

네이버카페 바로가기: <https://cafe.naver.com/herecamelight>

## dada수행글모음

ft. 가짜 세상 벗어나는 진짜 수행법

### [목 차]

Chapter1. 가짜 세상을 벗어나는 진짜 수행 들어가기

[1.궁금하니? 알려줄게. 차크라...](#)

[2.정신에도 프로그램 탑재가 필요해](#)

[3.새 프로그램 탑재시 기존 프로그램과의 충돌](#)

[4.자기 비난 프로그램을 속성으로 깨보자](#)

[5.내 생각이 내 것이며 나는 옳다는 믿음을 깨보자](#)

[6.버릴 것 좀 버리고 미련하게 살지 말자.](#)

[7.구도자를 위한 수행원리와 수행법 정리](#)

[8.용서하기가 왜 그렇게 힘들까](#)

## Chapter2. 실전 용서하기 & 무의식 파헤치기

[9.실전! 용서하기 1편](#)

[10.실전! 용서하기 2편](#)

[11.실전! 용서하기 3편 I](#)

[12.무의식 속에는 무엇이 있을까 1편](#)

[13.무의식 속에는 무엇이 있을까 2편](#)

[14.무의식 속에는 무엇이 있을까? 3편](#)

[15.무의식 속에는 무엇이 있을까? 4편](#)

[16.구도자가 피해야 할 지뢰밭](#)

[17.무의식 속에는 무엇이 있을까? 5편](#)

[18.무의식 속에는 무엇이 있을까? 6편](#)

[19.실전! 용서하기 4편](#)

[20.실전! 용서하기 5편](#)

[21.실전! 용서하기 6편 - 돈 용서하기](#)

[22.실전! 용서하기 7편 -돈에게 용서받기](#)

[23.실전! 용서하기 8편 -사랑받고 싶어하는 마음](#)

[24.실전! 용서하기 9편 -어느 무서운 마을의 우물](#)

[25.실전! 용서하기 10편 -원망하는 찌질이](#)

### Chapter3. 수행 파고들기

[26.의심을 올리는 마음과 견성의 중요성](#)

[27.상실감에 대하여](#)

[28.시공간을 붕괴시키는 자](#)

[29.지금의 세상이 어느날 갑자기 끝난다면](#)

[30.끌어당김1](#)

[31.끌어당김2](#)

[32.수행법에 대해 반복되는 질문 답변](#)

### Chapter4. 쉬어가는 이야기

[33.이야니-가슴차크라 열기](#)

[34.이야니 이야기 관련 추가 잡설 - 전생 등](#)

[35.감정을 정면 돌파하기](#)

[36.인성과 신성의 얇은 간격](#)

[37.한국인=거지옷 입은 왕족](#)

[38.교착상태 & 열등감 청산하기](#)

[39.우울증 없애는 법](#)

[40.음식에 대한 이야기](#)

[41.기적수업 문구 모음](#)

[42.생각의 노예](#)

[43.자살충동, 죽고싶은 마음](#)

[44.아무 문제 없다](#)

[45.숨사탕 나라, 숨사탕 공장](#)

[46.덕 좀 보려는 마음](#)

[47.고마운 줄 모르는 마음](#)

[48.빠른 수행을 위한 조언](#)

## Chapter5. 애착, 특별한 관계, 용서실습

[49.미쳐버린 무의식과 특별한 관계1](#)

[50.미쳐버린 무의식과 특별한 관계2](#)

[51.미쳐버린 무의식과 특별한 관계3](#)

[52.가정폭력, 때리고 맞는 관계](#)

[53.우리 모두가 버린 작은 여자아이](#)

[54.용자를 위한 속성 수행법](#)

[55.애착, 의존, 사랑](#)

[56.남자란 어떤 존재인가](#)

[57.여자의 형상을 이용하여 공격하기](#)

[58.도전, 용서실습](#)

더 많은 글 보러가기 (네이버카페): <https://cafe.naver.com/herelight>

# Chapter1. 가짜 세상을 벗어나는 진짜 수행 들어가기

## 1.궁금하니? 알려줄게, 차크라...

제3의 눈을 여는거는 가장 기초적인거인데 미간위가 간질간질하고 뜨겁고 에너지가 통하는 느낌이 있음

뭔가 특별히 귀신이 보인다고 그따위 없음 다만 축이 아주 좋게됨 직관이 개발되는거지

뭔가 내게 좋은지 본능적으로 그냥 알 수 있음

그 다음에는 우선 불교에서 말하는 견성을 하게됨

나와 남이 없고 세상이 미친듯이 아름답게 보이고 존재하는게 영광스러운경험

그담엔 호흡기관이 좁은 관이 아니라 전체로 확장됨 몸으로 통째로 숨쉬게 되고

발끝까지 호흡이 되지

그담엔 맨 아래 회음부 차크라부터 위로 뚫리는데

쿤달리니라고 에너지센터가 있는데 하복부에서부터 엄청난 에너지가 순식간에 빠져나감

위로 백회를 통해서 나가는데 정말 뱀이 꼬아리 틀었다가 치솟으면서 나감

그리고 가슴부위에도 에너지 센터가 있는데 심장에서 좀더 왼쪽으로 치우쳐 있음

거기서도 화산분출하듯이 밤새 에너지가 나감

그담엔 온몸의 혈관안에서 전기 통하는거처럼 모세혈관까지 전기신호가  
오면서  
온몸의 기혈이 뚫리면서 체력이 급격히 좋아짐

백회를 통해 에너지가 나간후에 귀 위로 머리가 느껴지지 않음 바람도 통하고  
햇빛도 들고  
예민해짐 머리가 없는거처럼 그리고 몸이 느껴지지 않음 그냥 의식으로  
존재하는 느낌임  
어쩌다 몸의 일부분이 느껴지면 몸에서 자동적으로 정화과정을 거쳐서  
에너지를 내보냄  
얼마 지나지 않아 머리가 조이기도 하고 정수리가 열렸다 닫혔다 하는  
느낌이면서 스스로 조절할수 있게됨

기운이 밖으로 나가기도 하고 안으로 들어오기도 하고  
나가는 기운과 들어오는 기운이 함께 맹렬한 그런 날도 있고  
의식이 몸에서 빠져나가는 경험도 하고 뭐 그렇게 시간이 지나면서  
더이상 머리위가 전혀 느껴지지 않고 늘 열려있는 느낌임  
백회가 열리고 그 과정이 끝나는데는 불과 며칠 걸리지 않음

그다음 과정이 있는데 세상이 내안으로 들어오면서 내가 세상을  
만들었다는걸  
깨닫게 됨 이게 제일 큰 경험이었음 말로 표현할수 없어 그냥  
기쁨으로 폭발하는듯한 느낌이었음  
그 상태가 몇년 가는데 그러면서 서서히 지혜가 깊어짐

그리고 차크라가 느껴지는데는 주로 가슴차크라가 느껴지는데  
주변에 사람들이 많으면 가슴차크라가 찢어지는듯이 열리면서 탁기가 나감

이 과정에서 구역질이 나기도 하고 다른사람들의 에너지가 공명하는 기간이 있는데

사람들의 선악이 보인다고 해야하나 몇년간 좀 힘든 시기를 거침  
또 몇년간 몸이 대단히 아픈 일도 있었는데 예전에 아팠던것을 그대로  
다시한번 아프면서 치유가 됨

그러고 시간이 지나면서 모든게 명료해지고  
더이상 사람들의 에너지에 영향을 받지 않게 되는 때가 옴  
겉이 없어지고 거리낄것이 없어지고 뭐 그렇지  
내가 대단해진게 아니라 세상이 그냥 내가 만든거라 가짜라서  
별거아니라는걸 알게되는느낌임

그렇지만 사람의 기질자체가 변하지는 않음 타고난 성품이 오히려  
강화되는듯  
생각을 되게 조심해서 해야 하고 생각을 물질화하는 시간이 짧아짐  
직관이 개발되고 세상을 쉽게 살게됨 별 걱정 근심이 없으니까 잡스러운  
생각도 안하게 되고  
시간이 많이 지나면 주변 사람에게 영향을 받지도 않게되고  
이타적인 인간이 되는것 같다 남들이 나로 인해 득을 봤으면 하는게 주요 삶의  
목표가 되지

좋은 것만 있는 건 아님 일례로 전자파에 극도로 예민해짐  
도 닦은 사람들이 산에 들어가서 사는데 나름 이유가 다 있더라  
음식도 가려야 하고 세상 사는 데 지장이 좀 있음  
생각도 조심하지 않으면 안되고 연애나 섹스에도 별 흥미가 없어짐 단, 초기에  
아래쪽 차크라에서 에너지가 나가는 동안에는 성욕을 다루는데 상당히 좀  
곤혹스러운 시기가 있음

인간관계에 대한 생각이 많이 달라짐 친밀한 인간에 대한 애착이라든가  
그런게 없어지고  
세상에 대한 집착이나 뭐 그런게 별로 없어지고 그다지 야망이라든가  
이런것도 의미가 없게됨  
좋은거라면 감동을 아주 자주 받게 됨 시도때도 없이 극도로 감동적이고 기쁜  
순간이 자주 옴  
10년도 넘은 경험인데 궁금해들 하는거 같아서 처음으로 남들한테 얘기해  
본다.. 믿거나 말거나..  
뭐 믿거나 말거나지만 내가 경험한거라 써봄

## 2.정신에도 프로그램 탑재가 필요해

거울 맨날 보잖아 아침저녁으로? 그때 자기 눈을 깊이 바라봐  
한참 바라보는거야 눈안에 자신의 정신을 만난다는 느낌으로  
그리고 자신이 원하는 사람을 거울속의 나에게 명령을 내리는거지  
예를들면 나같은경우에는  
나는 아주 의지가 강한 사람이다.  
이 몸과 마음은 온전하게 내것이다. 내가 쓰고 싶은대로 쓰는거야. 내가  
주인이다.  
이런말들을 주로 했었어

뭐 좀 유치하게 느껴질수는 있는데 ㅋㅋ 그냥 해봐  
이걸 매일 하는거지. 매일 하는게 좀 어색하면, 평소엔 마음속으로만 하고  
정신 못차리고 있을때만 입밖으로 내줘도 좋고  
당연한 말이지만 생각보다 말로 하는게 효과가 훨씬큼  
나중에는 거울만 봐도 반사적으로 내가 원하는 내가 어떤 사람인지 인지를  
하게됨



이런 짓을 굳이 했던 이유는 물론 소시적에 내인생이 내맘대로 잘 안되었었기 때문이지  
가정환경에서부터 좋지 않은 습관이나 생각하는 방식을 많이 갖고 있었기 때문에  
아마도 스무살쯤부터 자연스럽게 하게된것같은데 효과가 꽤 좋아.

