이죠.

“나는 몸이야.”라고 말하는 것은 무지입니다.

“몸은 참자아와 분리된 것이 아니야.”라고 말하는 것은 얕입니다.

몸이란 우리가 가질 수 있는 것 중 가장 보잘것없는 것 중 하나입니다.

모든 문젯거리들은 우리가 몸이 되기를 원한 것에서부터 시작되었습니다.

몸은 인과의 법칙을 따릅니다. 그리고 몸이란 마음의 결과물입니다.

우리가 육체를 떠날 때면 그러겠노라는 결심을 하기 때문입니다.

고통이란 육신과 자신을 동일시함에서 나오는 것입니다.

몸에게는 제 수명을 살도록 내버려 두세요.

몸을 건강하게 유지하고 등등. 그리고는 잊어버리세요.

가장 몸에 좋은 음식들은 과일과 채소들입니다.

가장 좋지 못한 음식은 육류입니다.

조리를 하면 생기가 없어집니다.

과일과 채소들을 조리하지 않고 날 것으로 먹는 게 좋아요.

운동이 건강에 좋다고 믿으신다면 그렇게 하는 게 좋습니다.

가장 좋은 운동 방법은 우리 몸의 근육들이 긴장하고 이완할 때 우주의 에너지가 들어왔다가 나가는 것을 느끼는 것입니다.

우리는 모든 몸을 우리 자신의 몸으로 볼 줄 알아야 합니다.

당신이 모든 다른 몸들을 자신으로 볼 수 있다면 그 몸이 자신이라고 봐도 좋습니다.

그리한다면 다른 모든 몸들이 당신의 참자아라는 것을 알게 될 겁니다.

당신은 몸이 자기라고 너무나도 철석같이 믿고 있어서 그것에서 주의를 돌리기를 원치 않기 때문에, 당신은 당신의 참자아에게서 주의를 돌리고 있는 것입니다.

당신은 당신이 어떠한 몸을 가졌든 간에 그것을 당신 자신으로 느낄 겁니다.

당신은 자신이 몸이 아니라는 것을 알 때에만 자유로울 수 있습니다.

당신이 만약 불멸을 원한다면 몸에 집착하는 것을 그만 두세요.

일단 신이 몸이 아니라는 것을 알기만 한다면 그 몸에 무슨 일이 일어나건 그건 중요하지 않습니다.

스스로를 몸이라 여긴다면 영원히 고통에 잠겨있게 될 겁니다.

스스로를 참자아로 여긴다면 영원히 평화로울 것입니다.

당신이 진실을 본다면 몸은 마치 구속복처럼 느껴질 겁니다.

당신은 스스로를 오직 그 몸일 뿐이라고 생각하고 그 몸을 통해서만 어딘가에 존재할 수 있다고 여깁니다.

그건 사실이 아닙니다.

만약 당신이 진실을 알게 된다면 지금 이 순간 모든 곳에 당신이 있다는 것을 알게 될 겁니다.

당신이 분리된 개인이 아니라는 것을 알게 될 때 당신은 물질적 육신 아스트랄체 원인체를 초월하게 됩니다.

분리된 개인이라는 것이 모든 육체 형태의 원인입니다.

당신은 당신을 하나임의 존재로 보아야 합니다.

당신이 진실로 누구인지를 깨달음에 따라 당신은 모든 몸들을 당신의 몸으로 보게 될 것입니다.

당신이 모든 존재가 될 때 이상한 일이 일어납니다.

당신은 하나의 몸이 되기를 그만 두고 모든 몸들이 됩니다.

그 몸들은 당신이 지금 보고 있는 것과는 다르게 보일 것입니다.

그 몸들은 영성하면서도 꿈과도 같은 것으로 보일 겁니다.

우리는 이 지극히 제한되고 쓰레기만 만들어내는 몸이라 불리는 탈 것과 동일시해서는 안 됩니다.

단지 우리가 몸에 기쁨이 있다고 집착하기 때문에, 우리는 참자아를 경험하는 참된 기쁨을 가로막고 있습니다.

우리는 우리가 몸이라고 생각하는 게 아니라 단지 그것을 지켜보는 주시자로서 살아가야 합니다.

만약 우리가 몸과 이 세상을 진짜라고 받아들인다면 신을 발견하기란 불가능합니다.

당신이 무한한 참자아를 볼 때면 당신은 몸을 보는 게 아니라 그 안에 있는 존재를 봅니다.

몸과의 동일시에서 벗어나는 것이 첫 번째 단계입니다.

당신이 몸과 동일시하는 한 당신에게는 진실을 볼 기회가 없습니다.

왜냐하면 진실은 당신이 무한이라는 것이고, 몸이란 그 무한의 정반대라는 것이기 때문입니다.

몸은 ‘당신이 스스로를 돌덩이가 되기를 원하는 것’을 제외한다면 당신이 할 수 있는 가장 한계가 지워진 경험입니다.

“나는 몸이다.”라고 말하는 것은 “무한한 참자아인 <나>는 한계가 지워진 <몸>이다.”라고 말하는 것과 같은 것입니다.

몸과 자신을 동일시한다면 당신은 극도로 한계가 지워집니다.

당신을 참자아와 동일시한다면 당신은 모든 몸들, 사물들, 지식과 파워가 될 것이고 아무런 한계가 없으며 완전히 자유로워질 것입니다.

몸과의 동일시에서 벗어나다면 이 세상은 아름답고도 완벽한 꿈입니다.

물리적 육체와 아스트랄체 원인체가 있습니다.

당신이 자신의 진실을 안다면 당신은 이 모든 몸들을 렛고우할 수 있습니다.

당신이 스스로를 몸이라 여기는 관념을 렛고우한다면 당신은 최고의 경지까지 올라갑니다.

우리가 살고 있는 이 물질계는 가장 멋진 곳입니다.

왜냐하면 여기에서 우리는 모든 차원들을 초월할 수 있고 자유로워질 수 있기 때문입니다!

우리는 몸과 동일시하거나 혹은 우리의 무한한 참자아와 동일시할 수 있는 자유의지가 있습니다.

만약 당신이 '몸이 정말 멋진 것'이라 생각한다면 당신의 참자아를 깨달은 후에 그와 똑같은 완벽한 몸을 수천 개를 만들 수도 있습니다!

몸에 대해서 죽는다면 죽음에 대해서도 죽을 것입니다!

42. 스승

마스터는 완전히 깨달은 존재입니다.

구루(혹은 사트 구루)는 다른 이들이 자유, 신, 구루 그리고 참자아가 하나이고 같은 것이라는 걸 깨달을 수 있도록 도와주기를 선택한 마스터입니다.

환상이 사라지고 실재가 알려지면 이것은 명백해집니다.

세상에서 마스터나 구루의 인도보다 더 위대한 도움은 없습니다.

동양의 위대한 일원론자인 샹카라는

“삼계(물질계 아스트랄계 코잘계)에서 진정한 구루에 비할만한 것은 없다.

현자의 돌이 비록 돌덩이를 금으로 바꿀 수 있을지라도 그것을 다른 현자의 돌로 바꿀 수는 없지만, 저 경배 받는 스승은 그의 발아래에서 안식을 구하는 제자들을 자신과 똑같이 만들어준다.

그러므로 저 스승들은 어디에 비할 바 없는, 아니 모든 것을 뛰어넘는 것이다!”
라고 말했습니다.

구루는 물질적 육신에 있을 수도 있고 아스트랄체나 원인체로 존재할 수도 있습니다.

그의 신체가 미묘할수록 그는 어디든 더 쉽게 도달할 수가 있죠.

모든 사람이 육신을 가진 구루를 만날 수 있을까요? 그렇지 않습니다.

왜냐하면 물질적 육신이라고 하는 극도로 제한된 형체를 선택하는 구루는 거의 드물기 때문입니다.

그러면 모든 사람이 구루를 가질 수 있을까요? 그렇습니다.

만약 그가 ‘구루는 육신을 뛰어넘는 존재’라는 것을 받아들일 수만 있다면요.

자신의 육신을 초월했기 때문에 구루는 그의 전지전능함을 사용할 수 있고 그를 필요로 하는 모든 이들을 실제로 도와줄 수가 있습니다.

우리는 육체가 없는 구루를 느낄 수 있을까요?

네. 모든 이가 자신이 받아들이는 만큼 그렇게 할 수가 있습니다.

만약 우리가 전적으로 받아들인다면 그는 물질적인 육체를 가지고 와서는 우리와 이야기를 할 수 있습니다.

만약 우리의 받아들임이 약하다면 그는 아스트랄체로 와서는 우리와 이야기를 나누겠죠.

우리가 이것보다 더 받아들임이 약하다면 그는 아마 비전속에서만 나타날 것입니다.

가장 받아들임이 약한 상태라면 우리는 그를 현존으로만 느낄 것입니다.

하지만 그는 우리에게 올 것입니다.

우리에게 필요한 것은 단지 요구하는 것이고 그가 우리에게 올 때 그것을 받아들이는 것입니다.

구루를 가지는 게 필요한 것인가요?

이론적으로는 “아니요”입니다. 하지만 실제로는 예입니다.

우리가 현재 살고 있는 시대에 우리는 너무나도 겉모습과 환상에 빠져 있어서 초인적인 수단이 필요합니다.

우리가 구루를 가져야만 할까요?

반드시 그렇습니다.

우리가 구루를 찾아낼 수 있을까요?

당연히 그렇습니다.

제자가 준비가 되면 스승은 나타나게 되어 있습니다.

만약 당신의 구루를 아직 발견하지 못했다면 당신이 이제껏 항상 그와 접촉해 왔다는 것을 아십시오.

당신은 그를 만나지 않을 수가 없습니다.

어떻게 우리는 진정한 구루나 마스터를 알아볼 수 있을까요?

우리는 어떻게 다른 사람이 얼마나 깨달았는지를 구별할 수가 있을까요?

완전히 깨달은 존재는 결코 흔들리지 않는 내적인 평화를 가지고 있습니다.

그는 완전히 비이기적이고 그의 모든 행동은 다른 이를 위한 것입니다.

그는 모든 사람에게 평등한 마음을 가지고 있습니다.

그는 욕망에서 벗어났으며 두려움도 없습니다.

그는 모든 것을 내어주는 사랑입니다.

그는 다른 이들로부터 어떠한 것도 기대하지 않습니다.

그의 모든 순간은 신과의 하나 됨입니다.

어떤 사람이 위에 말한 것들을 얼마나 가지고 있느냐가 그가 얼마나 깨달았는가 하는 것입니다.

구루를 얻음으로써 우리는 가장 위대한 선함을 얻게 되고 우리의 신성한 목표를 성취하게 됩니다.

비록 우리가 보진 못하지만 세상이 어려워질수록 더욱 더 위대한 영혼들이 우리와 함께 하고 있습니다.

당신 자신을 그들에게 오픈하면 당신은 안전하게 인도받을 것입니다.

지상의 연극 무대에서 깨달은 자는 인간인 것처럼 캐릭터를 연기하지만 자신

이 신이라는 것을 알고 있습니다.
그는 인간과 신성 사이에 아무런 모순을 보지 못합니다.
그는 단지 세상이 자신의 밖에 있는 게 아니라 자신 안에 있다는 것을 봅니다.
깨달지 못한 사람은 세상이 밖에 있는 것처럼 보죠.
마스터를 그의 행동으로 판단하는 것은 어렵습니다.
왜냐하면 그는 자신이 원하는 어떤 방식으로든 자유로이 존재할 것이기 때문이죠.
그는 심지어는 인간으로 있기를 선택할 수도 있습니다.
가장 높은 경지는 한계의 상태를 거부하지 않습니다.
그것들도 기꺼이 받아들입니다.
하지만 그 한계들에 의해 조금의 영향도 받지 않은 채 말입니다.
우리가 마스터나 스승에 대해서 의심을 가지는 것만큼 우리는 그의 도움을 스스로 가로막고 있는 셈입니다.
만약 누군가의 예고가 자신이 스승보다 뛰어나다고 생각한다면 스승이 도와줄 기회가 없습니다.
제자가 준비가 되면 스승은 반드시 나타나게 되어 있습니다.

마스터가 이 세상에서 주위를 둘러보면 그는 그의 몸을 보고 주위의 여러 몸들을 봅니다.
하지만 그는 모든 몸이 자신의 참자아라는 것을 알고 있습니다.
그는 모든 몸들은 마치 자신의 몸을 보는 것처럼 봅니다.
이 관점의 차이가 바로 마스터와 다른 이들의 유일한 차이입니다.
완전히 깨달은 존재에게 있어서 그의 외적인 행동이 그의 의식에 영향을 주거나 방해할 하지 못합니다.
그와 마찬가지로 생각이 그의 의식을 방해하지도 못합니다.
제가 생각하기에 육신을 가지고 있는 마스터의 제자들이 보기 가장 어려운 점은 마스터가 '세상에 있지만 세상에 속하지 않는다는 것'과 '그의 육신은 그의 존재의 최소한의 부분'이라는 것입니다.
당신이 지혜로운 이와 함께 있을 때면 항상 올바른 방향에 있습니다.
당신은 마스터가 육신에 머무는 것이 더 효과적이라고 생각합니다.
왜냐하면 당신은 미묘한 신체의 그를 볼 수가 없기 때문이고 그래서 당신은 그가 당신과 함께 있지 않다고 생각합니다.

가장 큰 도움은 깨달은 살아 있는 스승입니다.
왜 그럴까요?

비록 우리가 잠재적으로는 무한한 힘을 가지고 있지만 우리가 더 깨달을수록 우리는 이 힘을 쓸 수가 있습니다.

깨달음을 얻은 살아 있는 스승이 다른 이에게 그 힘을 전달하고자 할 때 그는 다른 이가 깨달을 수 있도록 도움을 주기 위해 그가 하는 말에 그의 모든 힘을 쏟아 붓습니다.

그는 다른 이가 한계가 없는 존재라는 것을 볼 수 있고 그를 내적으로 고양시키고 그가 깨달을 수 있도록 말을 통해서 힘을 방사합니다.

그러므로 가장 도움이 되는 것은 자신이 말하는 바를 깨달은 스승입니다.

그 다음으로 큰 도움은 그가 쓴 글을 읽는 것이죠.

그의 글에는 분명한 의미가 있습니다.

그래서 저는 완전히 깨달은 스승들의 글만을 읽으라고 하는 겁니다.

그들이 글에 담은 모든 것들은 글을 읽는 이로 하여금 깨달을 수 있도록 의도되어지고 계획되어져 있습니다.

그의 글에는 그가 말하는 바의 진짜배기 의미가 들어 있습니다.

우리의 삶에 있어서 가장 좋은 행동은 깨달은 존재들의 행동을 따라 하는 것입니다.

왜냐하면 그것이 당신에게 그의 깨달음이 일어날 수 있도록 하기 때문입니다.

당신이 그렇게 행동할 때 그것은 당신이 행하는 그 방향을 보도록 해줍니다.

당신의 마스터와 항상 함께 하십시오.

그를 항상 생각하고 그의 책을 항상 읽으세요.

마치 그가 당신에게 직접 와서 말을 건네는 것처럼요.

마스터들은 우리에게 깨달음을 전해주기 위해 있습니다.

하지만 만약 당신이 이것을 받아들이지 않는다면 그들의 사랑은 그들로 하여금 자신을 당신에게 강요하도록 하지는 않을 것입니다.

모든 마스터들이 매순간 우리가 누구인지를 볼 수 있도록 돕고 있습니다.

구원자란 모든 이에게 봉사하는 하인과도 같습니다.

마스터의 행동은 완전히 비이기적입니다.

마스터에게는 완전한 자기 비움이 있습니다.

마스터는 자신을 하인처럼 느낍니다.

마스터는 다른 이들의 생활 방식이나 그들의 소망에 간섭하려 들지 않습니다.

마스터들은 좀처럼 충고를 하지 않습니다.

그들은 다만 기본적인 원리를 줄 뿐입니다.

마스터들이 세상을 꺼려하는 게 아니라 세상이 마스터들을 꺼려해서 그들로 하여금 뒤로 물러나게 합니다.

다른 모든 마스터들의 말에 당신이 귀 기울이기를 원하지 않는 깨달은 스승은 없습니다.

그들은 당신이 어떠한 깨달은 존재에게라도 귀를 기울이기를 원합니다.

왜냐하면 그들은 자신들이 똑같다는 것을 알고 있기 때문입니다.

하지만 그들은 당신이 깨닫지 못한 사람들에게 귀를 기울이는 것을 원하지는 않을 것입니다.

모든 마스터들은 다른 이름을 각자 가진 완전하게 똑같은 하나의 참자아입니다. 당신이 모든 마스터들을 자신의 마스터로 받아들일 수 있을 때 이것은 참으로 좋습니다.

그리고 당신이 길거리에서 마주치는 모든 사람들을 마스터로 받아들일 수 있을 때 당신은 거의 다 도착했습니다.

모든 완전히 깨달은 존재가 이 세상에 태어날 때는 이 세상으로 들어오기 위해서 반드시 어떤 욕망과 카르마를 만들어야 합니다.

만약 당신이 어떠한 욕망도 없다면 당신은 이 세상에 머물 수가 없습니다.

마스터들은 연약하거나 혹은 병든 몸을 가지고 있을 수도 있지만 그들은 평화와 평정심을 항상 유지합니다.

그들은 이것들을 기꺼이 받아들이기까지 하는데 자신이 몸이 아니라는 것을 계속해서 상기시켜주기 때문이죠.

육신에 머무는 사람에게 마스터를 육신이 아니라고 보는 것은 거의 불가능에 가깝습니다.

그리스도는 그 어떤 것에도 대항하지 않았습니다.

사랑은 모든 것을 받아들이는 것입니다.

마스터는 결코 거부하지 않습니다. 오로지 받아들입니다.

깨달은 자는 환희를 즐기는 게 아닙니다. 그가 바로 환희 그 자체입니다.

구루는 깨달음의 밑바탕을 세웁니다. 그것은 바로 평화입니다.

마스터는 우리에게 올바른 방향을 가리키고 우리가 상기하고 싶을 때면 우리에게 그 방향을 상기시켜주는 존재입니다.

스승들의 글을 읽는 것은 그들과 우리를 연결시켜 줍니다.

완전히 깨달은 존재는 그 자신의 의식에 있어서는 수동적입니다.

다른 이들에게는 그가 활동적인 것처럼 보일 수도 있습니다.

그는 자신을 참자아로 보고 다른 이들은 그를 몸으로 보기 때문입니다.

마스터의 행동을 이해하기 위해서는 마스터가 필요합니다. 그렇죠?

만약 당신이 마스터의 행동을 이해한다면 당신은 거의 것처럼 되는 것입니다.

당신이 마스터의 어떤 말이라도 그것에 완전히 몰입할 수 있다면 당신은 그 마스터와 접촉하고 있는 것입니다.

마스터에게 한계란 없습니다.

그는 하나의 몸을 가질 수도 있고, 수천 개의 몸을 가질 수도 있습니다.