뭐 이거는 예로 든거고 각자 맘에 드는식으로 할수있겠지 이를테면  
인간관계에 어려움을 느끼는 사람이라면  
난 사람들에게 인기가 좋아. 난 말도 잘해. 다들 내 말을 집중해서 들어줘. 뭐  
이런식으로  
속으로 넌 그렇지 않잖아?? 라는 소리가 들려도 그냥 해봐 계속 하다보면  
어느새 인간관계에 어려움 느끼지 않게 변해있게됨

응용을 다양하게 할 수 있는데 거울을 보고 자신을 똑바로 대면한다는  
느낌으로 분위기를 좀 잡은 다음에  
예를들어 술에 취했는데 깨고 싶다면 멘트를 정신 똑바로 차려라. 너 술  
취하면 안되지 난 안취했다 정신 말짱해. 이거 몇번 반복하면 술 깼  
기분이 안좋으면 뭘 쓸데없는걸 갖고 그러냐. 하하하 하고 억지로 웃는걸  
반복하면 곧 진짜로 웃게됨  
뭐 면접이나 큰 발표같은거 해야 되서 긴장되면 난 준비도 잘 되어 있고  
자신감 넘쳐서 누구나 내말을 잘 들을거다. 이런식으로

핵심은 정말 그럴거같은 기분이 들때까지 반복하는거임 막상 해보면 보통  
그런 기분 드는데 5분도 안걸림  
나 진짜 아닌거 같은데? 라는 생각 들면 그냥 무시하고 그렇게 되어간다고  
그냥 믿어보는거지  
된 거 같다면 거울 보고 씨익 한번 웃어주면 좋아 작은거지만 내가 이겼다  
이런 느낌이 들게

우리가 살면서 자기 마음대로 안되는게 많잖아 마치 나의 운명이 나의 행복을 방해하는 것 같을때가 있지  
그런데 우리가 평소에 자기 의식을 부리려고 하지 않고 그냥 되는대로 남들이 말하는대로 세상이 이끄는대로 두면  
나의 운명은 실은 남들의 생각이었으니 그건 나의 행복을 방해할수밖에

그리고 나는 계획을 세우고 철저하게 따르는 성향의 사람이 아니라서, 꽤 즉흥적인 편이라  
자기계발서에 하라는대로 뭐 계획 잘세우고 그대로 실행하고 이런거 스트레스 받더라고  
대신 나는 내가 되고 싶은 사람이 어떤 사람이고 어떤 인생을 살것인가에 대한 자세한 목록을 가지고 있어  
성과나 직업적인 면도 있지만 주로 내가 가지고 싶은 인성이나 습관이나 덕목에 대한 게 주된 내용이야 이십대중반에 쓴거같은데  
당시에 성격에 문제가 많았었거든 사회생활을 잘 못할정도. 그래서 쓰면서도 너무 과한 욕심을 가지는거 아니냐? 했었는데  
A4 몇장짜리 출력해서 클리어파일로 가지고 있는데 몇년간 종종 보다가 언젠가부터는 보지도 않고 어딘가 쳐박아 뒀었는데  
한 십년? 지나서 보니까 거의 이루어졌더라고 초과 달성한것도 많고

이거는 인생플랜 같은거고 그외에 평소에는 리스트를 작성하곤 해  
이를테면 갖고싶은 물건의 목록. 하고싶은 일의 목록. 가지고 싶은 습관의 목록. 피해야 할것의 목록. 살면서 잘한일. 등등  
이런걸 하면 좋은 이유가 리스트 작성만 하고, 종종 보기만 하면 (자주 볼수록 좋겠지 나는 귀차니즘 9단이라..)  
별로 애쓰지 않고 노오력 하지 않아도 시간 지나면 어느새 그렇게 되어 있는 경우가 많아  
쓸데없는 고민도 별로 안하게 되고 좀 남들보다 뭐든지 좀 쉽게 쉽게 가게 됨

열심히 살되 일의 방식이나 결과는 의식이 아니라 무의식에 맡긴다고  
해야하나  
습관이 되면 업무능력이 비약적으로 좋아짐 기억력이나 정신활동도  
좋아지더라고  
왜그런지 생각을 해봤는데 아마도 의식적으로 뭔가를 하려고 하는것 자체가  
스트레스를 유발하고 업무능력을 떨어뜨리는 거 같아,  
그런데 의식적으로 뭔가를 하려고 애쓴다는거는 큰 그림을 모르기 때문에  
해매고 있어서 그런거잖아,  
큰 그림이 있고 그게 그렇게 될거라는 믿음이 있으면 의식이 쓸데없는 갈등을  
일으키지 않는 거 같더라. 그냥 하게 됨 별 고민없이

자기 성향이 세부계획 세우는 타입이 아닌데 괜히 계획 세워놓고 못지키고  
스트레스 받는거보다  
자기가 어떤 사람인지에 대한 간단한 목록을 몇개 적어서 어딘가 붙여놓고  
자주 보는거가 효과가 있어  
자신의 정체성을 몇가지 정립하고 그걸 정신에 프로그램을 깔아주는  
개념이랄까

이를테면 나는 깔끔한사람이다. 라는 항목이 있다면 이걸 하루에 두번쯤  
읽다보면 며칠이나 몇주 지나면 지저분한것을 계속 못하게 돼  
습관을 탑재하는데 의도적인 노력을 해야 하는 경우도 물론 있지 그래도 좀  
쉽게 감.. 이 습관에 대해서는  
처음에 정체성 목록을 만들때, 다른데다가 깔끔한 사람에 해당되는 습관이  
뭐가 있을까 떠올려서 여러개를 써보는거지  
뭐 자리에서 일어나면 바로 치운다든가하는 그런 사소한 습관말이야. 그걸  
처음에 한번 목록으로 적어서 인지 시켜줄 필요는 있어

왜냐면 정체성이란게 결국 습관의 덩어리인데 그 습관이 구체적으로 뭐가 있는지 생각을 안해보면  
그 정체성이 뭔지에 대해서도 두루뭉실한 이미지만 갖게 되어서 인지가 잘 안되기 때문에, 처음에 한번은 자세히 적어봐야함  
아예 낱선 정체성이라면 그 습관도 함께 하부목록으로 써서 붙여놓는것도 좋지

보통은 습관을 탑재하면서 정체성을 만들어가려고 하잖아 그게 아니라 반대로 하는거야 정체성인식부터 먼저..  
이때 정체성은 내가 아직 가지지 못한 정체성이기 때문에 낱설지만, 그게 된다고 그냥 믿는거지  
믿는거라는거는 믿으려고 애쓰는게 아니라 굳이 갈등을 일으키지 않는걸 뜻해  
굳이? 귀찮게, 내가 그런사람 아닌데? 라는 갈등을 할필요없잖아 갈등은 엄청 귀찮은거임 엄청난 정신소모를 하게되니까

그냥 갈등이나 의심을 포기하고 강 내가 썼으니까 되겠지 그러려니 하고 믿는거임 믿음은 반복적으로 보게되면 결국 생김 일종의 자기최면같은거지 몸이나 건강도 이런식으로 유지할수있고 사고나 나쁜일도 막아줌 안좋은일이 혹시 오더라도 작게오거나 쉽게 풀림  
그리고 희한하게 사람들이 나를 함부로 대하지 못함 대부분 인생 문제는 사람에게서 오는데 그런문제가 거의 차단이 됨  
정신활동을 쓸데없는 데 덜 하게 되기 때문에 판단력도 좋아지는거 같더라

근데 자주 봐야해 안한지 몇주 지나면 전처럼 돌아가기 시작함  
나도 귀차니즘이 심해서 하다가 안하다가 하는데도 효과가 큼  
이런거 하는 사람들도 있겠지만 안하고 있다면 꼭 해보길 바래

### 3.새 프로그램 탑재시 기존 프로그램과의 충돌

우린 태어나서 프로그램을 당하면서 자라는거야. 부모로부터 학교교육, 세상으로부터, 미디어로부터..

그래서 그 프로그램을 자기가 원하는 프로그램으로 새로 깔아야 자기가 원하는 삶을 살 수 있게 되는거지.

거듭 말하는데 새 프로그램을 까는데는 소리내서 말하기와 반복이 중요해.

정신에 새 프로그램을 탑재할 때는 기존에 깔려있던 프로그램과 충돌을 일으키게 되는데,

기존의 프로그램에 대한 믿음이 강할수록 정신적인 충격을 받거나 스트레스를 겪게 되지.

이때 이 충격이나 스트레스에 저항하거나 싸우면 힘들어. 그냥 그러려니 하고 넘겨. 붙잡고 씨름하지마.

어차피 새로운 내가 될텐데 기존의 내가 뭐라고 한들 뭘 상관이야?

개는 그냥 내 머릿속에서 말로 씨부릴 수 있을 뿐이지 내가 그걸 행동으로 옮기지 않는 한 아무 힘이 없어. 그냥 무시해.

아무튼 기존의 프로그램을 깨려면 행동을 해서 깰수도 있고, 깊은 생각을 해서 깰 수도 있어.

행동부터 예를 들어볼게.

게으르고 지저분한 사람이 부지런하고 깔끔한 사람이 되고 싶어한다고 치자  
맨날 새 정체성에 대한 문구를 진지하게 소리내어 읽는다면 하루에도 몇번씩  
갑작스런 충동이 들게 될거야

지저분한 방이나 외모에 대해 별 생각이 없었는데 갑자기 방을 치우고  
싶다든가 머리를 자르고 싶다든가

그러면 이거를 그 충동이 드는 그 즉시 실행을 해야 해. 그래야 기존 프로그램이 깨져.

당장 실행을 하지 않고 수십초만 미적거리도 예전 프로그램(난 지저분하고 게으르구나 라는 인식)이 돌아가거든

핵심은 그런 충동이 들면 당장 행동을 하는거야.

행동하는 딱 그만큼 기존 프로그램이 깨진다고 보면 돼.

이때 그 행동이 자기 마음에 들 정도로 완벽하지 않아도 괜찮아.

널부러져 있다가 벌떡 일어나 치우기 시작했다면 방을 다 치우지는 못했더라도 괜찮아.

눈앞의 컵을 몇개 치우거나 옷을 몇개 치우기만 했는데도 더 못하겠다는 생각이 들면

자신을 비난하면서 갈등하지 말고 그냥 물러나.

다음에 또 하면 되거든, 또 하고 싶은 생각이 얼마든지 들테니까.

다음엔 이거보단 좀더 많이 해야지. 하고 말한담에 조금이나마 치운것에 뿌듯해하며 다른일 하면 돼.

행동의 완결성이 중요한게 아니라 새로 든 충동에 따랐다가 처음에는 더 중요해.

내일은 오늘보다 좀더 나을거라고 믿고 자기전에 그렇게 말하고 자.

처음부터 대단한 열정을 가지고 하려고 하지 말고 그냥 조금씩 해.

열정을 많이 가지고 바꾸려고 할수록 힘이 들고, 실제 자신의 능력치보다 과한 기대를 하게 되거든.

실행력이라는 것도 운동해서 근육 키우는 것처럼 조금씩 좋아지는거지 갑자기 되는게 아니야.

원하는만큼 못했다고 자책을 하면 기존의 프로그램을 강화하게 되니까 조심해야해.

애들이 처음에 말을 배울때 말을 잘 못하고 더듬거리거나 문법을 틀리더라도 정상적인 부모라면 그저 좋아하겠지?

아이가 처음 걷기 시작할때 몇번 넘어진다고 우리애가 실패자라고 생각하진 않겠지?

오 우리애가 걷고있어! 내일은 더 잘 걸겠군 그런 생각으로 하는거야

나는 그런 사람 아닌데? 누굴 애로 보냐? 하는 생각이 드는 강단 있는 사람에게는 다른 방법을 알려줄게.

뭔가를 하기로 했는데 미적거리면서 안 한다? 그러면 버피테스트 10개 해.

땀 빼고 나면 정신이 들어서 계획대로 할 생각이 들거야.

그리고 내가 계속 이렇게 살았을 때 일어날 최악의 상황을 상상해봐. 두려움을 원동력으로 이용하는거지.

좋은 미래를 향해 다가가려고 노력할때보다, 심한 두려움을 피하려는 목적으로 노력할때 극적이고 빠른 변화가 와.

본인이 테스토스테론수치가 높다 싶으면 추천이야. ㅋㅋ

그다음에 이런것보다 좀 더 어려운 주제를 말해보자.

단순 행동교정보다는 좀더 깊은 이해가 필요한 것들이 있지.

인생의 동반자와 돈, 직업선택, 행복에 있어서는 굉장히 많은 숙고를 해야 되겠지

여기서는 돈에 대해 말해보자.

연애할때 생각해 봐. 그사람이 내게 마음을 두지 않고 있을때 그사람을 내것으로 만들고 싶다면 어떻게들 하지?

그사람과 대화도 시도해 보고 뭘 좋아하는지 알아내고 웃겨보려고도 해보고 선물도 주고 마음에 들기 위해 노력하겠지?

진지한 관계를 바란다면 그 사람이 어떤 사람인지 어떤 일을 하는지 무슨 생각을 하는지 깊이 알아보고 싶어하겠지?

하다못해 친구를 사귄대도 그 친구가 내가 친해지면 되게 좋은 배울점 많은 친구라면, 친구 마음에 들려고 신경을 좀 쓰겠지?

돈도 똑같아. 돈은 아마도 세상에서 가장 큰 마음에너지라고 보면 될거야 그것때문에 사람이 살고 죽으니까.

돈의 마음이나 하는일을 이해하려고 해본 적 있어?

돈이 어디서 생겨났고 누가 어떤 형태로 운용하고 있으며 어디를 돌아다니고 있는지 알아보려고 노력해봤어?

돈이 어떤 마음으로 인간에게 어떻게 대해주고 싶어하는지 느껴보려고 한적 있어?

돈이 사람의 형상으로 내눈앞에 나타난다면 돈이 나한테 무슨말을 할 것 같아?

나는 개한테 무슨 말을 해주고 싶을 것 같아?

내가 나랑 놀아달라고 하고 나를 도와달라고 하면 개가 좋아하면서 나랑 함께하려고 할까?