실제로 마스터는 수천 개의 몸을 가지고 동시에 수천 명의 사람들에게 말을 하고 있습니다.

마스터에게 한계란 없습니다.

당신이 마스터에 대해서 확신을 가져야만 할 것이 또 있는데 그것은 마스터는 100% 옳다는 것입니다!

은거하고 있는 마스터라 할지라도 그는 대통령이나 왕들보다 더 세상을 이롭게 하고 있습니다.

한계 없는 존재인 깨달은 이는 마음을 쓸 수도 있고 쓰지 않을 수도 있습니다.

우리가 이 길에 처음 발을 들일 때 우리는 무척이나 혼란스럽습니다.

우리는 외부의 세상이란 것이 단지 우리가 만들어낸 것이란 것을 인식하지 못합니다.

우리가 존경하는 스승들은 우리의 의식 안에 있고 오직 그곳에만 있습니다.

우리가 스승을 존경하게 될 때 우리는 우리의 예고가 진실을 보지 못하게 하는 유일한 것이라는 것을 알게 됩니다.

스승을 존경할 때 우리는 우리의 예고를 뒤로 물리고서는 스승으로부터 길을 인도받습니다.

외부에 있는 스승은 항상, 우리 자신 안에 있는 '모든 스승들 중의 스승인 우리 자신의 참자아'를 보도록 할 것입니다.

이것이 처음에는 분명하지 않을 것입니다.

우리가 외부에 있는 스승의 말을 충분히 받아들일 때 그는 우리에게 스승은 항상 바로 우리 안에 있었으며 그것은 우리의 참자아였다는 것을 보여줄 것입니다.

그러니 결국 오직 하나의 스승만이 있습니다.

그리고 그 스승은 우리 안에 있으며 그것은 바로 당신의 참자아입니다.

당신이 올바른 방향으로 나아갈 때 모든 구루와 마스터들이 당신을 지지할 것

입니다.

그렇습니다. 그들 모두가 그렇게 할 것입니다.

당신의 마음이 온전히 깨달은 스승에게로 향한다면 그가 당신을 이끌어줄 것입니다.

성자들이 있는 곳이 바로 “나 있음”입니다.

그러니 당신이 자신이 누구인지를 알게 된다면 당신은 성자들이 당신 안으로 줄지어 들어오는 것을 보게 될 것입니다.

스승들의 글을 읽으십시오.

더 좋은 것은 그가 당신에게 직접 말을 한다고 상상하세요.

가장 좋은 것은 당신이 글을 읽을 때 그가 당신에게 말하는 것을 들으세요.

진실은 오직 진실일 뿐이고 모든 마스터들이 똑같은 것을 말할 뿐입니다.

다만 그것이 달라 보이는 것은 그들이 누가 듣느냐에 따라 맞추어서 말을 하기 때문입니다.

당신이 자신의 참자아를 알면 당신은 모든 것을 알게 됩니다.

마스터는 모든 분야에서 그 분야의 세계적인 권위자보다 더 많은 것을 압니다. 누군가가 마스터가 된다면 그는 직관으로 행동합니다.

그는 생각할 필요가 없습니다.

단 한명의 마스터가 이 지구상의 40억명 한 사람 한 사람을 동시에 도울 수가 있습니다.

왜냐하면 마스터는 한계가 없고 어디에나 존재하기 때문입니다.

모든 사람들에게 낮인 것이 깨달은 이에게는 밤일 수도 있습니다.

모든 사람들에게 밤인 것이 깨달은 이에게는 낮일 수도 있습니다.

다른 사람들이 보는 것을 깨달은 이는 보지 않을 수도 있습니다.

깨달은 사람에게 세상은 스크린 위에 펼쳐지는 움직이는 그림과도 같습니다.

그는 변함없는 스크린을 모든 움직임의 근거로 봅니다.

깨달지 못한 사람들은 움직이는 그림을 진짜라고 생각합니다.

그리고 그가 그 그림을 붙잡아서 살펴보려고 한다면 그는 진실을 - 그것이 단지 변함없는 스크린이라는 - 알게 될 것입니다.

당신의 참자아를 붙들어서는 그것이 이 세상의 변함없는 근거라는 것을 깨달으세요.

다른 사람들이 수백만 개의 부분으로 쪼개어 보는 반면에 깨달은 이는 오직 하나의 참자아만을 봅니다.

마스터들은 존재 그 자체이기 때문에 그들은 존재하지 않을 수가 없습니다.

존재에는 어떠한 몸이나 형체가 없습니다.

존재는 한계가 없습니다.

반면에 형체는 모양에 한계가 지워져 있습니다.

마스터는 모든 존재들에게 -심지어는 동물이나 곤충들에게도- 평등한 마음을 가지고 있습니다.

누군가가 구루의 곁에 있을 때 -만약 고요해지고 진리를 추구한다면 그가 목표로 하는 것이 무엇이건 간에 그는 구루의 도움을 받을 것입니다.

그는 모든 가르침 중에서 가장 뛰어난 가르침인 침묵의 가르침을 통해서 그것을 연습합니다.

얼마나 멀리 떨어져 있든 간에 그것은 가능합니다.

마지막에는 가르침은 침묵으로 이루어지는데 왜냐하면 그것은 말로 할 수 있는 게 아니라 경험해야 하는 것이기 때문입니다.

마스터는 우리를 그 자신으로 자신의 참자아로 봅니다.

마스터에게 다른 사람들이란 없습니다.

오로지 하나의 무한한 존재만이 있습니다.

이것이 우리로 하여금 그가 보는 것을 볼 수 있도록 도와줍니다.

당신은 당신이 나를 만나는 것처럼 마스터를 만날 수 있다고 받아들인다면 물리적인 육신을 가진 마스터를 만날 수 있습니다.

당신이 마스터를 생각할 때면 그는 항상 당신에게 옵니다.

43. 예고

예고라는 개념이 모든 환상과 고통의 뿌리입니다.
그것은 “나”를 참자아보다는 몸과 잘못 동일시함으로써 나온 것입니다.
예고는 전체로부터 분리된 개인이라는 개념입니다.
그러므로 예고는 잘못된 상상이죠.
우리는 진실로 “나”입니다.
우리는 그것과 분리되어 있지 않습니다.
예고는 모든 고통이고 당신의 참자아는 모든 선함입니다.
예고가 태어남과 죽음의 근원입니다.
예고가 렛고우 되었을 때 당신은 죽음에 대해 죽습니다.

선하지 않은 모든 것들은 예고 센스에 근원을 두고 있으며 그렇기 때문에 실체가 아닙니다.

우리의 실재 본성은 궁극의 선함입니다.
예고의 모든 것은 참자아의 모든 것의 대척점입니다.
예고가 보는 모든 것은 진실의 빛 안에서는 거짓입니다.
예고가 보는 모든 것은 이원성 안에 있습니다.
예고는 하나임을 보지 못합니다.
예고는 오직 이원성의 눈만을 가지고 있습니다.
예고가 보는 것에는 진실이란 없습니다.
그 반대로 참자아는 오직 진실만을 봅니다.
진실에 색을 칠하는 것이 예고입니다.
예고가 적을수록 진실에 색을 덧칠하는 것이 줄어듭니다.
우리가 겪는 모든 고통이란 잘못된 동일시입니다.
우리가 우리 자신이 한계 지워진 예고라고 말하기 때문입니다.
예고는 한계 지워지는 것 외에는 아무것도 할 수가 없습니다.

성장에는 오직 하나만이 있는데 유일한 성장이란 바로 예고를 렛고우하는 것입니다.

당신이 영적으로 성장할 때면 언제나 당신은 세상과의 방향과는 다른 방향으로 성장하고 있는 것입니다.

당신이 예고를 드러낼 때마다 당신은 아래로 내려가고 있습니다.

당신이 더욱 성장할수록 당신은 더욱 당신의 예고를 마주하며 직면할 수 있게

됩니다.

우리를 괴롭히는 일들이 있을 때 우리가 그 원인을 들여다보면 우리는 예고가 거기 있다는 걸 알게 됩니다.

이 길의 목적은 예고를 렛고우하는 것입니다.

그러면 참자아만이 남게 되죠.

이것은 매우 단순합니다.

우리의 삶에서 복잡한 것은 그게 무엇이든 예고가 진실의 단순함을 가리려 하는 것입니다.

삶을 어렵게 만드는 것은 바로 예고입니다.

당신이 스스로를 한계 지워진 예고라고 생각하고, 당신이 더욱 그렇게 생각할 수록 당신에게는 더욱 많은 애씀이 필요하게 됩니다.

노력과 애씀을 요구하는 것은 바로 예고입니다.

이 세상에는 오직 한 가지 기본적인 문제점이 있습니다.

그것은 모든 문젯거리들의 공통분모입니다.

그것은 바로 예고가 되려 애쓰는 것입니다.

당신이 스스로를 예고와 동일시하게 된다면 당신은 문젯거리들과 동일시하게 됩니다.

우리는 비참함과 고통에서 벗어나고자 하는 욕망에서 예고를 내려놓으려는 욕망으로 옮겨가야 합니다.

예고는 쉽사리 사라지지 않습니다.

하지만 당신이 한번이라도 예고가 모든 비참함의 원인이라는 것과 참자아가 모든 행복의 근원이라는 것을 알게 된다면, 예고를 내려놓는 것이 그리 어렵지는 않을 것입니다.

우리가 참자아로 향하기 시작하면 예고는 우리의 길에 온갖 방해물을 가져 옵니다.

몸이 아프기도 하고 잠이 쏟아지기도 해요.

뭔가 온갖 해야만 할 일들이 닥치고요.

왜냐하면 우리는 무의식적으로 예고가 사라지면 우리 자신이 사라지는 것처럼 느끼기 때문입니다.

우리는 수백만 년 동안 우리가 이 제한된 몸이라고 너무나 확신해왔고 또 이 모든 한계 지워진 관념들을 렛고우하는데는 오랜 세월이 걸린다고 생각합니다.

시간이란 예고 관념입니다.

예고는 항상 우리가 예고를 렛고우하는 것을 하지 못하도록 애를 씁니다.

지적인 질문과 토론에 켜여 들어가는 것은 예고를 강화시켜 주기만 하고 당신에게는 아무런 이득이 없습니다.

의문이 생기기 위해서는 예고가 있어야만 합니다.

우리가 깨달을 때 아무런 질문이 없습니다.

참자아가 아닌 것에 대한 모든 질문은 우리가 진실을 깨닫지 못하는 쪽으로 우리의 주의를 돌리거나 진실에 대한 깨달음을 지연시킵니다.

예고에 대한 어떠한 질문도 결국 예고에 주의를 돌리게 되어버립니다.

예고는 비실재적인 것이고 진실이 아닙니다.

당신이 환상에 대해서 얼마나 많이 이야기를 하더라도 그것이 실재와 진실에 대한 자각을 가져다주진 않습니다.

처음에는 당신은 예고 말고는 아는 게 없을 것입니다.

우리가 해야 할 오직 한 가지는 예고를 내려놓는 것입니다.

성장에 다른 방법은 없습니다.

당신은 이미 완전히 깨달아 있습니다.

단지 예고만을 내려놓으십시오.

얼마나 간단한 일입니까?

예고가 약해질수록 당신은 참자아에 더 많은 주의를 기울이게 됩니다.

하지만 만약 당신이 온종일 예고에 대해서만 주의를 기울인다면 당신이 참자아를 쳐다보기 전까지는 결코 참자아를 보지 못할 것입니다.

예고를 움켜쥐는 손에 힘을 빼면 그만큼 당신은 참자아를 향할 수가 있을 것입니다.

예고가 없어질수록 당신은 더욱 비이기적이 됩니다.

사람이 예고 중심적일 때는 그의 모든 주의를 자신에만 있게 되고, 그가 보거나 듣는 모든 것은 자신의 예고 중심의 필터를 거친 색깔로 채색되어집니다.

당신이 완전히 예고를 놓아 보내면 당신은 당신 자신에 대한 관심보다 다른 이에 대해 관심을 가지게 될 것입니다.

당신이 인정을 받기 위해 무언가를 한다면 당신은 자신만을 위한 일을 하고 있는 것이고 그것은 사심 없는 것이 아닙니다.

당신이 예고를 주장하고 싶어질 때마다 문제가 생깁니다.

우리가 반응할 때면 언제나, 우리가 뭔가가 원하는 것이 있기 때문입니다.

우리가 세상을 다르게 만들고자 할 때마다 그것은 예고의 동기에 의한 것입니다. 예고가 연관되어 있지 않을 때면 우리는 사물을 있는 그대로 볼 수가 있습니다. 우리는 예고와 관련된 만큼 눈멀어 있습니다. 어떠한 욕구나 욕망은 예고에 기인한 것입니다. 나의 예고는 무언가가 필요하다고 생각하지만, 나의 참자아는 모든 것이 나의 것이라는 것을 압니다. 우리가 무언가를 바라는 게 없다면 우리는 결코 어려움에 처하지 않을 것입니다. 떠들어 대는 것은 예고가 주의를 요구하는 것입니다. 그것은 예고가 인정을 받고자 원하는 것이죠. 당신이 고요하게 있다면 당신은 당신이 시끄럽게 떠들면서 찾고 있는 바로 그 행복을 느낄 것입니다. 우리가 말을 할 때 거의 대부분은 우리의 예고가 인정을 욕구하고 있는 것입니다.

예고가 많으면 많을수록 예고는 그만큼 그 사람에게 좋게 작용하지 않습니다. 예고는 사랑의 반대입니다. 사랑이 곧 참자아입니다. 예고는 온 우주를 조종하고 싶어 합니다. 당신이 창조적이고자 한다면 예고를 내려놓으세요. 행위자라는 느낌은 어떠한 것이든 보잘것없는 예고의 것입니다. 예고가 곧 무지입니다. 예고를 충족시키고자 하는 것은 사실은 부족함이 있다는 관념의 고통을 내려 놓으려는 것입니다. 어떠한 것이든 부족함이라는 것은 예고의 관념인데 왜냐하면 예고는 필연적으로 제한되거나 혹은 부족함의 느낌이기 때문입니다.

예고는 마치 바닷물이 넘쳐나는 느낌일지라도 단지 개념에 불과합니다. 당신이 불행하게 느끼는 순간은 당신이 예고의 인정을 찾고 있지만 그것을 얻지 못했다는 것입니다. 고통을 다른 말로 정의하면 당신이 예고가 되려고 애쓰고 있다는 것입니다. 당신을 방어하려는 어떠한 것도 사실은 예고가 인정받기를 욕구하는 것입니다. 당신이 어떤 것에 능숙하고자 한다면 예고가 줄어들수록 더 좋아질 것입니다. 예고는 참자아를 제한하는 부속물에 지나지 않으니까요. 예고가 적어질수록 당신은 모든 것에 더 능숙하게 될 것입니다. 단 한 가지 불행해지는 것을 제외하고 말이죠.

당신이 이 에고를 발달시키는데 수백만 년의 세월이 걸렸습니다.
당신이 참자아를 보기 시작할 때까지 에고를 계속해서 놓아 보내세요.
당신이 참자아를 볼 때 당신은 재빨리 에고를 짧은 시간에 놓아 버릴 수 있을
겁니다.
전체로부터 분리된 개인이라는 에고의 느낌이 모든 고통의 원천입니다.

당신이 무엇을 하느냐는 중요하지가 않습니다.
정말 중요한 것은 당신이 무엇과 동일시하느냐입니다.
당신이 제한된 에고와 동일시한다면 당신은 불행합니다.
에고가 충분히 떨어져 나가면 그것의 힘은 약해지고 나머지는 참자아가 해결
할 것입니다.
에고는 “참나”에 대한 잘못된 개념입니다.
당신이 ‘나’라고 할 때 그것은 영원한 당신입니다.
에고를 실재로 여기는 한 그것을 넘어설 수 없을 것입니다.
에고의 근원을 살펴보시면 바로 그것이 당신의 참자아라는 것을 알게 될 겁니다.

겸손이란 에고를 놓아 보내는 것입니다.
당신이 상처 받을 때면 에고의 동기를 살펴보고 그것을 놓아 보내세요.
그리하면 훨씬 더 행복해지실 겁니다.
당신이 에고를 놓아 보내지 않으면 당신은 성장할 수가 없어요.
알다시피 당신의 본래의 모습인 참자아가 되기 위해서는 당신은 그냥 에고라
는 덮개만 걷어 올리면 됩니다.
에고가 무의식을 만들어내고 그것을 지속시킵니다.
모든 무의식적인 생각들은 에고에 의해서 나온 것이고 에고에 의해서 무의식
적인 방법으로 숨겨집니다.
에고의 원리가 당신이 전체로부터 분리된 것처럼 보이는 것의 원인입니다.

고양된 상태가 에고를 시들게 합니다.
우리가 더 높이 비상할수록 더욱 더 에고를 시들게 할 수가 있습니다.
당신이 충분히 비상하면 이렇게 말할 수가 있을 겁니다.
“이런 어리석은 반응들과 에고는 이제 다 끝났어.”
그리고 실제로 끝나버릴 겁니다.
진정한 당신인 참자아는 무한하게 광대하며, 영광스럽고 전체적이며 완벽하며
온전한 평화입니다.

그런데 당신은 스스로를 제한된 예고라고 상상함으로써 이것에 눈멀어 있어요.
그 눈먼 예고를 단박에 떨어뜨려 버리고는 영원토록 완벽한 평화와 기쁨에 있으세요!

44. 참자아

참자아가 바로 당신의 진짜 “나”입니다.

그것을 알면 알아야 할 것을 모두 아는 것입니다.

당신의 참자아를 아는 것은 당신의 참자아가 되는 것입니다.

이 우주의 모든 존재의 궁극적인 목표는 완전한 자유입니다.

그리고 그것은 오직 당신이 자신의 참자아가 될 때입니다.

당신이 자신의 참자아를 알지 못하는 단 한 가지 이유는, 단지 당신이 이 세상에서 하나의 몸으로 존재하기를 원하기 때문입니다.

모든 사람이 언젠가는 자신이 참자아라는 사실에 깨어날 것입니다.

참자아를 보기 위해서는 당신은 마음을 충분히 고요하게 해야 합니다.

마음이 무의식의 수천 가지 생각에 의해서 자극받고 있을 때는 당신의 참자아를 볼 기회가 거의 없습니다.

그 수천 가지의 생각은 결국 기질이나 성향으로 귀결됩니다.

어떤 기질이나 성향을 렛고우하게 되면 당신은 그 아래에 있는 수천 가지의 생각을 없애는 셈이죠.

당신이 참자아가 되지 못하게 가로막는 유일한 것은 성향이나 기질 등으로 불리는 정신적인 습관들입니다.

그것들을 렛고우하세요!

만약 당신이 성향이나 기질의 근원이 바로 참자아라는 것을 알게 되면 당신은 그것들을 바로 그 자리에서 렛고우할 것입니다.

마음이 충분히 자유로워지면 당신의 참자아가 주도권을 가지게 되고 당신은 그때부터 참자아의 힘에 의해 나아가게 됩니다.

참자아가 아닌 것으로 있기 위해서는 많은 노력이 필요하게 되고 우리는 애를 쓰면서 살아가는 느낌을 가지게 됩니다.

당신의 참자아로 존재하는 것에는 아무런 노력이 필요하지 않습니다!

당신이 참자아가 되고자 하는 노력이라고 생각하는 것이, 사실은 당신이 참자아가 아닌 에고가 되기를 거부하는데 쓰는 노력입니다.

한편으로는 에고가 되고자 하고 동시에 한편으로는 에고가 되지 않으려고 하기 때문에 노력이 2배로 들어가는 겁니다.

당신이 얽혀있는 모든 애씀이란 에고가 되고자 하거나 혹은 에고가 되기를 거부하고자 하는 애씀입니다.

무엇이 문제인지 아시겠어요?

당신은 끊임없이 애를 쓰고 있습니다.

당신은 '애쓰 없는 상태'가 되어야 합니다.

오직 하나의 살인이 있는데 그것은 바로 참자아를 죽이는 것입니다.

참자아를 죽이고서는 당신은 예고와 고통을 얻었습니다.

그러니 자신이 예고라고 생각하는 모든 사람은 참자아를 죽인 살인자인 셈입니다.

누군가가 참자아를 알지 못한다고 하면 그 이유는 오직 그 사람이 다른 것을 원하기 때문입니다.

만약 그가 세상을 원하는 만큼이라도 참자아를 원한다면 그는 곧 참자아를 알게 될 것입니다.

당신이 다른 어떤 것에서보다 자신 안에서 더욱 기쁨을 찾게 된다면 당신은 진실로 올바른 방향으로 들어선 것입니다.

당신이 만약 세상에서 즐거움을 얻고자 한다면 당신은 잘못된 방향을 향하고 있는 겁니다.

어떠한 것이라도 즐기려 드는 것은 잘못된 것입니다.

내면에 있는 즐거움을 찾으세요. 기쁨이 되세요.

당신이 온통 기쁨이라면 당신이 기쁘기 위해 어떤 것도 필요하지 않습니다.

우리가 만약 어떤 것이라도 즐기고 있다면 우리는 이원성 속에 있는 것입니다.

만약 내가 <이것>을 즐긴다면 이제 <내>가 있고 <이것>이 있는 것입니다.

만약 참자아(신)만이 있다면 거기에는 <나>와 <이것>이 있을 수가 없습니다.

기본적인 진리는 당신이 기쁨 그 자체라는 것입니다.

무언가를 즐긴다는 것은 당신의 타고난 상태인 기쁨에 극심한 제한을 가하는 것입니다.

무언가를 즐기기 위해서는 당신은 당신이 아닌 다른 것을 인식해야 합니다.

그러므로 다시 한 번 말하지만 우리는 그 어떤 것도 즐기려 해서는 안 됩니다.

내면에 있는 기쁨을 발견하면 자연스러운 무한한 기쁨의 상태를 발견하게 될 것입니다.

진실로 오직 하나의 행복만이 있습니다.

그리고 그것은 우리 자신의 참자아입니다.

우리가 더욱 행복해질수록 우리는 더욱 우리의 참자아에 머물게 됩니다.

당신이 고양되어 있을 때마다 당신은 참자아에 머물고 있는 것이고 그것은 정말 멋진 느낌입니다.

당신의 참자아 안에 산다는 것은 엑스터시를 살아가는 것과 같습니다.
세상의 욕망을 살아가는 것은 고통 속에 살아가는 것입니다.

모든 사람이 매순간 자신의 참자아를 경험하고 있으면서 매순간 다른 것을 말하고 있습니다.

오직 생각에서 벗어났을 때 당신은 참자아가 될 수 있습니다.

당신의 참자아를 발견하고 거기에 머무는 것은 쉽거나 혹은 불가능하거나 둘 중 하나입니다.

당신이 그렇게 한다면 참자아를 발견하는 것은 우주에서 가장 쉬운 일입니다.

당신이 그렇게 하지 않는다면 -당신이 계속해서 다른 곳을 쳐다본다면- 결코 그것을 볼 수 없습니다.

그리하면 참자아를 발견하는 것은 우주에서 가장 어려운 일이 되는 것입니다.

참자아가 되는 것은 참으로 쉽고 예고가 되는 것은 참으로 어려운 것입니다.

자기 자신이 누구인지를 깨달을 때 그것은 자신이 아닌 것을 떨어뜨리는 것이고 그것이 바로 성장입니다.

자기가 누구인지를 볼 때마다 당신은 자신이 아닌 것을 떨어뜨리게 됩니다.

모든 사람이 서로 다른 이름을 부르면서 참자아를 찾고 있습니다.

행복을 추구하는 사람이라면 누구나 참자아를 찾고 있는 것입니다.

세상에는 2종류의 사람이 있습니다.

의식적으로 신 행복 참자아를 찾고 있는 사람이 있고 무의식적으로 찾고 있는 사람이 있습니다.

물질(돈)을 추구할 때 거기에는 신(참자아)이 없습니다.

당신은 자신 안에서 신을 보게 될 때까지는 세상에서 신을 볼 수 없을 것입니다.

신이 모든 것이고 신은 완벽합니다.

그러므로 우리가 보는 모든 불완전한 것들은 모두 우리 안에 있는 것일 뿐입니다.

만약 당신이 분리를 본다면 참자아를 보고 있지 않은 것입니다.

세상이 진짜로 보일 때 그것은 무겁기만 합니다.

참자아가 진짜로 보일 때 세상은 참 가벼워집니다.

우리가 스스로를 몸-마음으로 생각하는 잘못된 동일시가 사라지면 우리의 참자아가 나타납니다.

우리는 지금 이 순간 참자아입니다.

우리가 해야 할 일은 단지 우리 자신이 아닌 관념들을 렛고우하는 것뿐입니다.

참자아가 바로 신입니다.

반면에 에고는 악마입니다.

신(당신의 참자아)는 무한하게 각각의 개인이 되고 각각의 개인은 무한한 존재입니다.

신은 가장 아름다운 것입니다.

자연보다 훨씬 더 아름다운 것이 있습니다.

그것은 바로 자연의 근원이고 궁극의 아름다움이고 신입니다.

우리가 아무리 곤란과 어려움에 빠져 있더라도 신은 우리를 거기에서 벗어나게 할 온갖 지혜를 가지고 있습니다.

우리가 신과 같이 행동할 때 우리는 신과 같은 힘을 가지게 됩니다.

신(참자아)은 어떤 것이라도 즉각적으로 물질화할 수가 있습니다.

모든 것인 신은 소소한 모든 것이 아닙니다.

바로 그 소소한 모든 것 뒤에 있는 하나뿐인 단일한 에센스가 바로 신입니다.

신과 선함은 종종 같은 말로 쓰입니다.

왜냐하면 모든 사람이 선한 것을 원하고 신을 선한 것이라 생각하기 때문입니다.

그러나 신은 선과 악을 넘어서 있는 것입니다.

하지만 선함은 우리를 신에게로 인도합니다.

만약 신이 전부라면 악마가 들어설 여지가 없는 것이죠.

진실로 오직 신(당신의 참자아)만이 있습니다.

신이라고 생각하기 보다는 참자아라고 생각하는 게 더 좋습니다.

왜냐하면 일반적으로 자신을 신이라고 생각할 때보다 참자아라고 생각하면 당 신에게 더 가깝게 느껴지기 때문입니다.

신이라고 불리는 외적인 존재는 없습니다.

신은 우리 각자의 내적 존재입니다.

존재하는 모든 것은 참자아이고 신이고 '있음'이고 '존재'입니다.

이 세상이 곧 신이고 신은 이 세상으로 존재하지만 우리가 겉으로 보는 겉모습은 아닙니다.

신, 진리, 참자아는 변함이 없는 것입니다.

만약 신이 변화를 안다면 그는 변함없는 것이 될 수가 없습니다.

신에게는 아무런 행위가 없습니다.

신은 우리가 보고 있는 것 같은 세상을 알지 못합니다.

신은 세상 뒤에 있는 변하지 않는 <존재>입니다.

모든 사람이 살아가면서 매순간 자신의 참자아를 경험합니다.
참자아는 가까운 것 중에서 가장 가까운 것이고 사랑스러운 것 중에서 가장 사랑스러운 것입니다.
참자아가 모든 것을 주리라고 기대하세요!
당신이 더욱 안락해지고자 한다면 자신의 참자아를 알아야 합니다.
모든 문제들에 대한 하나의 유일한 해답은 자신의 참자아를 아는 것입니다.
우리는 온전하게 자신의 참자아가 되기 전에는 결코 완전하게 만족할 수가 없습니다.
자신의 참자아를 발견하려는 것이 당신이 이 세상에 온 이유입니다.
모든 사람이 자기가 하는 모든 행위에서 참자아를 찾고 있습니다.
궁극의 행복이 바로 참자아입니다.
모든 다른 행복이라 불리는 것들은 그저 참자아의 단편들입니다.
당신이 '진정한 기쁨은 오직 참자아의 기쁨'뿐이라는 것을 알게 될 때, 예전처럼 충분하지 못한 기쁨을 얻는 게 아니라 당신은 그 기쁨을 직접 온전히 취할 것입니다.

당신의 참자아를 알아야 할 유일한 사람은 바로 당신 자신입니다.
자신의 참자아가 되기 위해서 다른 누군가가 필요하다는 느낌은 터무니없는 것입니다.
그런 생각은 당신이 참자아가 되는 것을 제한하는 것일 뿐입니다.
모든 사람이 사실은 제한된 몸-마음과 동일시하는 극도의 제한으로 참자아를 표현하고 있는 참자아입니다.
당신이 아무것도 덧붙이지 않고 '나'라고 말할 때 당신은 참자아입니다.
당신이 예고와 동일시하지 않을 때 당신은 참자아입니다.
유일한 직접적인 앎은 참자아의 앎입니다.
외부의 다른 것을 필요로 하는 다른 모든 지식은 간접적인 것입니다.

만약 지금 이 순간 당신이 참자아와 동일시하고 있다면 당신은 무한함입니다.
실제의 당신인 당신의 <존재>는 영원한 것입니다.
그것은 바로 당신의 '나'입니다.
예고는 단지 본래의 무한한 참자아가 한계 속으로 들어갔다고 상상한 것에 지나지 않습니다.
높은 자아와 낮은 자아 2개의 "나"가 있는 게 아닙니다.
오직 하나의 참자아만이 있습니다.

비록 당신이 그것이 제한되고 완벽하지 못한 것이라고 상상하더라도 그것은 완벽하고 항상 완벽할 것입니다.

당신은 지금 이 순간 참자아이고, 과거에도 참자아였고, 앞으로도 언제나 참자아일 것입니다.

비록 우리 모두는 항상 참자아를 경험하고 있지만 그것을 깨닫기 전에는 참자아로 향하도록 인도되어야 합니다.

예고의 근원이 바로 모든 것의 근원인 참자아입니다.

여러분은 매순간 자신에게 “나는 한계 지어져 있다.”라고 말하는 무한한 참자아입니다.

여러분이 자신의 참자아로 미끄러져 들어갈 때 “나는 한계 지어진 몸-마음이 다.”라고 하는 말을 더 이상 하지 않을 것입니다.

오직 참자아만을 보십시오.

그렇게 하면 예고는 없어질 것입니다.

당신이 참자아 안에 머물 때 당신은 해탈할 욕구를 가질 필요가 없습니다.

당신이 해탈을 욕망하는 것은 오직 당신이 예고로 있을 때 뿐입니다.

참자아는 예고를 알지 못하고 예고는 참자아를 알지 못합니다.

무한의 존재인 “나”가 몸인 것처럼 느껴진다는 것은 무한의 존재가 스스로를 몸처럼 느끼는 상상을 하고 있는 것입니다.

참자아가 진짜일 때 몸은 진짜가 될 수 없고, 그 반대로 몸이 진짜로 보인다면 참자아가 진짜로 보이지 않을 것입니다.

당신의 몸을 자신과 동일시한다면 육신이 가지는 극도의 한계를 당신은 가지게 될 것이고, 당신의 참자아와 동일시한다면 당신은 세상 만물이고 한계가 없는 모든 힘과 앞입니다.

자신이 한계 지어진 몸이라고 하는 동일시를 렛고우하기만 한다면 지금 당장 여기에서 어떠한 것이라도 물질화시키지 못할 사람은 아무도 없습니다.

당신이 참자아를 발견하게 되면 당신은 몸과 마음이란 것이 자신의 하인에 불과하다는 것을 알게 될 것입니다.

참자아의 직접적인 경험을 유지하고 획득하세요.

직접적인 경험을 유지하는 것보다는 획득하는 게 훨씬 더 좋습니다.

당신이 “나”라고 말할 때마다 그것은 모든 것이고 이 우주의 힘을 말하는 것입니다.

당신이 그것에 무언가를 덧붙일 때마다 당신은 그것을 한계로 끌어내리는 것

입니다.

당신이 완벽을 볼 때 당신은 다른 사람의 참모습을 보는 것입니다.

그것은 바로 진실한 것 즉 완벽한 참자아입니다.

높은 자아와 낮은 자아가 있는 게 아닙니다.

‘한계 없는 존재’와 동일시하거나 혹은 ‘한계 지어진 존재’와 동일시하는 당신이 있을 뿐입니다.

당신이 끝까지 가기 전에는 결코 만족할 수 없을 것입니다.

완전하게 그리고 영원히 만족하는 길이 단 한 가지 있는데 그것은 바로 당신의 참자아를 완전히 깨닫는 것입니다.

모든 사람들이 자기 자신을 알고 있습니다.

그것은 바로 몸이라고 잘못 동일시하고 있는 참자아입니다.

당신이 단지 자각하기만 한다면 당신은 참자아가 될 것입니다.

당신이 단지 존재하기만 한다면 당신은 참자아가 될 것입니다.

절대적으로 완벽한 이 무한히 영광스러운 존재는 결코 변하지 않습니다.

그것은 항상 거기에 있습니다.

모든 스승 중에 가장 위대한 스승은 당신의 참자아입니다.

완전히 보게 될 때까지 당신의 참자아를 보십시오.

모든 존재는 신이고 당신의 참자아입니다.

참자아 안에서는 가지는 자도 소유도 소유되어지는 것도 없습니다.

행위자도 행위도 행해지는 것도 없습니다.

아는 자도 앎도 알려지는 것도 없습니다.

거기에는 오로지 모든 존재의 존재인 <존재>만이 있습니다.

우리가 추구하고 또 추구하는 자를 알게 될 때 우리는 다음과 같은 것을 발견하게 됩니다.

참자아 안에는 신은 <무엇>으로 있는 게 아니라 신이 곧 <존재>입니다.

신이 무엇을 의식하는 게 아니라 신이 곧 <의식>입니다.

신이 무언가를 기뻐하는 게 아니라 신이 곧 <기쁨>입니다.

신이 누군가 혹은 무엇인가를 사랑하는 게 아니라 신이 곧 <사랑>입니다.

사람 안에 있는 그의 <존재>가 곧 신입니다.

그의 <의식>이 곧 신입니다.

그의 <기쁨>이 곧 신입니다.

그의 <사랑>이 곧 신입니다.

당신 자신이 마치 참자아인 것처럼 행동하십시오.
이것이 결국 당신으로 하여금 참자아를 보게 이끌어 줄 것입니다.
당신의 실재(참자아)는 완벽하고, 기쁨 그 자체이고, 영광스럽고 행복 그 자체
입니다.
당신이 위로 비상할수록, 당신은 자신의 참자아를 더욱 깨닫게 될 것이고 당
신은 더욱 더 다른 이를 참자아로 대하게 될 것입니다.
참자아로 존재한다는 것은 비이기적인 것입니다.
그 상태에서는 당신은 오직 다른 이에게 봉사하는 것에만 관심을 가집니다.
다른 이를 당신의 참자아인 것처럼 대하는 것이죠.

참자아는 절대적이고 심오하며 설명할 수 없는 평화입니다.
당신이 참자아를 깨닫기 위해 필요한 단 한 가지는 고요함입니다.
우리가 자신의 참자아를 깨달으면 우리의 모든 행동과 소유물은 우리의 것으
로 생각되어지지 않습니다.
우리는 “나”와 “나의 것”이라는 것을 포기할 것입니다.
모든 것이 참자아입니다.
당신이 참자아를 경험할 때 당신은 그것을 말로 표현할 수가 없습니다.
당신이 그것에 관해 설명하는 모든 것은 그것이 아닙니다.
그것은 단지 당신이 존재하는 상태입니다.
거기에는 어떠한 행위도 없고 형상도 없습니다.
그것은 <존재>이고 그것이 전부입니다.
당신은 그것을 사용할 수도 없고, 알 수도 없고, 단지 그것으로 <존재>할 수만
있을 뿐입니다.
당신이 거기에 있을 때 거기에는 오직 <하나> 당신만이 존재하고 그것이 모든
것입니다.

참자아를 제외한 모든 것은 완전히 상상일 뿐입니다.
예고는 당신이 쓴 상상의 대본에 나오는 배우일 뿐이죠.
당신은 바로 그것이고 지금 여기입니다.
스스로를 속이지 마세요.
당신의 환상과도 같은 한계를 떨구어 버리세요.
참자아는 <정지靜止>이고 완벽한 고요함과 완벽한 알아차림입니다.
신을 찾고자 하는 사람은 이원성 속에서는 신을 발견할 수 없습니다.
인간이란 존재하지 않고 신만이 모든 것입니다.

시간이란 존재하지 않고 되어감 또한 없습니다.
전적인 완벽함 속에서는 창조 또한 없습니다.
오직 신만이 신을 보고 있으며 그 외의 것은 전혀 없습니다.
오직 신만이 신을 사랑하고 있으며 신은 모든 존재입니다.
고요하게 하고 당신이 곧 신임을 아십시오!
오직 신만이 있습니다.
만약 신만이 존재하는 것이라면 나는 그것일수밖에 없습니다.
이 길의 끝에서 우리는 오직 “나”만이 홀로 있음을 알게 될 것입니다.

당신은 탄소리를 하고 있는 참자아이지만 정말 그렇게 되는 것은 아닙니다.
아무리 당신이 탄소리를 하더라도 당신은 지금 이 순간 바로 그 무한의 존재
입니다.
당신이 참자아가 되는 게 아닙니다.
당신이 바로 그것입니다!
당신이 “나”라고 말할 때마다 그것이 바로 참자아입니다.
만약 당신이 거기에서 멈추기만 한다면요.
“나”라고 하는 말에 아무것도 덧붙이지 않는다면 그것이 바로 당신의 참자아
입니다.
당신이 “나” 라는 이야기하기만 할 때 그 “나”라는 느낌이 바로 참자아입니다.
하지만 당신이 “나”는 무엇 무엇입니다”라고 말한다면 그것은 아닙니다.
하지만 단지 순수한 “나”라고 할 때 그리고 오로지 “나”라고만 할 때 바로 그
것입니다.
당신이 오직 그것만을 보고 그것만을 알 때, 그게 바로 신이고 당신의 참자아
입니다.
그 때문에 신은 내 몸의 살보다도 더 가까운 것이라고 하는 것이죠.
그저 “나”라고 하는 단어만 붙들고 가세요. “나 나 나 나” 라고 말입니다.
혼자 있을 때 이렇게 해보세요.
그저 “나, 나”라고 하기만 하고, “나는 몸입니다.”가 아니라 단지 “나 나 나
나”라고 하는 그 <존재>의 느낌을 말이죠.
그것을 붙드세요.
그것을 경험하세요.
그것으로 있으세요.
그것이 바로 당신의 신적인 존재 당신의 참자아입니다!