돈은 내가 무슨 행동을 해야 좋아할까? 내가 평소에 개에 대해 품고 있는 생각이나 말에 대해 어떻게 여기고 있을까?

나는 돈이 마음 편하도록 자유를 주나 아니면 억압하나? 통제하려고 하나 기쁘게 해주려고 하나?

돈은 나를 존중해서 내게 자유를 주려고 할까 아니면 내가 자기의 노예가 되든 말든 신경도 안쓸까?

만일 이때 돈이 나한테 나를 좋은 친구로 여기고 나를 뭐든 기꺼이 도와줄거 같고 나에게 살갑게 대할것 같고

나한테 고마워하고 있고 나를 자랑스러워해준다는 생각이 들지 않는다면 행동교정이나 자기선언으로 돈을 벌려고 해봤자 별 소용이 없을거야.

열심히 하면 벌 수 있겠지만, 그 과정이 즐겁지도 않을거고, 허튼 데 쓰거나 투자 잘못해서 날리거나



그 돈이 화근이 되어 중요한 사람과 사이가 틀어지거나 할수도 있지.  
여자를 무서워하거나 미워하는 남자가 좋은 여자친구나 아내를 만나기  
힘든거랑 마찬가지로.

그러면 먼저 할 일은 돈에 대한 나의 고정관념을 깨야겠지. 이런 생각이  
어디서 왔는지도 생각해 보고

돈에 대한 나의 관념이 아닌, 있는 그대로의 사실을 알아봐야겠지  
그리고 공부를 해야겠지 그게 어떻게 돌아가고 있고 세상을 어떻게  
움직여왔고

지금 내 계좌마다 얼마가 들어있고 일년에 얼마를 벌었으며 세금은 얼마를  
냈으며 월지출은 얼마인지

돈에 관련된 상품은 뭐가 있는지 다른 돈 많이 번 사람들은 어떻게 많이  
벌었는지

어느 가게에 들어가면 이 가게는 이렇게 돈을 버는구나 얼마가 남겠구나  
이런것도 생각해보고

돈을 '받는' 사람이 아닌 '만들어내는' 사람들은 어떤 관점으로 세상을  
보는지도 생각해보고

내 마음속에 돈이라는 건 실은 이런거구나 하는 구체적인 상이 실제 돈과  
사실에 가깝게 잡히고 파악이 되어야

돈에 대한 정체성을 새기고 행동을 할때 올바르게 할 수 있게 돼

아참 특히 돈은말야 혹시 누군가를 미워하고 있는 사람은 절대 돈에게 이쁨을  
못받아.

경제적 풍요를 위해서는 가장 먼저 절대적으로 그거부터 해결을 해야해.  
무슨 짓을 해서든 내마음속에서 그사람이나 그일을 용서해야 해. 아예  
일어나지도 않았던 것처럼 깨끗하게 용서해야 해.

그다음에 행복에 대해 이야기를 잠깐 해보자.

왜 아무도 '행복을 느끼는 능력' 에 대해서 이야기를 하지 않는지 모르겠어.

행복하고 싶으면 행복을 느끼는 능력을 키우면 되는 간단한 문제거든

모두가 행복하고 싶어서 '뭔가' 다른 것을 하잖아

뭔가를 하려고 애쓰기 전에 먼저 행복한 사람이라는 정체성부터 가져보면  
어때?

행복한 사람은 어떤 말을 하고 어떤 행동을 하고 어떤 생각을 가지고 세상을  
살까?

내가 가진 행복을 막는 말과 행동과 생각은 뭐가 있을까? 이런 것들을 숙고해  
보는거지. 써보는게 좋아.

그리고 행복한 느낌을 가질 수 있는 몸을 좀 만들어 보는거지

행복도 일종의 에너지인데 이걸 불러와서 느끼려면 감각부터 좀 개발을  
해야돼

내 몸과 마음이 뻗뻗하게 굳었는데 행복을 자주, 깊이 느낀다? 불가능해.  
잠간의 만족감은 느끼겠지만.

모든 촉감과 맛과 냄새같은 감각에 민감해지는것부터 시작해봐 그리고  
천천히 움직여.

움직인다는 관념으로 움직이지 말고 움직이는 것을 하나하나 느끼도록  
노력해봐.

음식을 먹을때는 먹는다는 관념을 먹지 말고 먹고있는 것으로부터 최대한의  
감각적 즐거움을 이끌어내려고 노력해봐

참치캔에 스펀만 먹더라도 예쁘게 썰고 좋은 그릇에 담아서 식탁에 멋진  
조명이라도 켜놓고 의식을 하듯이 우아하게 먹어봐.

모든 행동에 최대한의 감각적 즐거움을 느끼도록 해봐 행복은 결국 감각이야.  
다만 그 감각이 조금 더 고차원적인 것뿐이야.

먹는것의 행복이 저차원적인 행복이라면 남을 도울때 자신이 가치있는  
존재가 되는 행복감은 고차원적인 행복인 그런 차이인거지.

그리고 살면서 행복했던 기억들을 목록으로 만들어서 매일 보면서  
떠올려보고  
무엇을 하면 행복할지 상상하면서 행복감을 느끼는걸 매일 하는거지.  
행복을 막는 감정이 있다면 풀어내고말야  
일단 행복을 자주 느끼게 되면, 행복한 사람에게 맞는 행복한 현실로 바뀌어.  
눈에 보이는건 내마음의 반영이니까  
마음이 풍족해지면 경제적 상황도 풀려버리는거랑 마찬가지로  
어떤 행동을 하든 게으름을 피우든 못생겼든 돈이 있든 없든 상관없이 자주  
행복을 느낄 수 있으면  
뭘 애써 노력하거나 증명하려고 아등바등할 필요가 없잖아. 실수에도  
관대해줄테고

글이 좀 길어서 뭐 어떻게 끝내야할지 모르겠네 할튼.. 모두에게 정신건강과  
행복과 풍요를 기원한다 피스!! ㅋㅋㅋ

#### 4. 자기 비난 프로그램을 속성으로 깨보자

지난 글에서 프로그램을 우리가 살면서 외부에 의해 식재당하는 것처럼  
이야기 했지만  
실제로는 프로그램 자체가 인간의 의식안에 원래부터 존재하고 그게 삶에서  
어떤 트리거로 인해 활성화되는 것 뿐이야.  
하지만 그런 이야기는 길게 할수록 뜬구름잡는 소리일 수 있으니 실용적인  
이야기를 해보자.  
그걸 깨는 것은 그 실체가 무엇이든, 활성화가 언제 되었든지 상관없이  
깨는 방법만 맞으면 깨지는 것은 똑같으니 자세히 알려고 할 필요 없어.

프로그램들이 생각과 감정을 일으키기 때문에 우리의 머릿속은 아무것도 안하고 가만히 있을때조차 생각으로 가득차 있지.  
우리 모두에게 프로그램이 덜 돌아가는 때가 있어.  
잠이 들려고 할 때, 아침에 깨어났을 때, 샤워할 때, 운동 땀세게 하고 나서 일시적으로 개운함을 느낄 때야.  
이때가 바로 기존의 프로그램의 저항이 덜하므로 새 프로그램을 식재하기 좋은 때야.  
이 때 자기가 원하는 사람이 된듯한 느낌을 가져보고 그 느낌을 최대한 느껴보려고 하는게 낮에 여러번 하는 것 이상으로 효과가 있어.

이때는 하루중에 정말 중요한 때이기 때문에 자기전이나 일어나서 바로 폰을 보거나 누군가와 감정다툼을 하는 등 어떤 자극에 노출되는 것은 좋지 않아.  
중요한거라서 다시 강조하는데 자신의 프로그램을 깨고 싶은 사람이라면 자기 전과 일어난후 한두시간은 고요하게 보내는게 좋아.  
명상은 특별히 취미 없으면 굳이 안 해도 돼. 위빠사나 같은 것도 효과 거의 없어  
대체로 프로그램된 마음이 다른 프로그램을 보고있는 것에 불과하거든.

오늘은 가장 파괴적인 프로그램 중 하나인 자기 비난을 깨는 법을 알려줄게.  
이걸 가장 먼저 깨기를 추천해 왜냐하면 이걸 먼저 깨지 못하면 다른 모든것을 다 사사건건 방해하기 때문이지.  
자기비난과 타인을 비난하는 것은 결국 똑같은거야. 마음에는 자기든 타인이든 없거든. 자살이나 살해나 똑같은거나 마찬가지야.  
이걸 빨리 깨는 방법은 자기에게 용단 폭격처럼 칭찬과 고맙다는 말과 온갖 긍정적인 말을 퍼붓는거야.  
이건 오만함이나 나나르시즘을 함양하기 위한 게 아니라 본인이 평소에 얼마나 무의식중에 자기비난을 해왔는지 깨닫기 위해서야.  
프로그램이 돌아가고 있는것을 알지도 못했다가 이렇게 늘상 돌아가고 있었구나 하고 알게 되는거

지난번에 아이에 빗대서 이야기를 했지? 정상적인 부모라면 아이가 뭘 배울때 좀 실수를 해도 비난은 커녕 좋아할거라고.

넌 아무것도 모르는 아이야. 이제 막 걸음마를 시작했거나 말 배우기를 시작한 아이야.

올바르고 애정이 넘치는 부모가 되었다고 생각하고 자기자신의 모든 행동에 기뻐하고 좋아하고 격려하고 고마워해봐.

이게 쉽게 되는 사람이라면 이미 긍정적인 사람이라 평소에 남들에게도 많은 격려와 칭찬을 하며 사는 사람일거야.

한번 도전해 보길 바래. 하루 동안 씹없이 자신의 외모와 행동과 생각과 과거의 기억 등

모든 자신과 연관된 것에 좋은점만을 찾아내서 그에대한 감탄을 해봐.

직장에서 일상 생활 하고 가족하고 이야기 나누고 평범한 하루를 보내면서 마음 속에서는 말그대로 하루종일 자신에게 좋은말만 해보는거야.

처음에 도저히 잘 안 찾azi면 며칠동안 목록을 쓰면서 많이많이 찾은 다음에 날 잡아서 하루를 시도해봐.

내가 가진 안좋은 행동에도 그안에 숨어있는 아주 작은 긍정적인 점은 있을거야.

나중엔 반사적으로 즉흥적으로 나의 모든것에 좋은점을 찾아낼 수 있을 정도로 하는거야.

좋은 점을 못 찾겠어? 팔 두개 있고 다리 두개 있고 눈 두개 있어?

그거 엄청 좋은 거라는걸 굳이 장애인과 비교해야 되겠어?

가만 있어도 숨 쉬어 지지? 숨 안 쉬면 죽어. 엄청나게 좋은 거 아니야?

아침밥 먹은 다음에 소화시키려고 온갖 애를 썼어? 아니지? 먹은 거 이미 포도당 되서 뇌에서 쓰고 있잖아.

팔 굽히려고 하면 팔 근육 하나하나 수축시키고 이완시키지 않아도 자동으로 올라가지지?

이 글 보는데 홍채와 눈 근육을 조정하고 글자를 이해하도록 뇌를 가동시키려고 애써야했어?

혹시 엄청나게 정교하고 비싼 기계를 네가 갖고 있는거 아닐까?  
어디 백화점이나 쿠팡 들어가면 이런 기계 돈 좀 주면 살 수 있나?

어느정도까지 하나면 자기자신에게 감탄하고 내가 나라서 너무 다행이고  
좋으며

와 안태어났으면 큰일날뻔했다 이 세상은 날 가지게 되어서 엄청 행운이다  
이정도까지 될정도로 해

처음엔 좀 가식적으로 느껴지거나 거짓말하고 있는것처럼 느껴질거야. 이건  
기존프로그램과 충돌하고 있는거야.

지난 글에서 이야기해 준대로 싸우지 말고 그저 무시하고 쉬지말고 다른 좋은  
점을 또 찾으면서 계속해.

그게 잘 되었다면 이제 그 모든 좋은 감정들이 너의 프로그램되지 않은  
무의식이 너에게 진짜로 느끼고 있는 감정이라는 걸 깨달아봐.

그게 자기가 자기에 대해서 생각해왔던 것과 얼마나 다른지 깨달아보고.

네가 너자신의 비난프로그램을 돌리고 있었기 때문에 못 들었을 뿐이지 너의  
프로그램되지 않은 무의식은 매순간 너한테 감탄하고 있어.