45. 치유

제가 알기로 우리 그룹에도 의사들이 몇몇 있죠.

이미 의학 분야에서 훈련을 받은 의사가 ‘인생의 보다 더 깊은 의미’를 추구하고 ‘육신의 삶 뒤에 있는 근본적인 원인들’을 더 알게 된다면 더욱 훌륭한 의사가 될 수 있죠.

하지만 일단 의사 개인의 생활에 대해서 이야기하자면 전 이렇게 이야기해요.

“이런. 당신은 진절머리 나는 분야에 있으시군요!”

그리고 당신이 겉으로 보는 이 질병들을 당신의 마음 안에서 모두 되돌리지 않는다면 이 질병은 당신의 건강에 좋지 않을 겁니다.

Q: 오늘 밤 제가 선생님께 질문할 게 있습니다.

도대체 그런 것들을 어떻게 아시는 겁니까?

Lester: 제가 그걸 의식적으로 하는 건 아닙니다.

제가 모든 것을 렛고우하고 신께서 모든 것을 하시게 하면 제 말을 듣는 사람들의 마음에 있는 의문거리에 저절로 대답이 주어집니다.

Q: 저는 선생님께서 방금 말씀하신 걸 강하게 느끼는데요.

어떻게 이것을 되돌릴 수 있죠?

Lester: 아시다시피 마음은 오로지 창조만을 하고 그것도 우리가 마음속에 지니고 있는 그림들을 만들어냅니다.

뭔가 아픈 것에 대한 그림을 가지고 있다면 우리는 질병을 창조해내기가 쉬워요. 알고 있는 것처럼 우리가 정신적으로 보고 있는 것을 되돌리지 않는다면 말이죠.

Q: “되돌린다.”는 게 무슨 말씀이신지 설명을 해 주시겠어요?

예를 들어서 오늘 저에게 온 환자가 있었거든요.

저는 모든 상황을 되돌리려고 했어요.

불완전함을 조금도 보지 않고 오직 신의 완전함만을 보려고 했었어요.

하지만 오늘 제가 그 환자를 봤을 때 그에게서 도대체 완벽함을 찾아보기가 너무 어렵더라고요.

Lester: 당신에게는 그게 아주 어려운 일일지도 모릅니다.

저에게 있어서 그것은 아주 쉬워요.

왜냐하면 전 그것을 지난 16년간 계속해 왔거든요.

사람들이 이렇게 말을 하곤 해요.

“오, 이걸 안 좋아. 이걸 너무 아픈 일이야. 그리고 의사가 나에게 말했다고”
하지만 전 그 말을 전혀 듣지 않습니다.

저는 그들이 저에게 무언가 불완전함을 보고 있다는 이야기를 한다는 것을 자
각합니다.

저는 그들이 저에게 그 환상을 믿도록 하려고 한다는 것을 알아채죠.

하지만 제가 그들을 볼 때 저는 그들이 진실로 완벽한 존재라는 것을 봅니다.

그리고 나는 즉시 겉으로 보이는 불완전함을 완벽함을 봄으로써 되돌리죠.

진실로 우리의 존재는 절대적인 완벽함입니다.

당신이 완벽함에 대해서 더 많이 탐구하면 할수록 당신은 그것을 더욱 깨닫고
알게 될 겁니다.

당신이 다른 이들이 말하는 것은 단지 겉모습만 말할 뿐이라는 것을 알게 되면
될수록 당신은 그것에 더욱 대처를 잘 할 수 있을 겁니다.

하지만 이런 것들은 당신이 이 세상의 배후에 있는 진실에 대한 앎을 필요로
합니다.

진실은 존재 그 자체이며 이것이 바로 겉으로 드러나는 모든 것의 근원입니다.

Q: 글썄요. 선생님께서 하신 말씀은 너무나 많이 들어왔지만 전 아직 깨닫지
못하고 있습니다.

Lester: 그건 당신이 너무나도 겉모습을 진짜라고 믿고 있기 때문입니다.

이것이 바로 지금 여기에 있는 절대적인 완벽함을 보는 것을 지극히 어렵게
만드는 거죠.

제가 하는 말들이 당신에게는 매우 친숙한 것들이라 생각합니다.

하지만 당신은 진정한 당신을 먼저 알아야합니다.

Q: 그렇죠.

Lester: 뱀과 로프의 비유를 다시 들어봅시다. 들어보셨죠?

어둑어둑할 무렵에 길거리에 있는 로프를 보았는데 그것을 뱀이라고 착각한 거죠.
우리가 그것을 뱀이라고 생각한 순간 우리는 두려움에 사로잡히고 이 뱀으로
부터 자신을 보호해야 한다고 생각해요.

우리가 이것을 뱀이라고 생각하는 한 우리는 이러한 감정에 사로잡혀 있을 수 밖에 없죠.

사실은 그것은 로프일 뿐이었어요.

뱀이란 것은 환상이었을 뿐이고 그게 바로 세상에 비유할 수 있는 거죠.

이 세상은 뱀입니다.

실제는(로프는) 바로 세상 뒤에 있고 또 세상의 근원이 되는 것입니다.

우리가 세상이라는 환상만을 계속해서 보고 있는 한 우리는 실재를 볼 수가 없습니다.

“나는 스스로 존재하는 자.”라는 이 진실을 알기 위해서는 스스로 조용히 침잠해야 합니다.

우리는 바로 이 세상의 근원인 무한한 존재입니다.

그리고 우리가 할 일이란 이 무한한 존재가 스스로 명확해지도록 마음을 충분히 고요하게 하는 것뿐입니다.

당신이 ‘자신이 바로 그 완벽한 존재’라는 것을 발견할 때 당신은 알게 될 것입니다.

당신이 당신의 참자아를 볼 때 당신은 자신의 존재인 완벽함이 전지전능하다는 것도 알게 될 것입니다.

그리고 이 완벽함이 바로 뱀으로 착각한 로프였던 것입니다.

그러니 우리가 이 길에서 계속 고수해야 할 것은 명상하고 내면의 신성함으로 들어가서 당신의 진실을 보게 될 때까지 계속해서 탐구하는 것입니다.

당신이 자신의 진실을 보게 되면 당신은 이 세상의 완벽함과 진실을 보게 될 것입니다.

비록 지금은 수많은 몸들이 있고 그것들이 서로 분리된 것처럼 보이지만, 당신이 진실을 보게 되면 당신이 어디를 보더라도 오직 절대적인 하나임만을 보게 될 것입니다.

당신은 어디를 보더라도 오직 당신만을 보게 될 것입니다.

당신은 이 세상이 오직 당신의 마음 안에 있다는 것을 알게 될 겁니다.

당신은 그것이 바로 당신의 우주라는 걸 알게 됩니다.

당신은 밤에 꿈속에서 세상과 사람들을 만들어낸 것과 마찬가지로 스스로 창조했습니다.

그러니 요약해서 말하자면 선생의 직업이 의사라는 것 때문에 아주 어려움이 많

겠지만 그것이 세상을 완벽한 것으로 보는 것을 불가능하게 만드는 건 아닙니다. 만약 선생이 진실을 보고자 하는 열망이 충분히 강하다면 그걸 볼 수 있습니다.

Q: 그러니까 선생님께서 완벽함을 볼 때 소위 말하는 “아픈 환자”가 오더라도 선생님께서는 그러한 것을 전혀 보지 않으시고 오로지 완벽함만을 보신다는 거죠?

Lester: 그렇습니다. 당신이 그 환자가 완벽하다는 것을 알기 때문에 당신은 그의 마음속에서 병이라는 환상을 내려놓을 수 있도록 도울 수 있죠.

사람들이 저에게 와서 저에게 몸이 아프다고 이야기를 하면 전 그 아픔을 보지 않습니다.

저는 그들이 아프다고 하는 말을 전혀 듣지 않아요.

그들이 저에게 말을 할 때 전 마음속으로 이렇게 이야기합니다.

“당신은 완벽해요.”

당신도 이렇게 할 수 있어요.

Q: 지금 선생님께서 말씀하시는 완벽함은 영혼의 완벽함인 거죠?

Lester: 전 지금 제가 말하고 있는 바로 그 사람의 완벽함에 대해 말하고 있는 겁니다.

아픈 몸이라는 것은 환상입니다.

그 사람은 실재이죠.

Q: 선생님 말씀은 아픈.

Lester: 아픈 몸이란 건 환상입니다.

하지만 당신이 그것을 알기 전에는 그렇게 보이지 않을 겁니다.

우리가 사막에서 신기루를 보는 것을 생각을 해보죠.

우리는 신기루에서 물을 봅니다.

우리가 그것을 확인해보지 않는다면 그것은 항상 물처럼 보일 겁니다.

만약 우리가 그 물이 있는 곳으로 가서는 그것이 단지 모래일 뿐이라는 것을 알게 되면 그 후로는 우리는 그 물이 단지 신기루일 뿐이라는 걸 알게 되는 거죠.

그 다음번에 우리가 신기루를 볼 때 우리는 여전히 물을 볼 것이지만 이전 아주 큰 차이가 있어요.

우리는 그 물이 환상이라는 것을 압니다.

우리가 몸과 세상의 진실을 알게 되기 전까진 우리는 환상을 진짜인 것처럼 볼 것입니다.

당신의 진정한 모습 당신의 존재를 발견하세요.

오직 그렇게 할 때 당신은 세상과 육신의 진실을 알게 될 것입니다.

Q: 환자를 대할 때 제가 완벽함을 본다면 그건 저에게 도움이 됩니다.

하지만 환자에게도 도움이 될까요?

Lester: 우리가 다른 사람의 완벽함을 얼마나 알고 있느냐에 따라 다른 이로 하여금 자신의 완벽함을 알 수 있도록 도울 수 있습니다.

그가 얼마나 받아들이느냐에 따라 그에게 치유가 일어납니다.

이러한 믿음에 의한 치유 혹은 즉각적인 치유가 일어날 때, 그것은 환자가 자신의 완벽함을 보았기 때문에 즉각적인 치유가 일어난 겁니다.

정신적으로 아프다는 이미지가 없이는 몸이 아플 수가 없습니다.

마음속에 없는 것을 육신이 붙들고 있는 것은 불가능합니다.

몸이란 것은 탄수화물 미네랄 등등으로 이루어진 것일 뿐입니다.

단지 물질에 지나지 않아요.

몸에는 지성이 없습니다.

우리가 바로 그 지성입니다.

우리가 몸을 가진 생활을 상상하고 그것을 유지하고 있습니다.

우리가 마음속에 아프다는 그림을 붙들고 있지 않는 한 - 물론 무의식적으로 몸이 아픈 것은 불가능합니다.

만약 우리가 의식을 할 수 있다면 우리는 그것을 즉시 바로잡았을 겁니다.

그것이 무의식적이기 때문에 어렵습니다.

왜냐하면 우리는 그것을 바라보고 있지 않으니까요.

영적인 치유를 본적이 있습니까?

소위 말하는 “기적”이란 것을 본적이 있나요?

Q: 네.

Lester: 그렇다면 이런 일이 가능하다는 것을 알고 있겠군요.

이것은 단순히 몸을 작동시키는 사람이 정신적으로 변화를 줌으로써 일어납니다.

그게 다죠. 우리가 마음을 바꾸자마자 몸은 변화합니다.

하지만 다시 말하지만 아프다는 심상은 무의식적이기 때문에 다루기가 어렵죠.

Q: 우선 우리가 어떻게 무의식을 의식으로 만들 수가 있을까요?

그리고 우리가 자신의 완벽함을 알지 못하는 상황에서 마음이 우리가 바라는 것을 더욱 완벽하게 심상화하는 데 도움이 될 만한 게 있을까요?

Lester: 우리의 잠재의식을 의식하기 위해서 우리는 정직한 내면의 성찰을 해야만 합니다.

우리가 내면으로 더욱 주의를 돌리면 돌릴수록 우리는 우리 자신의 잠재의식적인 생각들을 더욱 많이 의식하게 됩니다.

우리가 어떤 잠재의식적인 생각이라도 그것을 일단 의식을 하게 되면 우리는 우리가 원하는 것을 할 수가 있습니다.

왜냐하면 이제 그것은 의식의 차원에 있기 때문이죠.

우리가 연습을 하면 할수록 더욱 능숙해집니다.

우리는 완벽이 있는 곳을 바라봄으로써 완벽함에 대해 알게 됩니다.

완벽함은 우리가 있는 바로 여기에 있습니다.

우리들의 ‘나’가 있는 곳입니다.

그러니 첫째로 우리는 우리의 주의를 내면으로 돌려야 합니다.

우리는 이 질문을 해야만 해요.

“나는 무엇인가?”

대답이 올 때까지 말입니다.

그리고 대답이 오면 당신은 알게 되고 그리고 스스로 알고 있다는 것을 알게 될 것입니다.

그리고 “나는 무엇인가?”에 대한 대답을 얻기 위해서는 생각이 고요해져야 합니다.

생각들은 진실을 가리는 시끄러운 소음에 불과합니다.

생각들은 한계가 지워진 개념들이고 수많은 생각들이 계속해서 우리에게 퍼부어 집니다.

Q: 네. 네. 그래요. 제가 좀 조용히 앉아 있어 보려 하면 이런 경험들을 많이 했죠. 어떻게 마음을 고요하게 만들 수가 있죠?

Lester: 자신이 누구인지를 알고자 하는 강렬하고도 꾸준한 열망을 통해서입니다. 당신이 자기를 알고자 하는 관심이 세상과 몸에 대한 관심보다 더욱 강해질 때, 세상과 몸에 대한 생각들은 고요해지고, 당신은 마음이 아니고 ‘마음이란

당신이 셋팅한 도구'에 지나지 않다는 것을 알게 될 겁니다.
그리하면 당신은 마음을 컨트롤할 수 있게 되는 거죠.
강렬하고도 꾸준한 열망이 열쇠입니다.

Q: 제가 이것을 질문한 이유는 저의 삶에서 일어나는 좋은 일이든 나쁜 일이든 어떤 것도 나 자신의 밖에서 일어나는 게 아니라는 것을 진짜로 받아들이는 지점에 이르렀다는 겁니다.

말하자면 제가 이것들을 창조했단 것이죠.

뭔가가 잘못되었다면 제가 그 원인입니다.

전 제 인생에 책임을 집니다.

저는 매 순간 순간 나의 삶을 창조하고 있어요.

이제 저는 이 지점에 도달했습니다.

전 이것을 받아들입니다.

전 온전히 책임을 집니다.

하지만 뭔가 막혀 있는 느낌입니다.

여기까지는 다 이해가 됩니다만 이젠 이것을 넘어서 가고 싶습니다.

전 이 장벽을 부수고 싶습니다.

제가 무슨 말을 하려는지 아시겠죠?

Lester: 네. 당신은 더욱 나아가고 싶은 거죠.

온전히 책임을 지는 것은 성장에 있어서 뛰어난 방법입니다.

왜냐하면 당신은 자신이 마스터라는 것을 알게 될 것이기 때문입니다.

당신은 자신에게 일어나는 일이 무엇이든 그것을 자신이 창조했다는 것을 알게 됩니다.

Q: 오! 네. 네. 맞아요. 완전 동의합니다.

Lester: 좋아요.

우선 당신은 물질의 마스터가 됩니다.

그리고 몸이란 물질의 일부분이죠.

그리고는 당신은 마음의 마스터가 됩니다.

당신이 원하는 부분이 이것이죠?

Q: 네.

Lester: 우리가 마음을 마스터했을 때 우리는 완전한 마스터가 됩니다.
그러니 당신은 거기에 이를 때까지 계속해서 나아가야 합니다.
동양의 전통에서는 이것을 ‘타파스’ 혹은 ‘고행’이라고 부릅니다.
마음을 마스터한다는 것은 당신이 좋아하는 것과 싫어하는 것을 의식적으로 바꾸는 것이죠.
아주 추운 날씨에 밖에 나가서는 전혀 상관하지 않는 것이죠.
아주 온도가 높고 습도도 높은 곳으로 가서는 편안하게 느끼는 겁니다.
몸에 고통이 있지만 그것에 영향을 받지 않는 연습이죠.

Q: 그것은 의식적으로 고통을 받는 것입니까?

Lester: 아뇨.

당신이 이것을 할 수 있다면 고통을 받을 필요가 없어요.
당신이 자신이 몸이 아니라는 것을 안다면 만약 몸에 고통이 있더라도 당신은 몸이 고통스럽다는 것을 알지만 그것이 당신을 방해하진 않습니다.
마치 다른 사람의 몸이 아프지만 당신은 그것을 느끼지 못하는 것과 같은데 왜냐하면 당신이 다른 사람의 몸과 동일시하지 않기 때문이죠.
만약 당신이 다른 사람의 몸과 동일시한다면 당신은 그 몸의 고통을 느낄 것입니다.

Q: 네. 이해가 됩니다.

저는 이제 제 몸이 아프지만 “몸이 아프군.”하고 말할지라도 제 마음은 기분 좋게 느낄 수도 있는 지점에 이르렀습니다.
이게 제가 말하고자 하는 것입니다.
지난주에 저는 아주 끔찍하게 일이 꼬여서 몇 가지 잘못된 처리를 했고 엉망진창을 경험해야만 했지만 저는 계속해서 저 자신을 관찰하고 있었어요.
그랬더니 이 모든 일의 배후에는 뭐랄까 항상 OK인 상태가 있었어요.

Lester: 언제나 OK 맞아요. 좋군요.

항상 모든 일의 뒤에는 행복이 있죠.

Q: 맞아요. 이제 어떻게 하면 제가 그것을 계속 유지할 수 있을까요?

Lester: 지금까지 했던 일을 계속함으로써 당신은 점점 더 발전하게 되고 마침

나는 그것이 영원히 머물게 될 것입니다.
당신은 마음에 대해서 완벽하게 통달하게 될 것이고 마스터가 될 것입니다.
당신은 자신이 마음이라고 생각하나요?

Q: 제가 마음이냐고요?

제 대답은 부분적으로는 지적이고 부분적으로는 감정적이지만 No입니다.
나는 마음이 아니라 그것 뒤에 있는 생명입니다.

Lester: 그렇습니다. 그게 바로 올바른 태도입니다.

마음이란 단지 생각들의 조합에 지나지 않습니다.

누가 그 생각들을 생각합니까? 당신이 그렇게 합니다.