프로그램을 많이 지을수록 그 목소리를 자주 듣게 될거야 그러면 불행하다고  
느끼기가 힘들게 돼.

그리고 이게 잘 되었다면 이번에는 또 하루를 잡아서 내가 대하는 모든  
사람에게 똑같은 실험을 해봐.

이것도 마찬가지로 가족이나 직장동료에게 고마운점이 별로 안떠오른다  
그러면 그 하루를 준비하기 위해 목록부터 나열하고 숙고해보는 시간을 먼저  
머칠 가져봐.

누가 나한테 잘못된 것밖에 안 떠올라? 그럼 노트 펼쳐 놓고 왼쪽은 그사람이  
잘해준점과 내가 실제적으로 혜택을 받은 점  
오른쪽은 나한테 실제적으로 못해준점을 나열해봐.  
아주 세부적으로 사소한것까지 떠올려서 해봐  
양심적으로 정성들여 했다면 결론은 내가 되게 찌질한 놈이었구나 밖에  
안될거야.

그리고 하루 날 잡아서 도전할때  
다른사람에게는 말로써 좋은말을 계속 하면 상대방이 나를 좀 의심하겠지?  
그러니 표현은 정제된 몇가지로 말을 하되 진심으로 하려고 애써봐.  
그리고 마음속으로는 심없이 똑같은 것을 하는거야. 내가 아는 모든 사람에게  
고마움과 멋진점과 감탄스러운 점들을 심없이 떠올리는거야.

그리고 또 하루를 잡아서 이번에는 사람이 아닌 모든 것에 똑같은 것을 해봐.  
눈에 보이는 거면 닥치는 대로 해보는거야 그리고 얼마나 본인이 주는거 없이  
받기만 하면서 고마운건 모르는 찌질이였는지 깨달아보는거야.

이를테면 내가 지금 글쓰고 있는 랩탑 하나만 해도 알루미늄, 플라스틱, 유리,  
고무, 금속 등이 배합되어 있는데  
이걸 누군가가 처음에 광물을 채취를 했겠지? 가공을 하고, 조형을 하고,  
조립과 유통과 판매에 아주 많은 사람이 각자의 역할을 했겠지?  
그렇게 채취, 가공, 조형, 조립, 유통, 판매를 하는데에 각각의 기계와 기술과  
사람들이 다 있었겠지?  
또한 소프트웨어 관련된 기술과 아이디어도 처음에 누군가가 고안을 해내고  
그걸 계속 발전시키고 심지어 경쟁을 해서 가격까지 낮춰줬지?  
그 안에 들어간 그래픽카드나 램 등 모든 부품들에도 각각의 수고와 노력이  
들어간 있겠지? 기술특허를 내고 마케팅을 하기도 하고

키보드에 쓰여진 글자 하나 하나도 어느날 째 하고 나타난 게 아니지? 여러 절차와 무수한 적용이 있었을거야  
전기는 어디서 그냥 만들어진게 아니지? 송전탑 세우고 전력발전소 세우고 또 인터넷은 어때? 한참 또 이야기 할 수 있겠지  
세상에 모든 사람이 랩탑과 인터넷을 여유있게 쓸 수 있는것도 아니지?  
지구의 누군가는 나를 아주 부러워하고 있을거라고.

이런 식으로 세상을 보는게 습관이 되면 세상이 어떻게 보일 것 같아?  
기회 투성이, 고마운 것 투성이가 될 수 밖에. 불평 할려고 해도 할 것을 찾기가 힘들어지게 될거야.  
고마운 감정이 처음에는 얕은데 시간이 갈수록 점점 더 깊어져서 나중에는 눈물나게 행복해 질거야.

하루를 세번, 사흘이지만 이걸 제대로 하려면 미리 준비를 좀 하는게 좋으니까 짧으면 대엿새에서 일주일, 한달까지도 걸리겠지?  
제대로 했다면 그다음에 너의 인생이 바뀔거라고 장담할게. 가장 효과를 볼만한 속성과정이니까 꼭 도전해봐.

## 5.내 생각이 내 것이며 나는 옳다는 믿음을 깨보자

오늘은 자기비난의 기본이 되는 내 생각과 감정은 내것이며 옳고 정당하다는 믿음을 깨보자. 지난 글을 읽고 실천을 해보면 좀 알겠지만 프로그램은 생각과 감정을 일으키는 것이기 때문에 이것이 깨질때도 생각만으로 깨지는 것이 아니라 감정이 일어나야 깨져. 생각이 뭉쳐서 농축된것이 감정이기 때문이지. 인간이 합리적 이성적인 존재란건 신화에 불과하고 생각은 감정에서 일어나는거야.



본인이 논리적이고 이성적인 사람이라고 믿는 사람은 감정이 자기정체를 들키지 않으려고 여러 겹을 쓴것에 불과해. 프로그램=> 감정=> 생각=> 가치관=> 행동... 이렇게 삶이 만들어지는 것이기 때문에 아 내가 이렇게 찌질했구나 부끄러운 감정에 몸서리가 쳐지고 고맙고 미안한 감정에 왈칵 눈물이 날때 그때 깨지는거야. 또한 평소에 자기가 안하던 행동을 할때, 뭐 평소에 궁색하고 웅색하던 사람이 어떤 충동으로 남에게 베푼다, 이럴때 깨지는거야.

긍정적인 말을 많이 해도 별 감정이 안느껴지고 마음이 움직이지 않는다면 깨지는 것이 아니고 저항하고 있는거야. 그래서 거울을 보고 자기 눈을 보고 말을 하라고 하는거야. 그래야 회피하지 못하기 때문에 깨져. 혼자 있을 수 있는 환경에서는 머릿속으로만 하지말고 최대한 입밖으로 말을 꺼내서 하는 편이 좋아.

인류 역사를 밝힌 위대한 지성들 있지? 아인슈타인이라든가 테슬라라든가. 이런사람들의 생각은 감정에서 온것이 아니라 의도적으로 잠재의식을 활용해서 가져온 생각이라는걸 이들의 증언을 보면 알수가 있어.

보통 사람은 자기가 생각을 한다고 믿지만 그렇지 않아. 생각은 일어나는 것이고 내가 한것이 아니며 프로그램도 애초에 내것이 아니야. 그 생각들은 다른 맥락에 놓으면 진실이 아니야. 어느 맥락에 놓아도 다 진실이어야만 그 생각이 프로그램에 오염되지 않은 잠재의식에서 온것인거야.

다들 삶에서 불만 가지는 부분들 있지? 일을 너무 많이 한다든가, 직장동료에게 불만을 가진다든가. 부모가 나를 차별했다든가, 직업이 마음에 안든다든가, 흠수저라든가 기타등등...

어느 못사는 나라에서 어려서부터 소년병으로 차출되어 전투현장에서 삶과 죽음의 경계에서 생존만 해온 사람이 있다 치자. 혹은 소말리아에서 해적단 용병이었거나 혹은 탈레반 국가에서 5살때 할례를 당하고 9살에 60넘은 노인네랑 조혼한 어린소녀라든가, 혹은 인도의 시골에 사는 불가촉 천민이라 똥을 퍼는것 말고 다른 직업을 가질 수 없고 이불을 덮어써야만 밖으로 나갈 수 있는 사람이라 치자.

하루 하루 먹을 것만 있어도 다행인 환경에서 이사람이 살다가 기적적으로 한국에 와서 너의 삶을 산다고 가정해보자. 이런 사람들이 지구에 아직 많다는 걸 우리가 부인할 수 있지? 엄연히 이사람들의 삶은 동시대에 일어나는 현실이야. 이 사람이 너의 삶을 똑같이 산다면 네가 가진 불만이 과연 불만일까? 이 사람은 하루 세끼 밥을 먹을 수 있고 생명의 위협이 없고 잘곳이 있다는 것만으로도 기적같다고 여기지 않을까? 이사람들의 삶은 너와 너무 동떨어져 있어서 상상이 잘 안될지도 모르겠다.

여느날처럼 출근길에 횡단보도를 건고 있다가 갑자기 술취한 덤프트럭이 무서운 속도로 널향해 돌진해온다고 치자. 넌 그순간 죽음을 상상했어 이제 끝이구나 했는데 기적처럼 넌 그순간 간발의 차이로 사고를 피할 수 있었어. 그러면 너의 삶이 전과 똑같을까?

어렸을때 부모에게 차별이나 학대를 겪어서 슬픈 사람이 있어 이사람이 자기 삶을 차별이나 학대 당한 아이들을 위해 헌신하고 그래서 기쁨을 느낀다면

이 사람의 어린시절은 무가치한 것일까? 당시에는 괴롭고 쓸모없는 존재로 여겼을텐데 어떻게 같은 경험인데 이제는 나름의 의미가 있는 것이 되었을까? 더 많은 예를 들 수 있지만 글만 길어지니까 실천을 해보자.

자기가 진리라고 믿고 있는 생각 특히 불만에 대해 목록을 먼저 만들어봐. 일어났다고 믿는 사실과, 그에 대한 나의 판단을 구분해서 따로 써야 해. 나의 그 판단이 다른 맥락에 놓였을 때도 진실인지 따져보자. 모든 사람이 다 나와 같은 상황에 놓였을때 똑같은 불만을 가질지도 생각해보자.

만일 내가 유난히 이 맥락에서 불만을 더 가진다면 내 인생의 나도 모르는 목적이 무언가 남과 다르기 때문일거야. 나의 불만을 무엇으로 승화시켜야 내 인생이 가치있어질지 알 수 있는 지표이기도 해.

생각은 이럴때 쓰는거지. 의도적으로 사용하는 생각은 대단한 힘이 있어. 감정을 배제하고 이성적으로 생각해 봐. 같은 사건이지만 다른 환경에서 살았던 사람이라면 어떻게 받아들일까 생각해봐. 그 하나하나의 자신의 판단에 대해 본인이 부여한 권위가 깨질 때까지 따져봐. 그 권위가 조금이나마 깨어졌다면 자신이 얼마나 쓸데없는데에 생각과 감정 소모를 하며 피곤하게 살았는지 느껴보자. 그게 없이 홀가분하다면 얼마나 더 삶을 행복하게 살 수 있을지, 내가 내 맘대로 판단하는 사람이 아니라면 주변사람들이 얼마나 편안해질지도 생각해보자.

그리고 자기가 믿는 그 생각의 감정까지는 아직 버리지 못하겠더라도 자신의 생각과 판단이 절대적으로 옳다는 믿음은 좀 희미하게 만들어보자. 그리고 다음에 누군가를 함부로 판단하거나 잔소리를 할 때는 자기도 모르게 했더라도 곧 그것의 권위를 의심하게 되도록 습관을 들여보자. 자신은

애정으로 하는 말과 행동이라고 믿지만 실제로는 그사람에게 좋지 않은 경우가 대부분이라는 걸 인정해보자.

만일 자기가 하는 말과 행동이 그사람에게 정말 좋았다면 너와 함께하는 동안 그사람은 계속 좋아지고 행복해졌어야 해. 네 말이 도움이 되기에 너의 말에 귀를 기울이고 너를 존중하게 되었어야 해. 그렇지 않다면 본인은 애정에서 우러나온다고 느껴서 하는 말과 행동이 실은 그사람에게는 좋은 게 아니었던거야.

일에 있어서도 마찬가지. 본인의 판단이 거의 옳았다면 지금 이미 사회에서 존중받고 있어야 해. 사회적으로 높은 자리에 있든 낮은 자리에 있든 자기 주변환경에 만족스럽고 불만이 없을거야. 왜냐면 본인의 좋은 판단으로 주변을 좋게 만들어 왔을 테니까. 그렇지 않고 고만고만하다면 나의 생각과 판단이 별 가치있는 게 아닌거야. 인정하기 힘들 수 있지만 이것을 감정적으로 납득은 못하더라도 논리적으로는 맞다는 걸 인정해야 해.

자긴 아직 나이가 어리고 위에서 갑질하는 건 어쩔 수가 없다고? 만일 네가 갑질할 만하지 않고 존중받을만한 사람이라면 너에게 감히 갑질 하지 못할거야. 처음에는 네가 어떤 사람인지 모르니 갑질 했어도 시간이 지날수록 너에게 그렇게 하지 못했을거야.

삶의 태도에 있어서도 마찬가지. 본인의 말과 행동이 올바르고 좋은 것이었다면 지금 불만이 없이 살고 있어야 해. 주변 사람들도 나를 좋아하고

삶에서 억울하거나 부당하다고 느끼는 일이 없을거야. 혹시 그런 일이 생겨도 잘 해결할 수 있다는 자신감이 있을거야.

“근데 그런 삶을 살고 있는 사람이 얼마나 있어? 완벽한 인생으로 들리는데. 모두가 무언가 한두가지쯤은 고민을 안고 살아. 내가 유난히 못나서 그런게 아니잖아?” 이런 생각 들지?

그래 그게 바로 핵심이야. 우리의 생각과 감정은 우리가 혜택을 보도록 만들어져 있는 게 아니야. 우리의 프로그램화된 생각과 감정은 우리가 괴로워하며 살도록 프로그램이 되어 있는거야. 그것에 따를수록 더 괴롭게 살게 될 수 밖에 없는 그런 구조로 만들어져 있어. 여기까지 이해가 되어야 해. 깊이 생각을 해봐. 그냥 받아들이지 말고 본인이 냉정하게 생각을 해봐.

논리적으로 맞는지 납득이 되어야 다음과 같은 의문을 가지게 돼.

“별 가치 있는것도 아니고 나한테 혜택이 되는 생각과 판단도 아니었는데 왜 그걸 철썩같이 믿으며 살아야 하지?”

혹시 그걸 믿으며 살았기에 존중받지 못하고 살고 있는 건 아닐까? 내가 이렇게 해야 좋다고 생각하고 살았는데 그 결과가 좋지 않다? 그러면 그렇게 하는게 좋지 않았다는 이야기밖에 안되잖아?

중요한 말이니깐 반복할게.

혹시 내 생각과 판단이 옳다고 믿으며 살았기 때문에 원하는 만큼 존중받지 못하고 살고 있는 건 아닐까? 급하게 하지 말고 천천히 며칠에 걸쳐서 생각하는 시간을 먼저 가져봐.

여기까지 인식이 잘 되었다면 이제 행동을 해봐야겠지. 어떤 자동적인 말이나 행동 특히 남을 함부로 판단하거나 비난을 하려고 하는데 그게 프로그램-작위적인 판단에서 왔다는 걸 알아차리려고 노력해봐. 그게 되었다면 그 말이나 행동을 하려고 할 때, 하지말고 입술 꼭 깨물고 버텨. 아무 말도 아무 행동도 하지마.

한 30초? 1분? 정도만 그 충동을 억제하면 그 프로그램이 깨져. 하던 대로 하고 싶어서 죽겠고 미쳐버릴것 같고 온몸이 근질거려도 참아. 못참겠으면 물 한 잔 들이키든가 스쿼트나 버피테스트 같은 운동을 해. 만일 자기 비난이라면 맞서 싸우지마. 머릿속에서 비난이 퍼지고 날뛰어도 그냥 내버려둬. 그걸 웃고 넘길 수 있을 정도로 대범해져봐.

넌 널 비난하고 있는게 아니야. 그냥 프로그램이 돌아가는것 뿐 그 목소리는 네 목소리 같지만 네가 아니야. 이 프로그램은 기계적이지만, 살아있어서 의지가 있어. 네가 살아있기 때문에 너를 통해 나오는 생각 하나하나도 다 살아있는거야. 그건 네가 그게 하라는 대로 안하면 자기가 주도권을 잃게 될까봐 전보다 더 날뛰어. 일시적으로 비난이 더 심해지는걸로 느껴질거야. 그럼 네가 이기고 있는거니까 좋아하면 돼.

못참겠으면 닥치라고 해 꺼지라고. 다시는 네가 하는 비난 듣지 않겠다고 난 네가 가짜인걸 안다고 말해. 자유란 싸워서 얻어지는거지 그냥 얻어지는게 아니거든. 하지만 자주 맞서 싸우길 권하진 않아 그냥 무시하고 웃고 넘겨.

왜냐면 맞서 싸우다가 싸움에 휘말리기가 쉽거든 그만큼 그 프로그램은 교묘해. 무시가 최선이야. 계속 무시하다 보면 깨져.

그리고 이렇게 프로그램의 충동대로 자기도 모르게 행동하는걸 억제할 수 있게 되었다면 이젠 반대로 행동해서 그걸 깨도록 하자. 반대로 좋은 말을 해주고 상대방의 마음을 편하게 해주는거야. 평소 나라면 낮간지러워서 못할만한 말이나 행동을 해보자. 부모나 배우자나 친구에게 미안한것과 고마운것을 구체적으로 말해보자. 이것도 말이 잘 만나와도 주먹 짹 쥐고 하는거야. 하고 나면 잘 했다고 생각 할거야.

머릿속으로만 생각해선 바뀌지 않아. 말과 행동을 해야 바뀌어. 아는 사람 모든 사람에게 좋은 말과 칭찬을 구체적으로 진지하게 한 번 이상 꼭 해봐. 하던 대로 안하는 그 순간이 진짜 누군가의 인생이 시작되는 순간이야. 안 해본 사람은 그것의 의미를 잘 모르지만 그건 인간이 할 수 있는 가장 고귀한 일이야. 그걸 해내면 너 뿐 아니라 너의 주변 사람들도 혜택을 봐. 행복해지는 건 가족이 있는 사람이라면 선택이 아니라 의무야. 한사람으로 인해 다른 사람들이 영향을 받으니까.

판단과 비난하는 습이 많이 줄어들면 (예전에 생각하기엔) 엄청 한심하거나 나쁜 짓을 하는 걸 봐도 마음속에 비난이 안들려. 신기할 거 같지 않아? 꼭 경험해 보길 바래. 살면서 뭔가 노력해도 별로 보상 못받았지? 이걸 확실한 보상이 와. 정기적으로 시간을 들이고 정성을 들여봐 몇배로 인생에서 돌아온다.

## 6. 버릴 것 좀 버리고 미련하게 살지 말자.

이번 주제는 버릴 것을 버리고 미련하게 살지 말자는거야.

스트레스 요인이 있으면 적극적으로 제거하고, 불편함이 있으면 방법을 생각해보면 거의 바꿀 수 있어.

바빠서 못한다 생각할 여유가 없다고 말하는 사람은 거꾸로 말하고 있는거.

계속 그렇게 내버려두다 보니 생산성이 떨어져서 바빠지게 되고,

바빠서 뭘 할 의욕이 적어지고 계속 똑같이 살고 악순환이 되는거..

보통 이사할때나 이렇게들 하던데 1년에 한번 등 정기적으로 해봐 운이 좋아져. 생산성도 좋아지고 휴식도 잘하게돼.

우선 집안의 옷장, 다용도실, 주방, 책상서랍, 욕실서랍 등 다 열어서 특별한 의미가 없고 지난 2~3년간 안 입었거나 안 사용한 옷이나 물건 다 처분하자.

집안에 가구가 많다면 안쓰는건 버리자. 공간이 있어야 사람들이 서로 사이도 좋아진다.

혹시 너무 오랫동안 안 버려서 정리하기가 힘들다면 우선 100리터 쓰레기봉투부터 몇개 사자.

그리고 친척이나 친구 등 도움 청할 데 있으면 좀 도와달라고 해.

물건이라는 건 누군가가 처음에 다른 이가 사용해줄 바라며 구체적인 목적을 가지고 고안해낸거지?

근데 그걸 안쓰고 있고 내게 특별한 의미나 기억을 일으키는 것도 아닌데 오래 가지고 있다는 건

그 물건 입장에선 자기가 남의 손에 갔으면 쓸모가 있을텐데 내손에 와서 쓸모가 없어져 버리는건데



그런 물건이 많다는건 내가 내인생을 내게 별 의미없는 것들로 채우고 있다는걸 보여주고 있는거야.

조금의 미련이 남아서 잘 안버려진다면 물건하고 그동안 고마웠다 하고 인사를 해  
당근마켓같은데 공짜나 헐값에 올려봐 주변에 나눠주든가. 나보다 더 잘 쓸 수 있는 사람에게 줘  
옷 같은 것은 버리면 아프리카같은데 톤당으로 항구로 들어가서 누군가는 그 옷 입는다.  
그 물건 쓰지도 못하는데 원래 분자나 원자상태로 돌아가야 개가 또 새 물건이 될 거 아니야?  
과감히 버리고 나면 의외로 조금만 지나면 잊어버리고 생각도 안나.

다 버렸다면 남은 물건은 각자 하나하나 자기 자리를 정해주자.  
자기 자리가 없어서 아무데나 놓게되고 어질러져서 치워야되고 물건을 못찾아서 시간낭비를 하고 가족들하고 다투게 되는 거 하지말자.  
냉장고나 서랍에는 칸으로 정리하는 칸막이 같은 거 다이소가면 파니까 써보고  
정리정돈을 잘 못하는 사람이라면 유튜브 같은데서 정리정돈 동영상같은거 몇편만 봐도 대충 감 잡힐거야.

인간관계도 정리하자.  
인간관계도 마찬가지로 내게 별 의미가 없고 활용안하는 관계가 많다는건 안쓰는 물건 많은것과 똑같은거야.  
어떤사람이 내겐 별로지만 나한테 별로라고 모두에게 별로인 건 아니야  
다른사람에겐 더 좋은 대접을 받을텐데 그 사람은 내가 놓아주지 못해서 내게 좋은 대접 못받고 있는 걸수도 있어.

남자친구나 여자친구도 객관적으로나 주관적으로나 내 영혼을 해치는  
기분이라면 과감히 정리하자.

내 영혼이 망가지는것 같은 느낌인데도 정리를 못하겠다면 문제가 좀  
있는거니까 여기서는 더 말 안하겠다 넘어가자.

우선 폰의 연락처 목록을 열어서 안쓰는 번호, 다시 연락할 일 없을 것 같은  
연락처를 지우자.

카톡도 정리하고 과거에 대화했던 창도 별 의미 없는 것들은 다 지우자.

이메일도 정리하고

남은 사람 중에 어쩔 수 없이 봐야 하는 사람 말고 안 봐도 되는데

연락하고나면 기분 나빠지는 사람은 정리하자.

요새 다들 바쁘기 때문에 내가 연락 안하면 내게 연락 오는 일도 없을테니  
연락처도 지우고 마음에서도 지우자.

그냥 마음으로 그동안 고마웠다 잘살아라 하고 인사하면 돼.

연락 오는데 상대하기 싫은 사람은 그냥 무시하고, 연락 계속 오면 바쁘다고  
하면 잘 알아듣는다.

혹시 상대가 거머리 같은 사람인데 나는 쫓보라서 대놓고 자르지를  
못하겠으면

남자나 여자 소개해달라고 귀찮게 굴든가, 돈 빌려달라고 하든가 ㅋㅋㅋㅋ

일터에서도 마찬가지로. 안 쓰는 물건부터 버려

그리고 자기 주변에 즐겁지 못한 요소가 있는데 마음에 안들면 적극적으로  
바꿔보자

아주 사소한 것들 뭐 작은 화분이라도 하나 놓는다든가 주변을 좀 아름답게  
바꿔보자.

집기 배치도 효율적으로 바꿔보고 지저분한 것은 좀 닦아서 깨끗하게  
만들어보자.

자주 쓰는 물건은 고급스러운 것이든 예쁜 것이든 쓸 때 기분 좋아질만한 물건으로 바꿔보자.

직장동료나 상사로 인해 스트레스를 받고 있다면 사회적으로 용인되고 눈밖에 나지 않는 선에서 해결을 하려고 마음먹어 보자.

상대가 소시오패스가 아닌 성격 나쁜 일반인이라면 용기있게 일대일 대면을 몇 번 하는 것만으로도 문제가 해결되는 경우도 많다.

직장 갑질이나 스트레스에 대해 다른 사람들은 어떻게 대처했는지 생각해보고 현명하게 대처하는 방법은 뭐가 있는지 생각해보자.

자기 능력껏 할 거 다 해보고 안되면 내 능력 밖이구나 하고 수행을 해보아야지, 나름의 노력은 별 것 안하면서 수행만으로 좋아진다고 여기면 나태한 마음이 수행을 하고 있는거라 수행한다고 크게 바뀌지도 않아.

인간관계가 어렵다면 여러가지 인간관계를 잘 하는 법에 대한 책이나 동영상 좀 찾아봐.

대부분의 인간관계는 대화법만으로도 현저히 좋아진다 상대방이 뭘 말을 하면 그말을 그대로 돌려주면서 확인해.