당신이 생각을 생각한다면 당신은 생각이 아니라는 것이 분명합니다.

하던 일을 계속하십시오.

계속해서 마음을 마스터하는 작업을 하십시오.

더 많이 하면 할수록 당신은 자신이 마음이 아니라는 것을 보게 될 것입니다.

그 사실을 더 많이 볼수록 당신은 진정한 자신을 더욱 많이 보게 될 것입니다.

당신은 멋진 방법을 이미 알고 있습니다.

모든 것에 대해서 온전히 책임을 지십시오.

그리고 마음을 마스터하는 작업을 하십시오.

설사 몸이 고통을 받게 된다 할지라도 그것에 신경을 쓰지 말고 “나는 몸이 아니야.”라고 말해주면 그 고통이 덜어질 것입니다.

이때 당신은 실제로 몸에서 벗어나고 있는 것입니다.

당신은 당신의 의식의 중심을 몸에서부터 옮기고 있는 것이죠.

우리들 대부분은 우리의 의식의 중심을 육체 안에다 두고 있고 거기에 갇혀 있습니다.

하지만 우리가 몸 밖에서 몸을 작동시키는 것은 가능한 일이고 우리가 해야 하는 것이 바로 이것입니다.

우리는 다른 사람이 우리 몸을 보듯이 육체를 볼 수 있어야 합니다.

마치 이리저리 움직이는 꼭두각시 인형을 보는 것처럼요.

이러한 연습은 몸과 마음은 당신의 바깥에 있는 것이고, 당신의 명령에 따라 움직인다는 완벽한 앎을 당신에게 줄 것입니다.

그리고 당신이 이것을 충분히 확실하게 알게 된다면 당신은 마음을 집어던져 버릴 겁니다.

이제는 마음의 바로 뒤편에 있는 전지전능함의 영역에서 작업을 하는 것이죠.

당신은 이제 더 이상 생각을 할 필요가 없습니다.

모든 것이 알려지고 완벽하게 튜닝이 되어 있습니다.

모든 행동이 올바른 행동이 될 것인데 왜냐하면 완벽한 전지전능함에서 나온 행동을 하게 되기 때문이죠.

마음이란 것은 불완전할 수밖에 없는 것인데, 왜냐하면 마음은 전지전능함의 아주 조그마한 부분만을 취해서는 그것마저도 마음이라는 필터를 통해서 보기 때문입니다.

제가 지금 하는 말이 대답이 되었나요?

Q: 네. 대답이 되었습니다.

제가 생각하기에 저의 성장을 가로막았던 것은 영적인 성장과 더불어서 함께 오는 영적 체험에 대한 갈망이었던 것 같아요.

제가 다른 책을 읽으면서 공부를 하는 동안 저는 유체이탈이나 오라를 볼 수 있는 능력에 관심을 가지게 되었거든요.

제가 의심 많은 도마가 된 거죠.

제 안의 어떤 부분은 어떠한 증거도 필요로 하지 않는 성장이 있었지만 또 다른 면으로는 여전히 이러한 영적인 체험 중에 하나라도 그저 해보고 싶은 마음도 있었어요.

Lester: 이러한 영적인 힘에 관심을 가지는 것은 잘못된 접근입니다.

이런 영적인 힘들에 관심을 가지게 되면 그러한 힘을 개발할 수도 있습니다. 하지만 당신이 그러한 힘들에 대한 이해가 깊어지지 않은 상태에서 그러한 힘을 얻게 된다면 당신은 그것들을 오용하게 될 겁니다.

당신은 그런 힘들을 너무나도 이기적으로 사용하게 될 것이고 그것들은 부메랑처럼 되돌아와 당신과 당신의 성장 그리고 영적인 힘을 해치게 될 것이고 결국은 그 힘을 잃게 될 것입니다.

이러한 일들이 그들의 이해를 넘어서는 영적인 힘을 개발한 모든 사람들에게 일어납니다.

제가 하고 싶은 말은 이러한 영적인 힘들이 자연스럽게 당신에게 오픈될 때까지 그저 당신의 이해를 더욱 깊게 하시라는 것입니다.

그리고 만약 당신이 그것들을 사용하기로 선택한다면 당신은 올바르게 사용할 것이고 해로움이 없을 것입니다.

언젠가 우리 모두는 우리 모두가 전지전능하고 모든 영적인 힘들이 우리의 것이라는 것을 다시 기억하게 될 것입니다.

그리고 이러한 힘들은 아무런 수고도 들이지 않고 일어납니다.
하지만 당신이 이 힘들을 개발하고자 한다면 이것은 매우 어렵습니다.
왜냐하면 당신은 노력을 해야만 하니까요.
그렇죠?

Q: 그렇습니다.

Lester: 모든 힘들이 존재하는 상태는 아무런 노력이 없는 상태입니다.
하지만 예고의 개념은 한계의 개념이기 때문에 노력을 필요로 하는 것이죠.
전지하고 전능함에 있어서는 전혀 노력이 필요하지 않습니다.
만약 우리가 전능한 자신을 깨우친다면 노력이 필요하지 않죠.
이것은 또한 렛고우와 신께서 모든 일을 하신다는 것과 같은 것입니다.
우리가 조그만 예고를 렛고우하면 우리는 어떠한 기적도 임하게 할 수 있습니다.
단지 렛고우하고 그저 존재함으로써 아무런 노력이나 수고 없이 즉각 이를 수
가 있죠. 이해가 되나요?

Q: 네.

Lester: 그러니까 영적인 힘을 개발하는 것은 우리가 애써야 할 목표가 아닙니다.
그리고 그 힘들이 우리에게 올 때 우리가 그것에 관심을 가지게 된다면 우리
는 외부의 환상 세계에 관심을 가지게 되는 것과 같습니다.
영적인 힘들이란 단순히 외적인 물질세계에서 지름길과도 같은 거예요.
우리가 단지 시간을 없애버려서 결과가 즉각적으로 나타나게 하는 것이 세상
에는 기적처럼 보이는 것이죠.

Q: 선생님께서 완벽한 몸을 심상화한다고 말씀하실 때는 어떻게 하시는 건가요?

Lester: 글썄요.

전 한 번도 완벽한 몸을 심상하라고 한 적이 없습니다.
그것은 완벽한 덧과 감옥을 심상하는 것입니다.
이 물질적인 몸보다 더 제한된 것은 없습니다.
하지만 만약 당신이 그렇게도 당신 자신을 몸이라고 상상하고 싶으시다면, 모든
고통 왜곡 불균형 등등으로부터 자유로운 완벽하고 이상적인 육체로 말이죠.
당신은 그걸 상상할 수 있습니까?

당신은 너무나도 몸의 불완전함을 경험해왔기 때문에 그것이 아주 어려울 것입니다.

하지만 그렇게 상상할 수도 있어요.

Q: 어제 환자가 한명 왔는데 여호와의 증인이라서 수혈을 거부했어요. 목숨을 살리기 위해서 외과 수술을 했는데 너무 복잡한 수술이라 정상시의 3배 정도 시간이 걸렸고 그 환자는 거의 혈액의 절반을 잃어서 거의 목숨을 잃을 뻔 했어요.

Lester: 그게 당신의 책임이었나요?

Q: 네. 어떻게 생각해야 할지 문제가 있었어요.

“그래. 어차피 자기 문제니까. 죽어도 좋다면 그럼 죽든가.”

하지만 이렇게 생각할 수는 없었죠.

제가 저의 소망을 사용함으로써 잘못된 일을 하고 있는 건가요?

제가 한 말은 “신이시여. 당신이 그를 돌봅니다. 그리고 저는 단지 당신의 보조자입니다.” 이렇게 했어요.

Lester: 그렇게 했다면 효과가 있었던 거군요. 그렇죠?

Q: 네. 분명히 효과가 있었죠.

하지만 제가 이렇게 한다면 저의 의지를 다른 사람에게 강요하는 게 되는 건가요?

Lester: 당신이 렛고우를 하고 신께서 하도록 한다면 그렇지 않습니다.

Q: 저는 이런 사람들에게 저의 소망을 강요하고 싶지는 않아요.

Lester: 당신이 렛고우를 하고 신께서 하도록 한다면 당신은 강요하고 있는 게 아닙니다.

만약 이렇게만 할 수 있다면 당신은 정말이지 위대한 의사가 될 것입니다.

Q: 감사합니다. 제가 만약 선생님의 말씀처럼 하면 어떻게 될까요?

Lester: 당신은 경험으로 알고 있습니다.

만약 당신이 신께서 보살피도록 했다면 그 남자는 혈액이 모두 없어졌다 해도 살아났을 겁니다.

신에게는 모든 것이 가능합니다.

Q: 그게 바로 제가 한 겁니다.

전 어떻게 기도해야 할지 그 환자를 위해서 뭐라 해야 할지를 몰랐거든요.

Lester: 당신은 정확하게 한 것입니다.

당신의 기도는 “그에게 가장 좋은 것이 무엇이든 그렇게 될 것입니다.”였어요.

기도는 항상 거기에 있습니다.

꼭 말로 표현할 필요는 없어요.

Q: 제가 한 말이 그것이었지만 그걸로 충분한지는 잘 몰랐어요.

Lester: 충분합니다.

당신이 말로하든 하지 않든 기도는 거기에 있어요.

그는 지금 살아있죠. 그렇죠?

Q: 네

Lester: 누군가가 자신이 죽고자 결정하면 누구도 그 어떤 사람도 그를 살게 할 수 없습니다.

우리는 떠나고자 이미 결심한 사람을 붙들어 둘 수가 없습니다.

그리고 당신은 그와는 반대로 육체적으로 볼 때는 살 가망이 거의 없는데 다시 살아난 사람들을 많이 봤을 겁니다.

보세요. 바로 그 몸을 작동시키는 그 사람이 결정하는 것입니다.

우리는 그저 그들을 도와주고 가이드해줄 수 있을 뿐이죠.

Q: 육신을 떠나고자 하는 무의식적인 바람이 있는 건가요?

Lester: 그렇습니다.

게다가 우리 모두는 이미 우리가 언제 떠날지를 미리 셋팅해 놓았습니다.

Q: 오! 우리가 벌써 셋팅을 해놓았다고요?

그럼 우리가 그 셋팅을 바꿀 수도 있는 건가요?

Lester: 아닙니다.

하지만 당신은 그것을 초월할 수는 있습니다.

당신이 그것을 초월할 때 당신은 죽지 않습니다.

당신은 의식적으로 그리고 선택적으로 당신이 고른 방식으로 육체를 떠날 것입니다.

당신은 육체의 카르마를 바꿀 수 없습니다.

그것은 우리가 셋팅한 법칙이고 계속해서 진행되어 갑니다.

카르마를 해결하려 드는 동안 우리는 카르마를 계속 만들어 냅니다.

우리가 할 수 있는 유일한 것은 그것 너머로 가는 것입니다.

우리가 그것을 넘어섰을 때 만약 우리가 몸을 가지고자 한다면 우리는 수백 개의 몸들을 만들 수도 있습니다.

하지만 당신이 그것을 넘어선다면 이 조그만 물리적 육신에 스스로를 가둘 정도로 멍청하지는 않을 것입니다.

당신이 스스로에게 부과할 수 있는 가장 극한의 제한이 바로 우리가 신체라 부르는 이 상태입니다.

그리고 당신이 그것을 넘어섰을 때, 더 이상은 몸이 필요 없습니다.

당신은 충분히 교훈을 배웠습니다.

만약 당신이 몸을 원한다면 당신은 아스트랄체를 이용하게 될 것이고, 그것은 즉각적으로 움직일 수 있고 만약 손상을 입는다면 즉시 바로 잡을 수 있습니다.

당신이 물리적 육체를 넘어가게 되면 만약 육신을 유지해야 할 어떤 이유가 없다면 당신은 육체를 유지하고자 하지 않을 것입니다.

당신의 질문에 대답하자면 당신은 이미 셋팅한 코스를 바꿀 수 없습니다.

하지만 당신은 그것을 넘어서 육체가 당신에게는 꼭두각시 인형과 같은 것이 되는 곳으로 갈 수는 있습니다.

물질계에서 모든 것은 원인과 결과 작용과 반작용으로 매여 있고 이것은 보상의 법칙인 카르마로 불립니다.

우리가 이것을 알게 될 때 삶은 아주 쉬워지는데 왜냐하면 우리는 맞서 싸우지 않기 때문입니다.

당신의 직업에서도 이것이 도움이 될 겁니다.

모든 것은 우리가 이미 결정한대로 정확하게 이루어질 것입니다.

우리는 이 삶에서 어떠한 것도 바꿀 수가 없습니다.

우리는 단지 그것에 대한 태도만 바꿀 수 있을 뿐이죠.

하지만 선택의 자유는 있습니다.

이 육신과 동일시할 것인가 혹은 우리의 참자아와 동일시할 것인가는 선택의 자유입니다.

당신이 자신의 참자아와 동일시할 때 모든 것이 완벽합니다.

당신이 자신의 몸과 동일시할 때 필연적으로 자신을 이루 말로 할 수 없는 육체적인 고통에 종속시킬 수밖에 없습니다.

세상에서의 삶은 1온스의 즐거움을 위해서 몇 파운드의 고통을 필요로 합니다.

하지만 우리는 너무나도 고통에 폭 잡혀 있어서 우리가 실제로 얼마나 고통 받고 있는 것인지도 모릅니다.

이젠 너무나도 고통에 내성이 생겨서 아주 많은 고통도 참아낼 정도에 이르렀어요.

여러분들도 경험을 해봐서 아실 것입니다.

그러니 우리가 해야 할 일은 우리 자신인 무한한 존재와 동일시를 하는 것입니다.

당신이 실제로 그렇다는 것을 알게 될 때까지 육체의 상태를 환상으로 보도록 노력해 보세요.

당신이 그렇게 볼 수 있을 때 당신은 그것을 게임으로 볼 것이고, 당신은 그것이 게임이라는 것을 알면서 게임을 할 수가 있습니다.

이 모든 것들을 머리로만 이해해서는 안 됩니다.

이것을 경험해야만 합니다.

당신이 제가 말하는 것을 제가 말했다는 이유만으로 받아들인다면 당신에게 해로울 것입니다.

당신은 그저 남의 이야기만을 듣고 있는 것이죠.

당신 스스로 이것을 경험해야만 합니다.

스스로 증명을 해야 해요.

그리하면 이것은 얇아 되고 유용한 것이 됩니다.

제가 할 수 있는 유일한 것은 그저 이 얇을 얻을 수 있는 방향을 가리키는 것입니다.

Q: 오늘 밤에 말씀하신 것들은 다 그렇다 치더라도 선생님께서는 깨달음이 아니고 무엇으로 스스로를 치유하셨나요?

Lester: 만약 어떤 이가 영적으로 자신을 치유할 수 있다면 그렇게 할 수가 있고 이것은 즉각적입니다.

만약 그렇게 못한다면 그 사람은 정신적으로 치료를 해야만 합니다.

이것 또한 매우 빠릅니다.

정신적으로도 그렇게 하지 못한다면 육체적으로 치료를 해야만 합니다.

의사에게 가야죠.

우리에게 적절한 것을 선택하면 됩니다.

전 사람들에게 의사에게 가보라고 이야기를 합니다.

왜냐하면 그것이 그들을 치유하는데 도움이 되는 단계이기 때문이죠.

의사들은 필요합니다.

의학의 도움을 필요로 하는 사람들이 그렇게 많지 않다면 이렇게 방대한 의학 분야가 있을 리가 없죠.

Q: 저는 독신 생활이 깨달음에 있어서 필수적이라는 이야기들을 아주 많이 읽었습니다만 사실인가요?

Lester: 우리가 행복이라고 부르는 것은 무한한 존재를 어느 정도 경험하는 것에 불과합니다.

참자아는 무한한 기쁨입니다.

그리고 만약 우리가 그 기쁨을 직접 가질 수 있다면 우리가 갖고자 하는 것은 그것뿐일 겁니다.

하지만 불행하게도 우리는 전체가 아니고 완전하지도 않고 무언가가 필요하다는 상상을 함으로써 외부의 수단을 통해 그것의 아주 작은 부분만을 취하고 있습니다.

우리는 우리 밖에 어딘가에 우리 자신을 완전하게 만들어줄 무언가를 필요로 합니다.

그리고 우리는 소망 부족함을 만들어 냈는데, 우리가 그것을 성취하면 그 소망에 대한 생각들이 떨어져 나가고, 생각들이 떨어져 나갈 때 우리는 참자아에 더 가까이 있게 되는 겁니다.

그리고는 이것을 소위 행복이니 기쁨이니 부르고 있습니다.

그러니까 우리가 세상에서 즐거움을 찾을 때면 언제나 우리는 스스로를 속여서 기쁨이 밖에 있다고 생각을 하고, 그것에 대한 욕구를 만들어내어서 욕구를 충족시키고 약간의 즐거움을 얻고자 하지만, 이것은 단지 욕구의 고통으로부터 해방되는 것일 뿐입니다.

하지만 우리는 우리에게 기쁨을 주는 것이 외부에 있다고 하는 생각에 스스로 갇혀있습니다.

우리가 할 것은 그것을 구하려는 생각을 고요하게 하고, 우리의 참자아가 조금

이라도 더 드러나도록 충분히 정신적인 고요가 임하게 되면 그것을 일러 행복이라고 하는 것입니다.

우리는 밖으로 기쁨을 찾아다니는 짓들을 멈춰야만 합니다.

섹스뿐 아니라 우리에게 행복을 가져다준다고 우리가 믿고 있는 밖에 있는 모든 것들 말입니다.

이게 첫 번째 요점입니다.

두 번째는 포기한다고 말해놓고서는 더 강하게 원하는 것은 그것을 좇아다니는 것만큼이나 정신적으로 방해가 됩니다.

우리가 해야 하는 것은 이 욕망들을 렛고우하는 것인데 대부분의 사람들에게는 불가능해 보입니다.

그러니 가장 좋은 것은 그것과 맞서 ‘싸우려 들기’보다 중용을 지키면서 진리를 계속 탐구하세요.

언젠가는 우리가 섹스를 할 때 가지는 기쁨이 어떤 것인지에 대해 이해를 하게 될 것입니다.

그리하면 우리는 섹스가 줄 수 있는 어떠한 기쁨보다 더 높은 상태에 항상 있다는 것을 알게 될 것이고 그것을 렛고우하는데 아무런 문제가 없을 겁니다.

그렇게 되면 당신이 섹스를 통해서 즐거움을 얻고자 한다면, 당신은 기쁨을 얻는 대신에 오히려 기쁨을 잃게 될 것입니다.

왜냐하면 당신은 섹스라는 행위로 그것을 제한했기 때문이죠.

그러니까 중요한 것은 할 수 있는 한 중용을 지키라는 것입니다.

가능한 한 그것으로부터 떨어져 있으세요.

그리고 당신이 깨달음을 얻게 되면 당신은 모든 것들을 렛고우할 수 있는 지점에 이르게 될 것입니다.

왜냐하면 당신은 섹스를 통해서 얻고자 하는 그 기쁨을 늘 즐기고 있는 상태이기 때문이죠.

우리가 섹스를 통해 얻는 즐거움이란 단지 생각을 고요하게 함으로써 참자아를 더 많이 자각하게 되는 것에 불과합니다.

수많은 생을 거치면서 섹스에 대해서 억압된 생각과 욕망들이 다른 어떤 것보다 많이 있기 때문에, 우리가 섹스로 자신을 충족시킬 때면 우리는 많은 무의식적인 생각들을 고요하게 만드는 것입니다.

Q: 선생님 말씀은 우리가 지난 생애에서 이번 생으로 생각들을 가져왔단 말씀이십니까?

그리고 우리는 그것들을 모조리 고요하게 해야 하구요.
이런 세상에나!

Lester: 결국에는 당신도 마음의 나머지 부분들을 모두 내려놓는 지점에 이르게 될 것입니다.

요약하자면 독신 생활이 깨달음을 가져다주지는 않습니다.

하지만 그것 없이는 그리고 또한 다른 모든 욕망들을 내려놓지 않고서는 깨달음을 얻을 수 없습니다.

그러나 당신이 성장해감에 따라 그 과정은 더욱 쉬워질 것이고 결국 섹스를 렛고우하는 것이 아주 쉬워지는 지점에 이르게 될 것입니다.

섹스에 너무나 매여 있어서 그렇게 할 수 없는 사람에게 렛고우하라고 하는 것은 어리석은 일입니다.

그런 사람도 자신이 렛고우를 할 수 있는 지점에까지 의식이 상승되어야 합니다.

제 생각에는 사람들이 왜 그렇게 섹스에 반대하는지 또 다른 이유가 있는 것 같아요.

원래는 우리는 정신적으로 몸을 만들었습니다.

에덴동산에서 우리는 동물들이 하는 것처럼 하기로 결정을 했죠.

그리고는 그것에 사로잡혀 버렸고 영망이 되어버렸죠.

우리는 현재 다시 상승하는 길에 있습니다.

우리는 동물과도 같은 생식 방법을 렛고우하고는 2명의 육체를 가진 존재가 1명의 아스트랄 존재와 함께 해서 제 3의 몸을 만들어 가족이 되는 단계에 도달하게 될 것입니다.

그렇게 하면 우리는 전생의 기억을 잊지 않을 수가 있어요.

그리고 언젠가는 여기 이 지상에서 그런 상태로 되돌아갈 것입니다.

그러니까 섹스에 대한 욕망은 정말이지 우리들을 더 이상 떨어질 수 없는 가장 밑바닥으로 내모는 것이고, 무의식적으로 전 인류가 그것을 알고 있고 섹스를 사악한 것으로 만들어 버렸어요.

그것을 사악한 것으로 부르면서 섹스를 하는 것은 멍청한 짓이죠.

그리고 우리 모두는 그런 식으로 세상에 나오고 있는데 말이죠.

하지만 전체적인 이유를 모르는 사람들이 그것을 왜곡시켜버렸습니다.

만약 섹스를 하는 것이 사악한 것이라면 음식을 먹는 것도 사악한 것이죠.

사악한 것은 부족함을 만들어내고 무언가에 대한 욕망을 창조해서는 우리 자신을 이 환상에 허우적대도록 만든 그것인데 말입니다.

우리가 해야 할 일은, 욕망 없음의 상태를 성취하는 것입니다.
아무런 욕망도 필요도 없으면 당신은 가장 행복한 상태에 있습니다.

Q: 제가 하루 일과를 마치고 아무것도 할 일이 없을 때 스스로에게 물어봅니다.
“자. 이제 뭘 한담? 영화를 보러갈까? 아냐. 영화는 보고 싶지 않아. 친구 집에 들러볼까? 아냐. 그것도 별루야.”
전 아무것도 하고 싶지가 않아요.
시간을 보내려면 뭔가를 해야만 하는데 그냥 앉아있어야 할까요?

Lester: 네. 그리고는 당신 자신이 누구인지 탐구해보세요.
당신이 누군지를 알게 되면 될수록 당신은 더욱 행복해져서는 당신의 그 안절부절 못하는 것이 없어질 겁니다.
그리고 이것은 세상 어떤 것보다 더 큰 기쁨입니다.

Q: 그러면 우리가 다시 태어나고 또 다시 태어날 필요가 없는 것인가요?
우리가 한 번의 생애 동안에 해낼 수가 있나요?

Lester: 누구라도 한 번의 생애 동안 해낼 수가 있습니다.
사실 이것은 우리가 잘 알지 못하는 대단한 이점인데요.
우리가 살고 있는 이 물질계만큼 어렵고 힘든 곳은 이 우주에 극히 작은 부분입니다.
그리고 이곳이 너무나도 힘들고 거친 곳이기 때문에 여기서 빠져나가고자 하는 욕망도 가장 강한 곳이죠.
그래서 우리는 이번 생애에 우리가 왔던 고향인 무한으로 되돌아 갈 수가 있는 것입니다.

46. 레스터와 나 - Steven

Chapter 1. 레스터를 만나기까지

"구하라. 그리하면 주어질 것이요. 찾으라. 그리하면 찾게 될 것이다. 두드리라. 그리하면 문이 열릴 것이라."

저는 1970년에 UCLA를 졸업했고 음악을 전공했습니다. 그 후에 영화음악을 공부했고 이 분야에서 경력을 쌓기 시작했어요.

제 아버지는 12년 동안 직장에서 12번 쫓겨나는 그런 사람이었고 가정은 그의 관심사가 아니었어요.

덕분에 저는 대학을 다니는 동안 각종 아르바이트에 시달려야 했어요.

나중에 레스터를 만나 후에 이것에 관해 이야기를 하자 그는 이렇게 말했습니다.

"일하기를 원하는 사람은 아무도 없어요."

그는 말하기를 사람들은 그들이 하는 일을 즐기고 그것으로 돈을 벌기를 원하는 것은 하지만 사실 아무도 일을 하기를 원하지는 않는다고 말했습니다.

그 당시 저는 상당히 무기력한 상태였습니다.

고등학교 시절 2년 동안 사귀던 여자 친구가 있었지만 헤어진 상처로 여자 친구도 사귀지 못한 상태였죠.

한번은 심리상담사와 만나서 "도대체 행복한 사람이 어디에 있긴 있는 건가요?"라고 물었을 때 그녀는 "물론이죠."라고 대답했지만 그녀 역시 전혀 행복해 보이지 않았어요.

나중에 레스터를 만나서 같은 질문을 했을 때 그는 이렇게 말했습니다.

자신이 1952년에 그 질문을 했다고요.

"행복이란 무엇인가?" 레스터는 이렇게 말하곤 했어요.

생활의 안락함과 일시적인 성공은 탐구자로 하여금 세상의 환상에 더욱 빠지게 할뿐이라고 말이죠.

그가 종종 사람들에게 말했듯이 "진정한 행복은 어디에 있는지"를 찾아야만 했었죠.

저는 CBS TV의 파일럿 프로그램에 음악 담당으로 채용이 되는 기회를 잡게 되었어요.

하지만 저를 채용했던 프로듀서가 해고당했고 저도 동시에 일을 잃게 되었죠.

절망하고 낙심한 저는 선택의 여지가 없어서 그냥 밤마다 파라마한사 요가난다가 지은 명상책이나 보고 있었고 그것은 저에게 대단한 평화를 가져다 주었

습니다.

그렇게 1개월쯤 지났을 때 제 인생 처음으로 기적이란 게 나타났어요.

예전 프로듀서가 다시 복직이 되었고 제가 다시 음악 담당이 된거죠.

이 업계에서는 있을 수 없는 일이 일어난 겁니다.

제가 나중에 레스터에게 이 이야기를 했을 때 그는 이렇게 말했습니다.

그 위대한 인도의 마스터가 실제로 물질계가 아닌 더 높은 차원에서 나를 도와주었다고 말이죠.

저도 직관적으로 그 사실을 알고 있었지만 레스터에게 확인을 받고 싶었어요.

그 후로 저는 성공의 가도를 달렸지만 그 당시 제가 의식하지 못하고 있었던 무의식적인 저항이 있었어요.

갑자기 제 음악 경력이 끝이 나는 일이 생기게 되었고 저는 다시 내면에서 대답을 찾아야 했어요.

저의 내면의 자아가 내가 추구할 길은 이 분야가 아니라는 말을 하는 듯했어요.

그 후로 저는 많은 강연회와 책들을 읽게 되었지만 이것들이 저를 완전히 충족시키지는 못했어요.

후에 레스터가 이것과 관련해서 “모든 사람들이 우리가 태어나면서부터 잘못된 가르침을 주는데 그건 바로 행복이 저기 바깥에 있는 세상에서 오는 것이라고 말하는 겁니다.

책을 읽고 학교에 가고 수업을 듣고 열심히 공부하고 열심히 일하고 그리하면 행복할 것이라 말하지만 그것은 잘못된 것입니다.”라고 말을 했습니다.

1983년 저는 코미디언이자 TV 스타인 Marty Ingels의 강연회에 참석을 하게 되었는데 그가 저에게 전화번호를 하나 주면서 도움이 필요하면 전화를 하라고 했습니다.

제가 그 다음날 전화를 하고 메모를 남기자 놀랍게도 그가 저에게 전화를 하더군요.

이런 저런 이야기를 하는 가운데 ‘릴리스releasing’에 관해서 이야기를 하고는 저에게 여력이 된다면 그 코스를 수강하라고 권하더군요.

이 코스가 바로 제가 이제껏 공부한 모든 수업들에 빠져있는 잃어버린 고리였어요.

모든 사람들이 저에게 ‘렛고우하고 신이 하시게 하라’고 이야기 했지만 “어떻게”가 빠져있었어요.

저는 이 프로그램의 단순함과 강력함에 빠지게 되었는데 우리를 내면으로 향하게 해서는 우리를 매일 굴러대는 무의식의 프로그램들을 마스터하고 그것들을 릴리스하게 함으로써 내가 선택하는 것은 무엇이든 갖게 하는 것이었습니다.

“그것은 당신이 하려 한다면 아주 간단하고 쉽습니다.” 레스터는 이렇게 약속했습니다.

저는 이 테크닉을 창시했다는 그 사람(레스터)을 만나고 싶어졌습니다.

저는 그 다음번 트레이닝 코스에 등록을 했고 애리조나의 세도나로 갔습니다. 그리고 그 클래스의 하이라이트는 Sedona Method의 창시자인 레스터 레븐슨의 “자유로 가기 위해서는 무엇이 필요한가?”라는 강연이었습니다.

레스터가 우리를 맞이하기 위해 방 안으로 걸어 들어올 때 저는 마침내 오래 전에 잃어버린 친구를 되찾았다는 느낌을 느꼈습니다.

제 앞에 있는 사람은 부드럽고 고요하면서도 키가 작은 70대의 신사였어요.

그의 깊은 갈색 눈은 그가 비록 우리와 함께 여기에 있지만 그 너머 어딘가를 바라보고 있는 것 같았습니다.

지금에 와서 알게 된 것이지만 사실은 무한한 의식이 잠시 그 자그마한 몸을 빌려서는 얼마동안 우리에게 가르침을 주고자 했던 것이라는 겁니다.

레스터는 여느 사람과 다를 바 없이 보였지만 실제로는 - 후에 그가 말하기를 - 그는 단지 우리들의 예고와 대화할 수 있기 위해서 그 몸을 쓰는 것뿐이라고 했습니다.

그 때는 알지 못했지만 그 당시 제가 영적인 길에서 큰 발걸음을 떼려는 순간이었다는 것을 압니다.

예수 그리스도가 말했던 그 문이 저에게 활짝 열리려고 하고 있었어요.

제 생각에 저의 두드림이 응답을 얻었던 것 같군요.

Chapter 2. 레스터를 만나다.

“저기 바깥에는 당신의 생각을 제외하고 아무것도 없습니다.”

- **Lester** Levenson

저는 1983년 Sedona Method라고 불리는 부정적인 감정을 릴리스releasing 하는 트레이닝 과정에서 처음으로 레스터 레븐슨을 만났습니다.

레스터는 이것을 1952년 자신이 스스로를 치유할 때 사용했던 것을 다시 정리해서 누구나 스스로 치유를 하고 자유로움으로 갈 수 있도록 하기 위해 창시했습니다.

그 당시 그는 3개월 만에 병들고 불행에 찌든 상태에서 완전히 치유되고 행복하고 자유로운 존재가 되었고 레스터 자신은 “우리의 자연스러운 상태”라고

하지만, 우리가 흔히 기적이라 부르는 치유와 물질화와 같은 놀라운 일들을 할 수 있게 되었습니다.

그는 원래 현실이란 딱딱한 것이라는 생각을 가진 사람이었지만 그 탐구의 끝에 가서는 어떤 것도 고정된 것은 없고, 우리의 현실이라고 하는 것은 순전히 우리의 마음의 결과물이란 것을 알게 되었다고 했습니다.

그는 Rutgers 대학에서 물리학을 전공을 했고 물리와 엔지니어링 분야에서 일을 했습니다.

그는 170cm 정도 되는 키에 다부지고 살이 찌지 않은 몸매였어요.

처음 만났을 때가 70대였지만 활력이 넘쳐서 더운 여름날 세도나의 사막 지대를 걸으면서도 땀 한방울 흘리지 않았습니다.

그의 의식은 명료했고 위트와 유머 감각이 넘치는 사람이었습니다.

사소한 것처럼 들릴지도 모르지만 레스터는 자신을 결코 스승으로 생각하지 않았습니다.

제가 그에게 나는 당신의 제자이자 친구라고 하자 그는 친구라는 말에만 동의했습니다.

그는 항상 이렇게 말하곤 했어요.

“어떻게 무한의 존재에게 스승이 필요하겠어요?”

“여러분들의 (전지전능한) 존재는 지금 이 순간 모든 것을 알고 있습니다.

하지만 여러분들이 그 존재를 자기라고 동일시하지 않고 있는 것입니다.”

그는 항상 저와 다른 사람들을 꼬드겨서는 우리 내면으로 들어가서 대답을 찾으라고 했습니다.

저는 제가 이런 깨달은 스승과 함께 할 수 있다는 것이 저의 훌륭한 영적 카르마 덕분이라고 생각을 했고, 지금 이 순간 이 글을 쓰면서 그것이 얼마나 행운이었는지와 그것에 얼마나 책임감이 따르는가를 생각하고 있어요.

그는 다른 사람들과는 전화로 30초 이상 대화를 하진 않았지만 저와는 기꺼이 대화를 하려고 했어요.

그는 몇 년 동안이나 내 말에 귀를 기울여주고 도와주었습니다.

나는 그가 자동차를 몰고 바퀴 자국이 움푹 패인 길을 빗처럼 빨리 달리면서 미소 짓고 이야기하고 움푹 패인 길까지 즐기던 그 얼굴이 기억이 나요.

전 그 사람처럼 되고 싶었어요.

그에게는 자동차나 돈과 같은 세상의 것들이 마치 어린아이가 예전에 갖고 놀던 장난감 같아 보였죠.

“도대체 저런 것은 무엇일까?”라고 저는 생각했었어요.

그 지저분 한 닳지 자동차를 완벽한 것인 양 보고, 그렇게 평화롭게 보이고,

세상의 모든 성취가 아무런 의미도 없어 보이는 그런 사람이 된다는 게 말이죠. 저는 항상 먹고 사는데 어려움을 겪어서 얼마나 돈을 가졌는지 신경을 쓰지 않는 삶이란 걸 상상하지 못했어요.

레스터는 깨달음을 얻은 후에 부동산업으로 최소한의 노력으로 백만장자가 되었어요.

이 이야기를 들었을 때 저는 그가 말했던 돈을 가지는 것에 대해 “내 스스로 부과한 한계”를 없애야 한다고 생각했죠.

그가 저에게 물었어요.

“당신은 돈을 충분히 가져본 적이 있나요?”

“아뇨”

“그렇다면 모든 게 무의식 때문이군요.”

그는 우리 모두가 마음의 어두운 곳에 억누르고 있는 것들이 있다고 했어요.

왜냐하면 우리가 그것들을 보기를 원하지 않기 때문이라고 했죠.

왜일까요?

과거의 다른 생으로부터의 고통과 나쁜 기억들이 거기에 저장되어 있다고 했죠.

레스터가 말하기를 수백만 년 전에 우리들은 원래는 우리의 신경 시스템과 호흡 심장박동 그리고 소화 등을 하기로 되어 있는 마음의 부분에다가 우리의 비참하고 고통스러운 기억들을 저장하는 실수를 저질렀다고 했습니다.

그는 말하기를 우리는 이 기억들을 생사를 지나면서 몸과 몸을 이어서 가지고 왔고 쓸모없는 데이터들을 다른 데이터 위에 깔기를 반복해서 마침내 밑바닥에까지 이르렀다고 했어요.

그것은 우리가 소위 말하는 부정적인 감정, 프로그램 그리고 욕구의 에너지라고 했어요.

몸과 개인성은 바뀌지만 우리의 감정은 변하지가 않습니다.

우리들은 단지 그것을 들여다보기를 좋아하지 않은 것입니다.

하지만 만약 우리가 위로 비상하고 행복해지고자 한다면 이것들이 올라와서 우리 앞을 가로막게 되는 것이라고 했습니다.

만약 저와 같이 돈에 대한 문제를 가지고 있다면 우리는 아마도 과거 언젠가 우리가 돈의 문제에 있어서 안전하지 못하고 돈이 우리를 행복하게 해주지는 않을 것이라든가 혹은 그와 같은 결정을 내렸다는 것이겠죠.

그는 탐구의 기간에 마침내 죽음의 두려움을 마주하고는 그것을 릴리스했고 성경에 “고요하라. 그리고 내가 하느님임을 알라.” 고 하는 지점인 “모든 이해를 거친 평화”에 들어가게 되었다고 했습니다.

레스터는 그것을 “마음을 고요하게 하고(릴리스 해서) ‘나’가 당신 안의 신임을

알라.”라고 해석하곤 했습니다.

그리고 마음을 릴리스함으로써 즉 흔히 그가 말했던 “쓰레기”들을 없앴으로써 아무런 슬픔이 없는 행복을 발견하게 되는 것이라고 했습니다.

그는 1994년 1월 18일 정오에 의식적으로 그의 몸을 떠나서 그가 말한 “더 나은 곳에서 나의 자각을 가지도록” 하는 곳으로 갔습니다.

나는 그가 떠난 이후로 제 주위에 그의 현존을 느끼고 꿈과 영감을 통해서 느낍니다.

그리고 그는 Sedona Method를 사용하는 사람은 누구나 언제라도 자신의 무한한 지원을 받게 될 것이라고 말했습니다.

마스터가 그런 말을 할 때 절대로 헛되이 하는 말이 아닐 것이란 것을 저는 압니다.