"이번달에 매트릭스4가 나온다길래 여자친구하고 보러 가기로 했는데"

"어 이번달에 매트릭스 4 나온다고? 여자친구하고 보러가?"

"그래 근데 그날 존윅4도 같이 나온다더라"

"어 그래? 존윅4 같은날에 개봉해?"

"그래 근데 키아누형님 헤어스타일이 왜 계속 노숙자같이 어찌고저찌고"

"키아누형님 헤어스타일이 노숙자같다고? 예수님스타일같고 좋더만 뭘"

이런식으로 말하는거다 일단 내 의견이 있더라도 상대방이 한 말 다 하게 둔 다음에 그 말을 반복해주고 나서 내가 원하는 걸 덧붙이는거야.

별거 아닌거 같지만 막상 해보면 인간관계에서의 알력을 대부분 줄여준다.

가만히 살펴보면 절친들 사이가 좋은 사람들끼리는 대부분 저렇게 대화를 한다.

인간도 동물이라 권력 다툼을 하는데 내말이 제대로 먹혔나 무의식중에 의식하고있고 자기 권위를 확인하려고 하는 마음이 있거든.

상대방의 권위를 매번 인정해 주는 거지 안타깝지만 인간은 자주 권위를 인정받지 못하면 분개하는 동물이거든.

이렇게 하는거 습관들이면 사람들이 호감형으로 인식하게 됨. 별 수고 안들이고 상대가 날 편하게 생각하게 되니까 해보길 바란다.

같은 말 계속 하거나 허튼 소리 하면서 귀찮게 구는 사람이라도 그 사람 말 그대로 따라해주는 걸 몇번 반복해보면 나한테는 귀찮게 굴지 않게 된다.

이런 사람은 자기존재를 확인받으려고 말을 거는건데 그럴수록 아무도 자기 말을 안들어주니 더 심하게 그러는거야.

근데 사람이 습관의 동물이라 말을 걸면서 무의식적 좌절감이나 적대감을 느끼기를 사실은 원해서 그러는거야.

(그 인간의 영혼은 그런걸 원치 않더라도 그 프로그램은 그걸 먹고 살기 때문에 그런짓을 하는거임)

그래서 나랑 말하면 그 인정받고자 하는 권위를 인정해주면, 인정받지 못하는 그런 좌절감이 없기 때문에 좋긴 하지만 뭔가 낯설어서 그런 사람이 내게는 더이상 귀찮게 굴지 않게 되는거야 이해감?

물론 드물게 사회에는 소시오패스가 있다. 그런 사람에게는 이런대화뿐 아니라 모든대화를 피하는 편이 좋다 호구되면 안되니까...

집안에서 집안일로 스트레스를 받는다면 로봇청소기, 식기세척기, 빨래건조기등을 사자.

20개월 무이자 할부 해주는 쇼핑몰 같은데 있으니 그냥 질러버려.

생산성은 생산성이 좋은 환경에서 만들어지고

휴식은 집안일 따위로 다투지 않는 가정에서 만들어지므로 그 돈 아깝다고 생각하지 말자.

요리 하는게 힘들면 반찬가게에서 사오거나 아예 메뉴 고를 필요도 없는 월단위 새벽배송을 시키자. 재료가 좋을 것 같지 않아서 망설여진다면 집값 좀 비싼 동네 가면 원산지 표기 다 해주고 좋은 재료 쓰는데도 많다 그런데 가서 정기 배송 되나 물어보자.

집안에 규칙이 없으면 아이도 부모 말을 안듣고 배우자끼리도 서로의 말을 안 듣는다.

가족회의를 열어서 각종 문제에 대해 규칙을 세우고 실천할 것들과 보상과 벌칙을 출력해서 붙여놓아보자.

정기적으로 가족회의를 하고 문제가 해결되고 있는지 점검하자 아이들의 커뮤니케이션 방식을 함양하는데도 좋다.부모와 자식이라는 틀 안에서 내 말 들어야 될 사람으로 보면 서로 대화가 힘들다.

배우자끼리도 연인끼리도 인간대 인간으로 안하고 어떤 관계라는 틀을 가지고 하면 시간지나면 어느새 서로 괴로워져 있어. 모든 관계는 협상을 기초로 한다 상대에게 뭘 바라면 나도 뭘 해주는게 있어야지

협상을 시도해보고 (그렇다고 시험점수 잘나오면 새폰사주고 이런거 하라는거 아니다 제발 이런건 하지말자) 아이가 말을 잘 안들으면 “엄마 혹은 아빠도 부모를 처음 해보는거고 마음대로 잘 안되어서 당황스럽고 힘들다 네가 부모라면 자식에게 뭐라고 말하겠니?”

하고 아이가 입장바뀌 생각할 수 있게 말을 해봐 어른보다 훨씬 잘 알아들어. 자식들은 부모를 무조건적으로 사랑하기 때문에 부모가 자기땀에 힘들다고 하면 어떻게든 덜 힘들게 해주고 싶어하는 게 정상이야.

만일 만성적으로 내 말을 안듣는다면 지금까지 자식에게 뭔가 많이 잘 못해온거... 내가 애한테 뭘 잘못했나 생각부터 해보고 먼저 화해를 청해야만 달라질 수 있다.

나는 내 부모가 잘못했는데? 그런 생각 드는 사람은 자식인 니가 먼저 화해를 청해야만 달라질 수 있다.

내가 좋아지길 바라는데 왜 남에게 내 행복에 대한 결정권을 주냐 손벌리고 기다리는 자는 인생의 승자가 될 수 없다.

가족이나 가까운 누군가가 가진 사소한 습관 등 무언가가 마음에 안들어서 신경쓰거나 잔소리 해왔다면 서로 규칙을 정할 수 있는 관계라면 정하고, 일단 규칙을 정했다면 더이상 관여하지 말고 그냥 내버려두자.

잔소리 하고 신경 쓰는 일은 에너지차원에서 따지면 도움이 아니라 해가 되는 일이다.

상대에게도 나의 걱정에너지가 퍼부어서 즐겁지 않게 만들지만 내게도 해가 된다.

내 에너지몸체에 계속 걱정에너지가 흐르고 있는거다 뭐 좋겠냐? 그런 거 할 시간에 나 자신을 좀 더 챙겨 주자.

여기까지 했다면 내가 하고 싶었는데 생각만 했다든가, 하면 기분 좋아하지는는데 바빠서 별로 못한 행동 몇가지 생각해보고 운동이든 쇼핑이든 취미생활이든 뭐든 아주 구체적으로 떠올리고 정해서 그걸 하는 시간도 정해놓자.

가족이 있다면 일주일 동안 그시간에는 절대 나한테 간섭하지 말라고 말해 그리고 다른 가족도 그런 시간을 정해줘. 그런 시간이나 돈에 조금의 비용이 들더라도 그정도는 좀 해줘라, 어차피 해줄 거 정해놓고 해주면 생색내기도 좋잖아?

괜히 나한테 스트레스 풀게 만들지 말고 알아서 즐길만한 거리를 만들어주면 내 스트레스도 줄어 들어.

이 글이 어른답게 세상 잘 살고 있는 사람이라면 뭘 당연한 소리를 길게  
하냐고 하겠지만  
요새 세상이 어른다운 사람이 별로 안보이는 거 같아서 당연한 말이지만 길게  
써봤어.  
나이 서른이 넘고도 자기 인생을 어떻게 사는지 모르는 사람이 많더라.  
앞으로 혹시 자식 키울 거라면, 너무 감싸서 키우지마 자식에게 독을  
주는거야.

그럼 오늘도 피스

## 7.구도자를 위한 수행원리와 수행법 정리

???? 내가 이걸 왜 쓰는지 나도 모르겠다 계속 쓰라고 해서 씀;;  
?? 아무튼 혹시 주변에 뭐 이런거 관심있는 사람 있으면 알려줘라 저작권없다  
강 퍼가

우리가 사는 세상은 가짜임 (꿈, 속임수, 시뮬레이션, 매트릭스, 없는거 라고  
말해도 같은말)

우리가 가진 감정도 가짜임

니가 가진 몸도 가짜임

니가 가진 생각도 가짜임

니가 보고 있다고 생각하는 사람들도 다 가짜임

니가 느끼는 감각도 가짜인 감각기관이 느끼는 가짜정보임

죽었다가 태어나는것도 가짜고 환생도 가짜임

시간도 공간도 가짜임

시간과 공간을 느끼는 인지력도 가짜인 인식기관이 만들어내는 가짜정보임

과거와 미래도 가짜임

과거에 니가 겪었다고 믿는 일은 실제로 일어난 일이 없음  
지구 뿐 아니라 우주가 통째로 가짜임  
가짜 세상에서 가짜 몸을 가지고 몇번을 태어나서 무슨 행동을 했든 아무런  
진짜의 결과도 책임도 없음  
즉 니가 무슨 짓을 어떻게 하고 살았든지 넌 요만큼도 죄가 없음 순수하게  
결백한 존재임  
니가 너를 뭐라고 믿고 있든 너의 실재 존재의 성질은 요만큼도 변하지 않음

진짜 너는 창조주가 만들었음  
창조주는 자기랑 똑같은것을 만들기 때문에 너도 창조주에 의해  
만들어졌다는 것만 빼곤 모든 속성이 창조주와 똑같음  
원래 너는 진짜 세상의 모든것을 다 가진 모든 권능과 능력을 가진 신과  
똑같은 존재임  
너는 만들어지고 나서 창조주로부터 별개인 자신을 살짝 상상해봤는데  
그 상상으로 인한 창조력이 이 우주를 창조해 버렸음 진짜우주가 아닌  
상상우주.  
상상속 캐릭터인 우리는 상상속에서 이미 끝난 상상을 계속 살려내며  
구현하고 있는거임  
실제로 이 가짜 우주는 생기자마자 사라졌음 잠깐의 생각일뿐이었거든  
이 가짜우주는 창조주의 세상과는 완전히 반대로 뒤집어진 세상으로  
말하자면 창조주의 자식놈의 상상 혹은 그가 꾸는 악몽임  
이를테면 가짜우주에서는 주면 빼앗기고 줄어들지만 진짜우주에서는 주면  
받으며 늘어남  
세상이 창조주의 말을 듣기는 커녕 창조주가 세상의 노예가 되어 하라는대로  
하는 곳  
창조주의 자식놈인 너의 상상된 자아는 자기가 뭘 엄청 잘못해서 창조주를  
배신한 줄 알고 죄책감에 진땀을 흘리며 꿈을 꾸는 중



이 가짜우주는 파동에너지로 구성되어 있으며 파동은 흔들흔들  
왔다갔다하는거임  
그래서 삶과 죽음이 있고 인간이 갈등하며 (마음이 왔다갔다) 사는 것처럼  
보이는거임  
이 파동에너지의 본질은 죽이는 기운 즉 살기이며  
나중에 수행을 해보면 일상적인 아주 미세한 불만조차 실은 상대를 죽이려는  
마음이라는 것을 명확히 알 수가 있음  
창조주의 진짜우주는 생명인데 창조주와 반대를 상상한 상상세계에서 생명의  
반대를 만들기 위해  
가짜 생명을 만들고 그에 대비되는 가짜 죽음이라는 개념을 만들어낸거임  
반대세상이니까 생명의 반대는 죽음이지? 그래서 이 세상이라는 프로그램은  
기본 셋팅값이 죽음임  
모든 행동은 죽음으로 가는 행동이며 모든 잘못은 죽음으로 죄를 갚아야 하는  
무서운 설정임

아무튼 가짜세상에 깊이 빠진 사람일수록 이 파동 즉 마음이 왔다갔다 갈등이  
가득한 삶을 살고있음  
따라서 구도자가 그 무엇보다 가장 피해야 할 것이 갈등하는 것이며 수행을  
할수록 갈등이 사라지게 됨  
무슨 행위를 하는지는 중요치 않음 뭘 하든 갈등이 사라지면 수행이 되고 있는  
거임  
연애 결혼 자위 섹스 돈많이벌기 이런거 해도되나요 묻지마 뭘하든 상관없어  
다 가짜데.  
다만 갈등이 없어야돼 그래야 수행자야. 갈등의 파장 이쪽 갔다가 저쪽 갔다가  
하지말고  
한발자국 물러나서 다른 차원에서 봐. 진짜 세상에서 봐 그게 존재하는거냐?  
아니잖아  
없잖아 없는데 왜 갈등해. 없다는걸 알면 사라짐

없다는 걸 보려고 노력하고 안되면 더 높은 존재에게 부탁하는 거다 없다는 걸 보게 해달라고.