그리고 저는 최근에 그와 제가 나눈 이야기를 글로 써서 이 길을 가는 사람들이 도움을 얻을 수 있도록 해야겠다는 강한 느낌을 가졌고 지금 그렇게 하고 있는 것입니다.

제가 레스터와 함께 했던 그 시간들은 제 인생에서 가장 중요한 시기였습니다. 물론 그 당시에는 그것을 깨닫지 못했었죠.

제가 그에게 전화를 할 때면 그는 언제나 받아주었습니다.

큰 문제이건 사소한 문제이건 간에요.

저는 그와 대화를 하고 나면 언제나 의식이 고양되는 느낌을 가졌습니다.

저는 그와 대화한 내용을 열심히 노트에 적었고 그 결과 10년 6개월 동안 전화로 통화하거나 대화를 나눈 것을 이렇게 책으로 적을 수 있게 되었어요.

대부분 짧은 이야기이지만 거기에는 지혜와 빛으로 가득한 내용들이 있습니다. 레스터는 항상 깨달은 사람에 대해서 이야기할 때면 “깨달은 사람을 알아보려면 깨달은 사람이 있어야 한다.”라고 말했습니다.

저는 세도나에서 서부 쪽으로 8마일 떨어진 곳에 있는 제 친구 집에 들를 일이 있었는데 거기서 레스터의 전화번호를 알게 되었습니다.

이제 와서야 저는 만약 레스터가 제가 전화번호를 알게 되는 것을 원하지 않았다면 제가 그의 전화번호를 알지 못했을 것이라는 것을 알았습니다.

그리고 만약 그가 누군가와 이야기 하고 싶지 않다면 - 제 말을 믿어주세요.

- 그는 그 사람을 피하는 것에 아무런 어려움이 없었을 것입니다.

그는 Los Angeles에 올 때면 가끔 저에게 “아무에게도 내가 온다는 것을 알리지 마세요. 전 그 사람들이 모욕감을 느끼기를 원하지 않으니까요.”라고 말하곤 했습니다.

레스터와 제가 나눈 11년간의 대화는 이렇게 시작되었습니다.

Chapter 3. 첫대화 October 1983

제가 이제 나이가 45살이 되어서 나이가 든 것처럼 느껴진다고 말하자 레스터는 이렇게 말했습니다.

“자네가 거기다가 백만 년을 더 보탠다면 그 말에 동의해주지.”

그 전날은 나의 생일이었지만 저녁부터 모든 게 엉망이 되었어요.

전 그 다음 날까지 너무나도 기분이 나쁜 상태였죠.

그에게 그런 일로 전화를 한 것은 지금 생각하면 어리석은 짓이지만 그 당시에 제 생각으로는 그 이상 좋은 게 떠오르지 않았어요.

“누구 생일이었지?” 그가 물었습니다.

“제 생일이었다구요.”

“Mazel tov.” 그는 빈정대듯이 말을 했습니다.

그 말은 유태식 표현으로 해석하자면 “축하해” 이런 뜻이었습니다.

“내가 생일을 어떻게 부르지는 알고 있죠? 그렇죠? 죽은 날이라고 불려요.

그날은 바로 당신이 죽기로 결심하고 이 세상에 나온 날입니다.

당신은 지금 상태 이상으로 죽어있을 수가 없어요.”,

“그게 무슨 말입니까?” 제가 물었습니다.

“이 물질계는 당신이 원하는 것을 창조하는데 가장 느리고 시간이 많이 걸리는 곳이고 당신이 존재할 수 있는 가장 어려운 곳입니다. 아스트랄계에 있는 사람은 원하는 것을 즉각 물현화 할 수가 있고 이 물질계의 사람들처럼 어렵고 힘들게 일을 할 필요가 없어요. 그러니까 그들에게는 당신은 거의 죽은 것처럼 보이는 것이죠.”

아~ 이게 뭘 말이람!

“당신은 실제로는 백만 년도 더 넘게 살았다는 것을 알 텐데요.”

“당신은 <존재>로부터 아래로 내려와서 모든 존재계를 거쳐 지금 가장 낮은 곳에 있는 겁니다.”

레스터로부터 이런 말을 들으니까 45살도 그리 많은 나이가 아닌 것처럼 보이더라고요.

그것이 저 자신을 바라보는 완전히 새로운 관점이 되었고 레스터와 함께 할 때면 흔히 있는 경험이었죠.

그런 경험은 마치 레스터가 당신으로 하여금 육체 밖으로 나오게 해서 당신이 라고 생각하는 이 몸-마음이 누구인지를 탐구하게 하는 것과 같았어요.

바로 이런 이유 때문에 많은 사람들이 그와 가까이 할 기회가 있었지만 그들은 그렇게 하지 않았습니다.

뉴욕에서 온 한 사람은 그의 사무실 근처를 서성였지만 결코 그에게 가지 못했노라고 저에게 말을 하곤 했었어요.

그의 마음이 레스터를 멀리 하려고 하고 있었던 것이죠.

저의 경우는 그에게 가까이 갈 수 있는 모든 것을 다했어요.

저는 그가 아무리 저에게 영적인 응단폭격을 가해도 그것들이 무엇이든 릴리스를 하고 더욱 다가오는 것을 좋아했다고 생각해요.

마스터들은 어디에 있는 누구와도 하나가 되어 그 사람의 내면의 의도를 언제나 알아낼 수 있는 능력이 있어서 그 사람이 미래에 어떤 일을 할지를 정확히 알 수가 있습니다.

그는 자신의 말은 신으로부터 직접 온 진실이며 세상의 정신적인 쓰레기들로부터 방해받지 않은 것이라고 말했습니다.

또한 우리는 레스터로 하여금 그가 “에고 프리젠테이션”이라고 부른 것을 기꺼이 받아들여야 했는데 그가 한 것은 우리가 무슨 말을 할 때마다 그것이 에고의 동기에 의한 것임을 지적해주고 그래서 우리가 그것을 보고 작별을 할 수 있도록 해주는 수술이었습니다.

물론 엄청나게 아픈 작업이었습니다.

저는 기꺼이 그와 작업하기를 원했지만 왜 많은 사람들이 그와 함께 작업할 수 있는 엄청난 기회들을 포기하는지 이해 할 수 없기도 했어요.

레스터는 유머 감각이 풍부하고 그가 연구한 어떤 분야에 관해서 건 대화를 하곤 했습니다.

그리고 이 세상과 우주에 관해서 어디에서도 들을 수 없는 것들을 말해주곤 했죠.

그는 우리를 참자아에 이르기까지 고양시키곤 해서 그의 주위에 있을 때면 너무나도 멋진 기분이어서 많은 사람들이 그 이상 위로 성장하기를 멈추곤 했어요.

바로 이러한 이유 때문에 레스터는 누구나 스스로 할 수 있는 Sedona Method를 만들어서 아무도 자신을 구루로 생각하지 않기를 원했어요.

왜냐하면 그는 그런 것이 잘못된 것이라 생각했기 때문이었죠.

그는 사람들이 스스로 자유로워지고 그 자신이 그랬던 것처럼 그들의 대답을 스스로 알아내기를 원했던 것이죠.

Chapter 4. “스티브”의 종말

“그저 발을 3번 구르고 이렇게 말하렴.

집보다 좋은 곳은 없지. 집보다 좋은 곳은 없지.” - 오즈의 마법사 중

저는 세도나에 가서 또 한번의 집중 코스를 한 후 며칠 뒤에 목표를 하나 세웠어요.

“무슨 일이 있더라도 사람들을 사랑해야겠어.”

저는 이 목표를 세우고 릴리스를 시작했습니다.

얼마 지나지 않아서 저는 몸이 매우 아프기 시작했고 목은 감염이 되었고 열이 심하게 올라갔어요.

그래서 몸이 너무나도 쇠약해져서는 모텔방에서 더 이상 구토가 나오지 않을 때까지 3일 동안이나 구토를 계속했어요.

제가 세웠던 그 파워풀한 목표가 저에게 작동을 했지만 제가 미처 무의식에서 올라오는 것들을 다 릴리스하지는 못했던 거죠.

몸이 허약해진 저는 집으로 돌아가서는 아내가 주는 제산제를 먹고 휴식을 취했어요.

집에서 며칠을 지낸 후 저는 레스터에게 전화를 해서 무슨 일이 있었는지 설명을 했습니다.

마스터는 아카식 레코드에 기록된 것을 볼 수 있기 때문에 누구에게 언제 무슨 일이 일어났는지를 알 수가 있다고 했어요.

레스터가 말하기를 마스터는 과거나 미래로 백 만년을 볼 수가 있고 이 우주의 어떤 곳이라도 볼 수가 있다고 했어요.

그는 저에게 이렇게 물었습니다. “그 일이 어떤 의미였는지 알아요?”

“아뇨.” 전 대답했습니다.

물론 대강은 알고 있었지만 그가 말하는 것을 듣고 싶었어요.

“당신은 이 세상에 대한 당신의 혐오를 게워내고 있었던 겁니다.”

“정말요?”

“네. 왜 릴리스하는 것을 멈췄어요? 만약 계속 했다면 자유를 얻었을 텐데.”

저는 충격을 받았어요.

그는 후에 저에게 말하기를 자유로워질 수 있는 힘은 항상 우리 안에 있다고 했습니다.

단지 우리는 생사를 지나오는 동안 이 세상에서 도피하면서 그것을 잊어버린 것이라고 했어요.

저는 그에게 제가 세상의 끝을 보았다고 말했고 그것이 나를 매우 매우 아프게 했다고 말을 했습니다.

그 순간 수화기 반대편에 큰 웃음소리가 들렸습니다.

“당신은 세상의 끝을 본 게 아닙니다. 당신은 스티브의 끝을 본 것이죠.”

그는 분명히 제가 매일 창조하는 세상을 제외하고는 세상이란 존재하지 않는다는 것을 의미했겠죠.

그러니 제가 세상의 끝을 보았을 때 실제로 제가 본 것은 세상을 경험하는 스티브의 끝이었던 것이죠.

놀랍군요! 스티브가 없으면 세상도 없다니.

“주시자가 되세요.” 그는 항상 저에게 이렇게 말했어요.

“결국에는 우리 모두가 ‘나’라는 것과 그리고 ‘나’만이 홀로 있다는 것을 알게 될 겁니다.”라고 그는 요가난다의 말을 빌어 말했어요.

Chapter 5. 이 세상에서 우리가 원하는 것을 창조하기

“오 쿤티의 아들이여! 그대 현명한 자의 적은 바로 불타오르는 욕망이니 그것에 의해 지혜가 가리어지는도다.” -바가바드 기타

제가 세도나 방법을 사용하면서 나의 목표를 창조하려고 애를 쓰면서 힘든 시간을 보내던 때에 레스터가 나에게 이렇게 말을 했습니다.

“당신도 알다시피 우리의 <존재>는 항상 우리의 목표를 창조하려고 하고 있습니다.

그런데 우리가 인정받기를 원하고 컨트롤하기를 원하고 안전을 원하면서 그것을 가로막고 있어요.”

레스터는 말하기를 “우리는 항상 창조를 하고 있습니다. 우리의 무의식이 저기 바깥세상을 창조한 것인데 우리는 그걸 별로 좋아하지 않고 있는 거죠. 당신이 그 방법을 사용해서 더욱 강력한 힘을 가지게 될수록 당신은 온갖 좋은 것들이 당신의 삶에 오는 것을 가로막고 있는 저 멍청한 프로그램들을 치워버릴 수 있을 겁니다.”

저는 물었습니다. “그 프로그램이란 게 무엇인가요?”

레스터가 농담하듯이 이야기를 했어요.

“우리는 풍요로움을 견디기 힘들어 해요.”

나는 이해가 안 되었습니다.

어떻게 풍요로움을 원하지 않을 수가 있단 말인가요?

이제껏 더욱 많은 돈이 생활을 더 좋게 해준다고 생각하지 않는 사람을 본적

이 없는데 말이죠.

그가 여기서 말하려는 것은 우리 모두에게는 이런 무의식적으로 흘러가는 대본이 있다는 것이고 그것을 그는 <프로그램>이라고 부르곤 했어요.

그것들은 이번 생에 혹은 다른 생애에 우리가 그 당시에는 당연하다고 의식적으로 만들었던 부정적인 생각과 감정들이었어요.

이 무의식적인 프로그램들에는 당연히 긍정적인 것들도 있어서 빌게이츠나 베이브 루스, 무하마드 알리와 같이 사회적으로 큰 성공을 거둔 사람들도 있죠.

그러니까 이 프로그램이란 양날의 검과도 같은 것이라 할 수 있어요.

하지만 레스터와 같은 마스터가 되려면 이것들을 모두 렛고우해야 합니다.

레스터는 말하기를 우리의 근원의 존재는 온전하고 완벽하며 우리가 원하는 것을 즉시 창조할 수 있지만 우리가 스스로 부과한 한계들에 의해서 그렇게 하지 못하고 있다고 했습니다.

자유를 얻은 후에 레스터는 이것을 스스로 몇 번이고 실험을 해보았습니다.

그리고 나에게 말하기를 우리는 춥고-덥고, 높고-낮고 등등의 이원성의 세계에 살고 있기 때문에 모든 믿음은 우리 마음 안에서 반대되는 것을 항상 포함하고 있다고 했습니다.

레스터는 말하기를 이런 이유 때문에 사회적으로 엄청난 성공을 한 사람들도 결코 진정으로 행복하지는 못하다고 말했습니다.

그 사람들은 깊은 무의식 속에서 자신들이 보고 있는 이 멋진 영화가 언젠가는 끝이 날 것이라는 걸 알고 있다는 거죠.

그들은 실제로 자신들이 돈을 잃을 수도 있고 결국은 죽음이 올 것이란 것을 알고 있고 희미하게나마 실패에 대한 두려움이 완전히 없어지지 않았다, 라고 말했어요.

그들은 이러한 것에서 시선을 돌리려 하고 있지만 결국은 피할 수 없는 것이라고 레스터는 말했고 그들은 더욱 많은 돈을 원하거나 빌딩이나 부동산 등 변하지 않을 것 같은 것에 매달리게 된다고도 말했죠.

레스터가 말하기를 모든 사람들은 세상에서 살면서 필사적으로 그들의 모든 행동과 그들이 하는 모든 말에서 사랑을 얻으려 한다고 했습니다.

레스터는 “자넨 그 부자들보다 훨씬 더 행복한 사람이야.” 라고 저에게 말하곤 했어요.

저는 당시에는 레스터가 농담을 한다고 생각하거나 미쳤다고 생각했지만 지금은 그 말이 진짜라는 것을 압니다.

레스터는 완벽하게 모든 것에 대해서 아무런 두려움이 없는 사람이었습니다.

그는 어떤 것에도 걱정하는 법이 없었고 내가 만난 누구보다도 평화로운 사람

이었습니다.

그가 말했듯이 “모든 이해를 지나온 평화” 말이죠.

Chapter 6. 세상에서 더욱 많은 것을 창조하기

“여러분들은 요가난다의 자서전에서 바바지가 보석으로 만든 궁전을 창조했듯이 자신도 그렇게 할 수 있습니다.

하지만 여러분들이 제 말을 믿으려 하진 않을 겁니다.”

“선생님께서서는 어떤 것을 창조하실 때 걸림돌이 되는 게 있으신가요?”라고 제가 물었을 때 “절대로 전혀 없죠.” 그는 즉시 대답했습니다.

그래요. 제가 뭘 바라겠어요?

제가 그 순간 내가 완전히 해탈한 깨달은 마스터와 이야기하고 있다는 걸 잠시 깜빡한 거죠.

그는 인도에서 말하듯이 높은 곳에서 세상에 가르침을 주려고 내려온 아바타(화신)였으니까요.

하지만 레스터는 우리처럼 세상의 낮은 곳에서 태어나서 높이 비상하였다가 그가 한 표현대로 “나머지 자기를 도와주기 위해” 의도적으로 다시 내려온 것이란 점에서는 약간 다르긴 하지만요.

레스터가 저에게 말하기를 실제로 그가 세상에 세도나 방법 Sedona Method 을 내놓게 된 것은 그 자신의 나쁜 카르마 때문이라고 했어요.

그가 완전한 자유로 나아갈 때 자신의 예고와 마음의 마지막 자취를 없애버리려고 하는 순간 거대한 손이 그의 앞에 나타나서는 그가 이 세상을 완전히 떠나려고 하는 그의 우주적인 힘을 가로막고, 그에게 태어나기 전에 자신이 우주와 했던 거래를 보여주었습니다.

나는 요가난다에서부터 수많은 인도의 구루들에 이르기까지 책을 많이 읽어보았지만 이런 이야기는 처음 들어보았고 너무 낯설기까지 했어요.

거대한 손이 나타나서는 우주적인 협상을 다시 보여주었다니?

나는 속으로 이상한 생각이 들어서 레스터에게 묻고 싶었지만 보나마나 이런 대답이 왔겠죠.

“자네가 자유로워지게 되면 스스로 알게 될 거야.”

뭐~~ 그래야죠.

레스터가 저에게 말해주기를 일단 세상의 카르마에서 자유로워지면 모든 마스터들은 다시는 전생애 스스로 부과한 한계들이라고 하는 ‘세상의 카르마를 연

기하고 있는, 감정적으로 고통 받고 지극히 제한된 이 사람들'과 어울려 살아야 하는 이런 육체로 태어나기를 원하지 않는다고 했습니다.

또 아스트랄계나 코잘계로 빨리 가서 사람들을 도울 수도 있기 때문이라고도 했어요.

세상으로 다시 오는 것은 마치 박사 학위를 받은 사람이 유아원으로 다시 돌아가는 것과도 같다고 했죠.

레스터가 말하기를 어느 시대를 보더라도 거의 극소수의 사람들만이 이러한 희생을 받아들이고 “다시 게임을 연기act하기 위해서” (그의 표현대로라면) 즉 오직 고통 받는 사람들을 돕기 위해 인간으로 되돌아온다고 했습니다.

그들은 오직 사람들이 윤회로부터 해방되는 것을 돕기 위한 아름다운 선택으로 이런 임무를 받아들인다고 했어요.

물론 그들은 전혀 고통 받지 않고 먹거나 마실 필요조차도 없지만 그저 사람들과 섞여 있기 위해서 그런 것을 하는 것뿐이라고 했어요.

그 마스터들은 예고의 어떤 일부분을 가져야 비로소 물질적인 욕망으로 탐욕스러운 세상 사람들과 관계를 가질 수 있게 된다고 했죠.

레스터가 말하기를 그가 처음 이 미친 사람들 사이에 있게 되었을 때는 자신이 충분히 아래로 내려오지 않아서 보통의 사람들과 인간관계를 맺을 수가 없었다고 했습니다.

하지만 세상에 더 오래 머물수록 더 잘할 수 있게 되었다고 했어요.

레스터는 제가 골치 아픈 문젯거리들에 대해서 나의 말이 옳다고 그를 확신시키려고 엄청나게 애를 쓸 때마다 저에게 이렇게 말하곤 했어요.

“자넨 내가 자네 말에 동의해주길 바라겠지만 난 절대 그렇게 안할 걸세.”

전 이제야 그가 한 말이 무슨 말인지 이해합니다.

그는 진리에 대해서 저 같은 사람과 눈곱만큼도 타협하려고 하지 않았어요.

그는 또한 결코 문제점을 보지 않았고 힌두에서 비베크라고 부르는 분별력으로 진리와 진리가 아닌 것을 구별했습니다.

그는 나에게 말하기를 자신은 항상 나와 다른 사람들을 볼 때 -모든 마스터들이 하듯이 -사람들이 단지 ‘무지라고 불리는 여러 생애동안의 프로그램’에 속고 있는 것으로 본다고 했습니다.

그가 말하기를 우리들은 그저 무한한 참자아와 동일시하는 게 아니라 제한된 자아와 동일시하고 있을 뿐이라고 했어요.

그리고 우리가 자유 의지를 가지고 있기 때문에 그 자유의지를 사용해서 한계와 고통을 선택할 수도 있다고 했습니다.

레스터는 말하기를 “여러분들은 그 방법Sedona Method을 사용해서 목표를

창조하는 과정을 통해 여러분들의 부정적인 프로그램들을 떠올릴 수 있게 되고 그리하면 그것들을 렛고우할 수 있는 겁니다.” 라고 말하곤 했어요.

Chapter 7. 세상에서의 성공

“가진 자에게는 주어질 것이고 더욱 풍요로워질 것이나
가지지 못한 자는 그가 가진 보잘 것 없는 것마저 빼앗길 것이라.” -Jesus

“승리한 자는 승리하게 될 것이고 패배한 자는 패배하게 될 것입니다.”

-레스트 레븐슨

“자네는 이 세상에 승리자들이 몇 퍼센트라고 생각하나?”

레스터가 한번은 우리가 Los Angeles에 있는 사무실에서 일하고 있을 때 저에게 물었습니다.

그가 말하기를 여기서 승리자들이란 위대한 정치가들 사업가 프로직업인들 영화 TV 음악 스타들 스포츠 스타 등을 이야기한다고 했고 약 5% 정도라고 말했습니다.

그리고 나머지 95%는 승리하지 못한 자들 즉 쥐꼬리만한 돈을 먹고 살기 위해 벌려고 남들을 위해서 일을 해야만 한다고 생각하는 사람들이라고 했습니다.

이들 중에서 가장 최악은 “무임 승차자들”로서 사회 보장금이나 받아내면서 어떤 것도 하려들지 않고 위로 올라가려는 생각도 없는 무감각하고 무관심한 사람들이라고 했습니다.

레스터는 나에게 말하기를 우리들은 과거에 우리가 만든 프로그램에서 3가지를 배워야 한다고 했습니다.

1. 사람들을 컨트롤하려 하지 않는다. (지배하거나 이용하려 하는 등)
2. 세상으로부터 사랑을 얻으려 하거나 인정을 구하지 않고 내면에서 찾는다.
3. 죽음 같은 것은 없다는 것을 깨달아야 한다.
(우리는 단지 더 미세한 몸인 아스트랄체를 가지는 것이다.)

레스터는 말하기를 수백만 년의 세월 동안 태어나고 죽으면서 인류는 고통스

렵게 이 레슨들을 배우고 있고 “모든 사람들이 천천히 결국은 도달하겠지만 이것은 너무나 너무나 너무나 고통스러운 여정입니다.”라고 말했습니다.

마스터는 모든 카르마로부터 자유롭고 육신으로 살려고 하는 욕구가 없기 때문에 더 이상의 카르마를 만들지 않으며, 그는 하루 24시간 내내 끊임없이 이 앎을 가지고 있기 때문에 죽음에 대해 어떠한 두려움도 없다고 했지만 제가 거기에 이르기 전에는 그것이 어떤 것인지 결코 알 수 없을 거라고 말했습니다. “한번 해보세요. 좋아하게 될 겁니다.” 그는 이렇게 말했어요.

저는 레스터에게 그가 다시 이 물질계로 되돌아올 것인지 물어봤습니다.

“No~ 이런 세상에 너무 오래 머물게 되면 곤란에 빠져들 수도 있어요.”

그가 말하기를 우리는 이미 한번 길을 잃었고 이제 다시 “집”으로 돌아가는데 엄청난 어려움을 겪고 있다고 했습니다.

그리고 그는 다시는 그런 것으로 고통 받고 싶어 하지 않았고 전 그를 비난할 수는 없다고 믿었어요.

Chapter 8. 레스터가 하지 말라고 이야기한 2가지

레스터는 저에게 어떤 일을 하기 전에 모든 것을 릴리스하고 자유로워지란 말을 제외하고는 어떠한 충고도 주지 않았습니다.

그는 2가지를 제외하고는 절대 무엇을 하지 말란 말을 하지 않았는데 그 2가지는 “고기를 먹지 말라”, “절대로 아이를 낳지 말고 그냥 다른 사람들의 아이를 귀여워해라.”였습니다.

한번은 Sedona Method의 집중 트레이닝 코스를 수강하려고 했지만 이미 정원이 다 찼습니다.

그래서 차선책으로 저는 세도나로 가서는 클래스가 열리는 그 호텔로 가서는 방을 잡았죠.

저는 레스터에게 제 방으로 방문해 주실 수 있냐고 물었고 레스터는 그러겠다고 대답했습니다.

약속한 시간에 노크 소리가 들렸고 레스터는 거기에 마치 작은 기둥처럼 아무런 감정 없이 서 있었습니다.

그가 방 안에 들어오면서 “자네 친구를 저기서 봤다네.”

그는 테이블 위에 있는 요가난다의 자서전 표지 사진을 보며 이렇게 말을 했습니다.

그러고는 그는 벽에 기대어 앉아서 몸을 떠나서 삼매로 들어가려는 듯 하다

가 몇 초 생각을 하더니 저와의 약속을 위해서 몸에 머물렀어요.
“수강 인원이 다 차서 여기 와서 릴리스를 하려고 이 방을 잡았어요. 이 방을 잡는데 돈이 많이 들었죠.”
나는 자랑스럽게 이야기를 했지만 그가 제 말을 자르면서 이야기를 했습니다.
“얼마든지 공짜로 방을 잡을 수 있다는 걸 알 텐데.”
“어떻게요?”
“난 항상 그렇게 한다네. 저기 밖에는 자네의 생각 말고는 존재하는 게 없다네. 자네의 의식이 모든 것을 결정하지. 그러니 만약 자네가 공짜라고 믿는다면 그렇게 되는 거지.”
오~ 마이 갓. 한번은 그가 사무실 임대계약을 위해서 Los Angeles에 갔는데 그는 저에게 자신의 Southwest항공사의 티켓을 보여줬습니다.
그 티켓의 위에는 “취소”라는 글자들이 잔뜩 쓰여 있었는데 그는 그냥 그것을 사용했습니다.
그는 매번 그런 식으로 일들을 했어요.
이 세상이 그냥 놀이터인 것처럼 말이죠.
마스터에게 해야 할 일이란 우리를 자유롭게 하는 것 말고는 없었어요.
레스터는 자신이 이 몸과의 동일시를 아주 약간은 유지하고 있다고 했습니다.
그래야 몸에서 살 수가 있으니까요.
마스터는 자신이 몸이 아니란 것을 알지만 다른 사람들과 교류하기 위해서는 이 ‘탈 것’을 유지해야 한다고 했죠.
그들은 몸을 보존하고자 하는 욕구나 프로그램이 없기 때문에 죽음에 대한 두려움이 없다고 했습니다.
레스터는 저에게 말하기를 삶이란 절대적인 확신이 있다면 그 후로는 매우 편안한 것이라고 했어요.
그것이 그의 테크닉의 주된 초점이었습니다.
죽음의 두려움을 릴리스하고 모든 불행도 릴리스하는 것이죠.

Chapter 9. 우리 모두가 원하는 것은 무엇인가?

“자넨 아직도 릴리스를 잘 하지 못하는군.”
제가 결과를 얻을 수 없다고 불평하자 레스터가 저를 꾸짖었어요.
“아직도 인정받기를 원하나 보군요?”
제가 낮은 소리로 “예”라고 대답하자 그는 혼잣말로 “멍청하군.”이라고 했습니다.

레스터에게 있어서 바깥세상이 결코 줄 수 없는 사랑을 바깥세상에서 원하는 것은 멍청한 짓이었죠.

사랑에 대한 무의식적인 갈망이 우리로 하여금 수천 번을 태어나게 하고 이미 우리 안에 있는 사랑을 헛되이 찾아다니게 한다고 했죠.

정말 웃기는 부분은 우리가 심지어 사랑을 받을 때도 우리가 그것을 느끼지 못하고 있다고 했어요.

레스터는 여러 번 제가 하는 말 모두가 그에게서 인정을 받고자 하는 것이라고 야단을 치곤했어요.

그가 완전히 자유로워졌을 때 그는 이 상상의 욕구를 렛고우했고 즉시 건강을 되찾고 더욱 자유로워졌다고 했습니다.

아이러니는 우리가 이러한 욕구를 완전히 릴리스하면 우리는 우리가 원하던 것을 얻게 된다는 것이죠.

“원하지 않는 것이 곧 가지는 것이다.”라고 하는 영적인 법칙에 의해서 말이죠. 그가 설명하기를 마음이란 우리가 마음에 품고 있는 것을 창조하는데 그것의 95%는 무의식이라고 했습니다.

그러니까 ‘사랑을 원하는 프로그램’을 비운 사람은 내면에서 더욱 많은 사랑을 느끼게 되고 결과적으로 더욱 사랑하게 된다고 했습니다.

또한 더욱 사랑하게 되는 것이 같은 것끼리 끌려온다는 영적인 법칙에 의해서 더욱 많은 사랑을 끌어오게 된다고 했습니다.

“모든 사람은 어쨌든 죽지 않나요?”

언젠가 레스터에게 물었습니다.

“죽은 사람을 제외한 나머지 사람들에게겐 그렇게 보이겠죠.”

레스터는 웃었습니다.

“그 사람들은 단지 무거운 가죽덩어리를 벗어던지고 더 가볍고 빠른 몸을 가지는 겁니다.

다치지도 않고 죽음도 없고 벽도 통과할 수 있는 그런 몸을 가지죠.

죽음을 겪는 사람에게는 그의 모든 고통을 떨구고 릴리스하는 것이기 때문에 이것은 커다란 위안이 됩니다.

왜냐하면 당신이 몸을 가지고 있었을 때 모든 느낌이란 것이 몸을 보호하고자 하는 것이었기 때문이죠.

더 이상 몸이 없을 때 당신이 몸에 대해서 걱정해야만 하는 세상은 끝이 난 거죠.

당신은 이 삶에서 그리워했던 모든 사람들을 만나게 될 것이고 대개는 행복해해요.

하지만 마지막 생에서 집착하는 게 있거나 실수를 저질렀다면 당신은 아스트랄체로 있을 때 육체에 있을 때보다 훨씬 강렬하게 느낄 것이기 때문에 어떤 사람들은 죽자마자 그들이 경험하는 고통을 피하기 위해 다른 육체 속으로 점프를 하죠.

그런 사람들은 물질계로 돌아가는데 며칠 혹은 몇 개월이면 되요.

물질계에 무관심한 사람들은 아주 오랜 휴가를 가지게 되고 다시 되돌아오는데 몇 년이 걸리기도 해요.

이것은 오직 물질계에서만 충족될 수 있는 욕망들을 당신이 얼마나 가졌느냐에 달려 있어요.”

누군가가 완전히 자유롭게 되면 그는 자신이 선택하는 것을 자유로이 창조할 수가 있습니다.

레스터는 저에게 말하기를 자신은 항상 이렇게 하면서 산다고 말했습니다.

예수가 그의 제자들에게 말하기를 “너희들이 기도할 때 이미 받은 것을 믿어라. 그리하면 받게 될 것이다.”라고 했는데 여기서 가장 중요한 것은 믿는다는 것이죠.

우리는 우리도 그렇게 믿는다고 생각을 하지만 무의식에서는 믿지 않습니다.

“내가 그럴 자격이나 있나? 아마 가지기 힘들 거야. 이건 사실이라고 하기엔 너무 멋진 말이잖아.”

이 모든 생각들은 레스터가 말했듯이 “스스로 부과한 한계들”에 의한 프로그램들로 인해 만들어지는 생각과 느낌들이죠.

우리가 이 프로그램들을 렛고우할 때 우리는 “욕구”에서 “가지는 것”으로 옮겨 갈 것이며, “간단하면서도 쉽다”라고 레스터는 모든 사람에게 말했습니다.

그는 말하기를 마음은 몸을 안전하게 유지하도록 프로그램되어 있기 때문에 항상 바빠 움직이고 그 때문에 우리는 자신의 모습인 참자아를 볼 수 있도록 마음을 잠시라도 멈추기가 힘들다고 그는 말했습니다.

우리가 이 Sedona Method를 쓰기 시작하면 마음은 릴리스를 하지 못하도록 모든 종류의 장애물을 떠올리는데, 왜냐하면 마음이 자신의 종말을 보기 때문이라고 레스터는 말했습니다.

Chapter 10. 카르마를 극복하기

“이 방법을 사용해서 얼마나 많은 카르마를 극복할 수 있는지 알면 놀랄 것입니다.”

- Lester Levenson

“난 자네가 한 가정의 가장으로써 아등바등 애를 쓰고 있다는 걸 알고 있네.”
제가 욕조에 누워서 몸을 풀고 있을 때 레스터가 저에게 말을 걸었습니다.
이 마스터가 우리 모두를 꼬드겨서 ‘자유의 땅’으로 가도록 강의를 하러 가기 전에 거울을 보면서 머리를 빗고 있을 때면 정말 평범하게 보입니다.

“하지만 항상 조심하게나.” 그가 말했습니다.

“인생이란 정말 아무런 애씀 없는 것일 수도 있다네. 그리고 모든 것이 그저 자네 무릎위로 쏟아져 떨어질 거야.”

그는 그가 물질 창조를 사용하는 이유는 우리 모두가 원하는 것이 이것이고 우리를 행복하게 해줄 수 있다는 것을 알기 때문이라고 했습니다.

그는 우리를 달래고 꼬드겨서 위로 올릴 수만 있다면 뭐든 이용했습니다.

그는 무감각한 것을 혐오했고 그런 상태에 머물러 있는 사람들을 ‘무임 승차자들’이라고 불렀습니다.

무관심과 무감각한 것은 지극히 부정적인 상태이고 그가 설명하는 에너지 차트에서 가장 밑바닥이었습니다.

무감각한 사람들은 겉으로는 평화로워 보일지도 모르지만 그렇지가 않습니다.

버튼 하나만 누르면 마치 화산이 폭발하듯이 모든 감정이 폭발할 것입니다.

레스터는 자신이 말해준 테크닉이 있음에도 이런 상태에 머물러 있기를 선택한다는 것은 상상할 수 없는 멍청함이라고 했습니다.

그는 우리 모두가 그가 알려준 테크닉을 사용해서 “최고의 경지”에 있기를 원했습니다.

“왜 여러분들은 그렇게 하지 않습니까? 그리고 여러분들이 선택하는 모든 것들을 아무런 노력을 들이지 않고 가지지 않습니까?”

우리 모두는 무의식적인 마음을 들여다보기를 원하지 않습니다.

우리는 차라리 우리의 안락하고 편안한 한계 지어진 범위 내에서 그럭저럭 세상에 맞추어 살아가려고 합니다.

우리들은 무의식적인 마음 아래에 있는 것들을 보고 느끼는 것을 싫어합니다.

비록 그것들이 거기에 숨겨져 있지만 여전히 현실을 창조하는 힘을 가지고 활동을 하고 있고, 우리가 내리는 결정과 그로 인해 얻는 결과에 영향을 미치고 있습니다.

우리가 그것들을 얼마나 인식하고 있느냐 하는 것과는 상관없이 말이죠.

“여러분들의 삶의 95%가 자동적인 프로그램에 의해 돌아갑니다.”라고 레스터는 말했습니다.

“비유하자면 우리의 마음은 마치 컴퓨터와도 같아요.

하지만 프로그래머가 잠이 들어 버린 거죠.”

이것은 판도라의 상자와도 같은 게 아닐까 저는 생각했어요.

레스터가 말하기를 .바가바드 기타.에 나오는 아르쥬나와 그의 “친척들” 사이의 유명한 전투가 이것을 상징한다고 했습니다.

레스터가 저에게 말하기를 “친척들”이라는 단어가 우리가 이 프로그램들을 마치 “한 가족”인양 여기기 때문에 사용한 비유라고 설명해주었죠.

제가 한창 꽤나 끈질긴 프로그램으로 힘든 시간을 보내고 있을 때 레스터가 저에게 물었습니다.

“그 프로그램들이 누구의 것이지?”

“제 것이죠.”

“그렇다면 오직 자네만이 그것을 없앨 수가 있는 것이지.

자, 네가 집어넣었으니 자네만이 그걸 다시 끄집어 낼 수가 있는 거라구.”

레스터에게야 쉬운 일이겠죠.

레스터는 한번은 <트론>이라는 영화를 트레이닝 코스에서 보여준 적이 있었습니다.

그 영화는 한 컴퓨터 게임 프로그래머가 우연히 자신의 게임 안으로 들어가서는 다시 빠져나오려고 애를 쓴다는 내용입니다.

그 내용은 우리가 이 세상에서 겪는 것에 대한 흥미진진한 비유였어요.

한번은 레스터와 전화 통화를 할 때 제가 <2001 스페이스 오딧세이>라는 영화를 빌려서 2번이나 봤다는 이야기를 했어요.

제가 말한 장면은 Dave Bowman이 우주선을 통제는 휴머노이드 컴퓨터인 Hal의 데이터를 없애려는 부분이었어요.

Hal은 우리의 예고와 같아서 Dave가 자신을 릴리스하려는 것을 가로 막으려 했어요.

“제발 멈춰요. Dave 제발요. 당신은 이 우주선을 통제하기 위해선 제가 필요하다는 것을 알잖아요.”

하지만 Dave는 마침내 모든 데이터를 지워버리고 우주선의 통제권을 다시 되찾아 왔습니다.

이것을 우리가 하는 릴리스에 비유해서 이야기하자 레스터는 제 말에 동의했습니다.

“그게 바로 정확히 우리가 릴리스를 했을 때 일어나는 일이죠.”

제가 물었습니다. “카르마란 게 이런 것들과 무슨 관계가 있나요?”

“카르마는 우리들의 무의식에 남아 있는 모든 것들이지.”라고 레스터는 말해줬어요.

“카르마는 단지 행위와 반작용인데 이 반작용의 부분이 무의식 속에 있는 거라네. 자네가 릴리스를 할 때면 마음으로부터 더 많은 카르마를 먹어치운 것이라네. 그 맛이 좋으면 우리는 좋은 카르마라고 하고, 안 좋으면 나쁜 카르마라고 하는 것이지.

그건 아주 오래 전의 과거로부터 쌓아온 에너지일 뿐이야.”