갈등도 없을 뿐 아니라 니가 겪은 모든 일도 반복해서 수행해서 기억에 묻은 감정을 제거하다보면  
나중엔 남의 일 보듯이 덤덤하게 보게 되고 그것도 또 지나면 일어난 적도 없었다는 걸 알게 된다  
실제로 일어난 적이 없다 이거를 겪어보지 않으면 못 믿는데  
그냥 처음부터 믿어봐 그러면 정말 많은 시간을 줄이게 될거다 이걸 처음부터 믿으면, 여러번 지워야할 필요도 없지  
과거에 몇십년 걸렸던 수행을 나중엔 2,3년이면 하게 되는 그런 세상이 올거다

가짜세상과 진짜세상은 서로를 못볼 뿐 똑같은 장소에 겹쳐있음  
진짜세상은 가짜세상을 꿈꾸고 있는 니가 실제로 몸담고 있는 세상이기 때문에  
이미 있는 거라서 구하려 애써야 할 대상이 아님 가짜를 버리면 진짜는 자동적으로 나옴  
가짜세상을 버린다는 것은 실제로 물건이나 직위를 버려야 되는것이 아님  
가짜인 것들을 가지고 놀면서 갈등없이 가짜인 거를 알고 놀면 됨  
또한 저게 진짜 세상인가보다 하고 뭘 찾는행위자체가 속임수임 진짜는 이미 갖고있다니까? 안찾아도돼  
찾아 해맸는데 알고보니 갖고있었네? 라는 각성도 과정중에 한번 온다 이것도 큰 체험으로 와.

수행법은 분열되고 조각난 마음을 하나씩 하나씩 끌어모아 합하고 통하여  
나중엔 마음이 원래부터 조각이 아닌 통으로 하나임을 깨닫는거임  
처음에는 자기 삶에서 일어난 모든 사람과 일을 용서해야 함

갈등이 반복되어 얽히고 설켜 가슴이 답답할 정도의 에너지를 형성하게되면  
용서가 잘안됨  
답답하고 억울한 심정부터 고래고래 소리를 질러서 풀어야함  
마음 속에서 친구처럼 기꺼이 얼싸 안아줄 수 있을 정도로 없는 일이 되어야  
함

용서할 때 유념할 점은 위에서 썼듯이  
과거에 니가 겪었다고 믿는 일은 실제로 일어난 일이 아님  
실제로 일어난 일이면 어떻게 용서를 하겠냐? 힘들겠지? 이미 일어난  
일이니까.  
하지만 실제로 일어나지 않은 일이다 전부 게임 화면 속 영상인데 너가 거기에  
감정을 덧붙여서 실제로 만들고 싶어하는 거야  
하지만 그건 다 실제로 일어난 일이 아니야 그래서 넌 실제로 없었던 일에  
대한 너의 가짜 해석을 지우는거야  
과거라는 건 존재하지 않는거야 너가 이 가짜 삶이 진짜임을 스스로에게  
납득시키기 위해  
실제로는 한 점에 모든 파동에너지가 몰려있는데 그걸 순차적으로  
마음속에서  
당겼다가 밀었다가 해서 시공간화해서 너자신을 속이고있는거야 이것도  
나중에 직접 느끼고 알게 돼 그냥 믿어봐 훨씬 빨라져

그게 실제처럼 느껴야 너는 이 꿈에 매달릴테고 그래야 꿈에서 깨서 창조주  
아빠한테 혼나는 일이 없겠지?  
창조주는 너를 당연히 혼내지 않지 근데 너는 어린애라서, 니가 잘못했다고  
생각해서 무서워서 꿈에서 안깨려고 애를 쓰는거야  
나중에 수행한지 오래되면 니가 창조주를 엄청나게 사랑하고 있다는 걸  
깨닫게 된다  
너무 사랑하기 때문에 그에게 실망을 줬을까봐 무섭고 너무 사랑했던 기억  
떠올리고 마음 아프기 싫어서 다 잊어버린거야

창조주가 너에게 다가오는 것을 어떻게든 막으려고 온갖 벽을 쌓고 사랑의  
기억을 어떻게든 잊으려 오만 갈등상황을 만드는거야  
나중에는 그게 다 착각인 걸 알게 되어서 매일 그를 생각하고 그를 위해서만  
살고 싶어하게 되는 때가 와

암튼 용서 이야기 하고 있었지 왜만큼 인생에서 큰 것들을 용서하면 견성을  
하게 됨

가짜세상의 속성을 인지하게 되어 일시적으로 가짜 감각이 기능 정지되어  
진짜세상을 보게 되는 경험임

만물이 나임을 알게 되고 모든 게 찬란하게 아름다워 보이는 경험으로, 새로  
태어나는 느낌임

견성은 대단한 체험이긴 하지만 전체에서 한 5%쯤 닳인 거라고 해야하나..  
아직 갈길이 멀

그 다음엔 그 감정의 뿌리를 찾아서 용서해야 함

잠재의식이 양파처럼 수없이 많은 층으로 구성되어 있어서 용서한 줄

알았는데 열리면 또 용서해야 되고 수없이 반복해야 함

이때 쯤 아스트랄체가 가벼워져서 유체이탈을 자주 겪게됨 벽도 뚫고 비행도  
해보셈

죽음이 없다는걸 확실히 알게되어서 수행에 도움이 됨 단 물론 이

아스트랄체도 가짜라는거

아스트랄계에서는 생각하는 그 즉시 창조가 됨 어떤 건물 짓고 싶다고

떠올리면 그 즉시 그 건물이 지어지고 있음

생각이 어떤 것인지 알게되고 생각을 잘 조절해야 제대로 창조할수 있으며

나름의 힘이 있기에 조심해야 한다는 것도 알게됨

빠지지 말고 몇 번만 놀아봐 그러고 계속 수행하면 몇 달 지나지 않아

아스트랄체도 밀도가 희미해지면서 유체이탈도 안하게됨

그 외에 특정 소리를 듣거나 뭘 보거나 남의 마음이 읽히거나 이런  
신비체험이 오는데 그런 거 다 수행 방해 하려고 오는거야  
다 속임수이기 때문임 진짜 체험은 사랑으로 가득해지고 주변사람이나  
환경이 바뀌고 이렇게 진짜 체험이지  
신비체험은 전부 무시해야됨 참고로 뭐 귀신본다는 놈들 제삼의 눈 연다는  
놈들 다 잘 못하고 있는거다  
신의 세계를 봐야하는데 귀신의 세계를 보고있는 거임 정신 이상하게 되기 딱  
좋지  
송과체도 억지로 여는게 아니다 수행하다보면 자연스럽게 다 열리는거야  
몸이 알아서 하게 그냥 냅둬야 해  
몸에 대해서 아예 신경 자체를 쓰지를 말아야 해 어차피 지금 니가 갖고  
있는거 가짜 몸이야 먹여주고 재워주고 이런 거만 잘 하면 된다

견성 후 왜만큼 또 파동에너지 감정에너지를 지워내게 되면 백회가 열리고  
신의식 체험을 하게 됨  
몸에서 처리해내는 파동에너지가 몸의 통로에서 더는 감당할 수 없을 정도로  
많게 되면  
에너지 통로들이 터져버리는 게 백회가 열리는 거임 이때 쿤달리니 에너지도  
하복부에서 백회까지 터지듯이 나감  
차크라도 아래부터 위로 한꺼번에 다 열리고 열었다 닫았다 할 수 있게 됨  
백회든 차크라든 나중엔 열고 닫는 느낌도 없어짐 늘 열려있게 되니까  
백회를 열려면 집중수행이 필요함 하다 안하다 하면 잘 안열림 왜냐면 압력이  
차야 터져나가기 때문인듯  
백회는 한번 연후엔 닫히지 않으며, 이 때 아주 많은 몸 변화와 뇌 변화를 겪게  
됨

백회를 연 후의 신의식 체험은 잠에 든 사람이 꿈 밖의 실제 세상이 어떻다는  
걸 희미하게 알게 되는 거임

희미하다고는 하지만 창조주의 진짜세상이 너무나 대단한 곳이기 때문에 그 개인에게 이 체험은 폭발하는듯한 엄청난 체험임  
말로 형용할 수 없는 황홀경과 함께 내가 신이라는것을 명확하게 알게 됨  
견성에 비하면 견성이 초라하게 느껴질 정도임  
하늘에 있는 해보고 떨어져라 라고 하면 당연히 떨어질 것 같음 그정도로 대단한 확신이 옴  
이 의식상태는 이후에도 사라지지 않으며 수행의 끈을 놓지만 않는다면 어디에 가도 당당하고 주눅들지 않게 됨  
길에서 보는 걸어다니는 사람들도 내의식이 만들었고 건물도 다 내 의식이 만들었고 실제로 그렇게 인지가 됨  
이거 내가 만들었네 에이 별거 아니네? 이렇게 되어서 이후에는 세상일에 두려워지는 일이 없음

이후 수행은 에너지에 민감한 몸이 되기에 파장을 인지하게 됨 하나하나 파장을 의식에 띄워서 지워 나가야됨  
의식에 띄운다는건 별게 아니고 내 몸에 집중하면 자동으로 내 몸이 제거해야할 파장을 의식의 표면으로 띄워서 느끼게 해준다  
의식을 집중하여 파장에너지를 느끼고 그것을 진짜세상의 빛으로 감싸서 없애거나 에너지로 취급하여 몸밖으로 내보내는 등  
별 거 아니고 백회 열고 나면 파동이 매우 실제적으로 섬세하게 느껴지기 때문에 자연히 그렇게 하게 됨 핵심은 의식을 집중하는 거임  
일상생활에서는 갈등이 있게 되면 감정이 올라오는 속도보다 몸에서 더 빨리 파동의 위치를 잡아내서 내보냄  
의식 안하고 다른일하고 있어도 그냥 그렇게 됨 잘 때도 계속 파동이 나감  
수행의 터닝포인트는 자동으로 수행하는 몸을 만드는 것이고 여기까지 왔다면 24시간 몸에서 알아서 파동을 잡아내게 되는거지

여기서부터가 사실은 진짜로 수행을 하는 거라고 볼 수 있는건데.. 해보면 그 전까지 한 게 장난이었네 싶을거임

개인의 삶은 거의 다 지워내서 없었던 일들처럼 여겨지고 이제 집단 무의식  
덩어리인 에너지를 대면하게 됨  
집단 무의식은 무시무시한 죄책감과 고문과 형벌과 고통과 지옥의 밑바닥을  
벌벌 기는 느낌을 버무려놓은 듯한 것임  
그것도 다 가짜야 근데 그게 가짜임을 인지하지 못하면 쓸려가기 쉬움

가짜인걸 알아도 바로 사라지지 않는 이유는 신의 창조력을 가진 내가 만든  
환상이기 때문에 그만큼의 에너지가 있다  
신의 창조력을 지닌 자가 그걸 실재라고 믿어서 만들어냈을 때의 그 강한  
에너지와  
내가 살면서 진짜인줄 알고 살면서 강화했던 그 집착의 에너지를 거꾸로 돌려  
지워내야 하니까 그만큼 힘이 드는거야.  
그걸 지울 때 너무 편안하고 힘도 안들면 실제로 지우는게 아니고 지웠다는  
망상에 빠지는거야  
지울 때는 반드시 몸변화가 있다 식은땀이 나든 눈물콧물이 나든 몸이 떨리든  
괴로운 변화가 있어 그게 없으면 속고 있는거야

집단 무의식의 에너지장은 엄청나게 막대한 양임 그냥 하루하루 꾸준히  
하는것밖에 답이 없음  
규모도 양도 환상이라며? 그래 그건 그런데 잠재의식이 양파 껍질처럼 끝도  
없이 층으로 되어 있다고...  
한 번에 한 층밖에 안 열려 그걸 잘 모르면 왜 한거 또하냐고 뭐 잘못하고  
있는줄 알수도 있는데 원래 그런거다  
체력소모가 심하고 체력소모가 안심한데? 라면서 수행하면 머리로만  
생각으로만 하는거 속고 있는거임 정말 힘든 게 정상임  
수행은 몸똥이로 해야 하는거임 세상 정직하게 몸으로 하는거임 자기기만을  
하는 사람은 갈 수 없는거임

수행 하다보면 초반부터 근육이나 팔다리가 의도치않게 움직이거나 떨리기도 하는데 자연스러운 것이니 신경 안써도 됨  
안 움직이게 할수도 있지만 파장에너지가 살기이므로 신경을 지나는 과정에서 아프거나 어지럼증이 느껴지기 때문임  
엑소시스트 영화처럼 공중에 반쯤 뜰수도 있음 파장에너지가 그정도로 뽀 정신이 말짱한 상태라면 아무 걱정 안해도 됨 정상적인 현상임  
드물게 이유없이 기절하기도 함 뇌회로가 일시적으로 닫혀서 그런거임

참고로 위와 같은 자신의 과거를 떠올려서 지우는 명상이 아닌, 가만히 앉아서 빛을 본다거나 소리를 듣는 등의 일반적인 명상은 사실 꽤 위험한 일임  
아스트랄하게 같은 환상의 세계로 빠져서 귀신들이랑 놀 수도 있음  
제대로 된 수행은 가만히 앉아서 잡생각 하는게 아님, 그리고 백회 열고도 2~3년간은 운동을 아주 많이 해야 함 반드시 명심할 것  
수행 과정에서 어려운 점은 청소할때 먼지나듯이 몸속에 있던 파동이 요동치면서  
초반에 얼마간 심적으로나 외적으로나 갈등이 더 심해지고 심하게 휩쓸릴 수 있음  
본인이 진짜세상에 있으며 가짜세상의 모든것은 꿈이고 환상임을 늘 인지하지 않으면 수행이 고통이 될 수 있음  
못지우는 것은 본인이 안 지우고 싶은것임 진짜세상의 힘으로는 순식간에 모든 것이 다 사라져야 됨  
규모나 강도도 모두 가짜임 10원도 가짜고 10억도 가짜임 손톱만해도 가짜고 집채만해도 가짜임  
그러니까 이건 감정이 커서 지우기 힘들다는 건 자기기만임, 다 똑같이 시원하게 지워져야 되는거임  
그런데 왜 여러번 해야할까 가짜라는 걸 명확하게 인지하지 못했고, 감정에 집착하는 습이 배였기 때문.



진짜세상을 알아갈수록 일시적이거나 조금씩 진짜세상에 살게되기에 가짜  
몸이 진짜몸으로 바뀌는 과정이 진행됨  
이 가짜세상에서 겪을 수 없는 진짜 기쁨과 진짜 감동이 있는 곳으로 옮겨가게  
됨  
견성 이후에 천천히 진행되다가 백회 열고 나서 급속도로 몸변화 과정을 겪음  
몸의 밀도가 높아지고 피부가 투명해지며 뇌와 두개골 용적이 줄어들음  
종종 통증을 겪으며 진짜세상의 에너지가 몸에 들어오는 일이 매일 여러번  
일어남  
진짜 세상에서 주는 이 에너지는 파동에너지가 아님, 파동에너지의 성질과  
극명히 구분되는 순수 빛임, 흔들리지 않으며 수직으로 들어옴  
이 에너지는 모든 파동 에너지를 없애는 기능이 있어 시간이 갈수록 이  
에너지를 이용해 수행하게 됨

사실 느낌상 에너지라는 단어도 이것에 어울리지않음, 고주파 고차원  
파동에너지와도 극명히 구분되는 확연히 다른 성질의 무언가임  
강 빛이라고 말하자 이 빛이 들어오면서 파장에너지를 제거한 자리에 새로운  
구성 물질을 형성하여 새 몸을 형성하는 것 같음  
따라서 새 몸을 100퍼센트 진짜세상의 빛으로 재구성하게 된다면 그 몸을  
가지고 영생하게 되는거임  
만일 몸이라는게 필요가 없다면 버리면 될텐데 진짜세상의 빛은 자동으로  
기존의 내 몸 형태에 맞게 새 몸을 만들어주고 있음  
그렇다는 얘기는 새 몸을 쓸데가 있으니 만들고 있단 얘기 아니겠음?  
신의 세계에 살던 기억을 잊어서 모를 뿐 거기서 뭔가 몸을 갖고 쓸데가 있을  
거임  
예수님이 물위를 걷는등 기적을 행사한것은 100프로 진짜몸이었기에  
가능했다고 보고있음

수행은 힘들지만 알고 가면 좀 쉬울것임 가짜라는 걸 아는게 그 핵심임 알고  
하면 빨리 갈거임

나중에 신의 빛을 마음에 품게되고 그걸 느끼게 되면 온 세상이 우주  
저멀리까지 나와 함께 기뻐하고 감동하는걸 느낄 수 있음  
난 아직도 이 글을 왜 쓰고 있는지 모르겠다 몇명이나 이런거본다고.. 아마  
누군가 봐야하는 사람이 있나봐...아무튼 단 한명이라도 그 누군가에게는  
도움이 되었으면 좋겠네.

더 정보가 필요하면 [우주가 사라지다]를 읽고 마음에 들면 [기적수업]을  
읽어. [기적수업]은 앞에 교과서 부분을 맨날 읽어.  
이 책은 그냥 읽는 것만으로도 의식상승이 있는 책임 잘 이해가 안가도 그냥  
읽어 수행하다 보면 나중에 다 진짜인거 알게 됨 연습서도 실행하면 좋고.

## 8.용서하기가 왜 그렇게 힘들까

지난 글에서는 수행 관련해서 좀 피상적인 이야기를 해봤는데 이젠 진짜  
중요한 이야기를 해보자.

오늘 유튜브 보다가 '클린어벤저스'라는 채널을 첨 봤는데  
쓰레기 집안전체에 뭐 무릎높이나 허리높이까지 쌓아놓고 사는 사람들  
무료로 청소해주고 그 사람 사연을 인터뷰도 하고 그런 사람들이 있더라고

그 업체 사장말이 그런사람들은 거의 여잔데 절반정도는 성폭력피해자라고  
하네

어떤 계기로 멘탈이 나가서 무기력해서 쓰레기 쌓고 살다보면 자기자신도  
쓰레기처럼 느껴져서  
잠도 쓰레기위에 담요한장 깔아놓고 그위에서 자면서 별 불편을 못느낀다고  
하더라

그 사장이 거의 사람 목숨 살리는 일을 하고 있더라고  
자기들도 돈 떼이거나 갑질 당하는 일도 많은데 그렇게 무료봉사 계속하고  
있더라  
자기도 처음엔 이해가 안갔는데 청소일 하다보니 그런사람들이 나름 사연이  
있는걸 알게되고  
치워주고 나면 그 사람이 달라져서 잘 살게 되고 연락도 계속 오고 보람을  
느껴서 그렇게 하고 있나봐

우울증 걸려본 사람은 알겠지만 움직여서 뭘 하는거 자체가 힘이 들지  
맛도 별로 안느껴지고 추위나 더위에도 둔감해지고 시각적인 정보에도  
둔해져서 세상이 좀 흑백 비슷하게 보이고  
그냥 살기 위해서 필수적인 감각만 돌아간다고 하는게 맞을 거 같다 다른  
시스템은 반쯤은 셧다운 시켜놓고  
속에 쌓인 분노를 표출이라도 하면 우울증에 안걸리는데, 감정을 꼭꼭 뭉쳐  
눌러 놓았기에 표출도 잘 안되지  
그러다가 도저히 못참겠어서 살기위해 표출하기 시작하면 그게 범죄행동이  
되는거고  
같은 멘탈을 가진 사람들을 양산하지 전염병처럼

근데 지금 이시대를 사는 우리는 꼭 우울증같은게 아니더라도  
사실 제정신인 멘탈을 갖고 산다는거 자체가 좀 도전이지 완전히 미친  
세상이고  
활발하게 사회 활동을 하려면 최상위 포식자가 되지 않는 한 패배자가 될  
위험이 있고  
모두가 최상위 포식자가 되기 위해 남을 죽여가면서 올라서야 하는 세상  
나는 이렇게 거의 끝나가고 좋은 세상이 온다고 믿고 있긴한데  
혹시 정신이 좀 아픈 사람이 있다면 특별히 니 잘못이 아니야 여기서는  
안아프고 사는게 더 이상한 곳이거든

우리가 살면서 어려서부터 듣고 살면서도 많이 듣고 하기도 하는 말들

아니 그게 아니고 이걸 이렇게 해야지  
이거봐 내가 그렇게 하지 말랬지  
개가 나한테 어떻게 그러지?  
아니 사람이 어떻게 그러냐?  
그렇게 했어야 했는데  
더 잘 할 수 있었잖아 왜 이렇게밖에 못했을까

이런 말은 즉 나는 너를 이해할 마음이 없으며, 네 방식은 틀렸고, 옳은 내가  
널 교정해줘야 한다는 뜻이지  
우리가 들었을때 마음이 편하지 않은 말은 거의  
나는 너를 있는 그대로 인정할 수 없을 뿐 아니라 너의 마음을 편하게  
해줄만한 자비를 베풀 마음이 없다는 거잖아  
궁극적으로는 너는 무언가를 잘못했기에 용서받을 수 없다 라는 메세지지

이런 메세지가 머릿속에 많은 사람이라면 당연히 남도 용서하기 힘들지  
살면서 자기를 용서하든 남을 용서하든 누구를 용서하는 일이 몇 번 없고  
그게 하도 희귀해서 때로는 그게 인생의 전환점이 되는 건 그럴만한 이유가 다  
있지  
이 세상은 용서할 수 없음이 그 토대야. 그 위에 지어진 세상이거든

이런 메세지는 동일하게 생각이든 행동이든 무언가를 수축시키고 응집시키는  
특성이 있어  
이러면 안되고 저래야 하니까 해결을 하기가 더 힘들어지고  
저렇게 한다고 해도 매번 그 방법도 문제가 되니 점점 더 어려워지지

반대로 말해보면 어때?

어 그게 그렇게도 할 수 있구나  
그래 그러냐? 그거 괜찮네  
너가 나름대로 생각이 있겠지 믿어야지  
살아보니 이런 방법도 있고 저런 방법도 있더라  
괜찮아 그럴수도 있지 뭐 별거라고  
너무 노력하지 말고 그냥 편하게 해라

그냥 글만 봐도 저위에 말보다는 맘이 편해지지 않냐  
이런 말들은 수축과는 반대로 풀어주고 흠어주고 넓게 해주는 특성이 있지  
본인은 어떤 거 같냐 저 위에 말하고 아래 말하고 어떤 말을 주로 하고 사는거  
같아?  
남들에게 뿐 아니라 자기 자신에게 속으로 하는 말은 어때?

근데 여기서  
나는 긍정적으로 살려고 애쓰는데 엄마아빠한테 어려서부터 부정적인 말  
듣고 자랐다  
라는 생각 드는 사람 있지?

자기가 어떤 말을 듣거나 행동을 보는데 그게 아무렇지 않지가 않고 뭔가  
걸리고 가슴이 답답하고  
짜증이 나거나 자존감이 떨어지거나 침울해지거나 분노하거나  
내가 어떤 식으로든 반응을 하게 되는 말은 자기 내면에 그게 있어서 그렇게  
걸리게 되는거야.

바깥세상은 거울같은 거라서

자기가 내면에서 인지하지 못한 것을 외면에서 남이 보여주게 되는거거든  
좀 보라고 니안에 이런거 있다고, 다른 사람을 통해 보여주는거야

그래서 자기 안에 그런걸 안보고 살다가 자기가 안그런 사람이라고 생각하고  
살다가

애인이나 배우자를 부모하고 똑같은 사람 만나게 되는거지 아님 뭐  
사업파트너라든가 직장상사라든가  
좋은 의미로는, 그거 봐야 되는데 안보니까 숙제 덜 했으니까 하라고  
나쁜 의미로는, 나는 어차피 이런 내 죄가 있으니 이렇게밖에 못 산다는  
무의식적 신념 때문에  
어렸을 때랑 똑같은 감정 만들어 널 사람에게 끌리는 거야 자기도 모르게  
똑같은 짓 하고 살도록.

혹은 누가 나를 때려. 나는 피해자야 나는 아무 잘못 없어  
저 사람이 미친 놈이고 저 놈이 죽일 놈이야 저 놈하고 난 달라. 뭐 이런거  
있지?  
안타깝지만 다르지 않아. 에너지로는 다 똑같아.  
니안에 그렇게 누구를 때리고 괴롭히고 싶은 미친 짓 하고 싶은 욕구가 이렇게  
썩다  
라는걸 보여주는거야

처음부터 그런 나쁜일로 일어나지는 않아. 니 안에 분노가 있는데 그걸 너가  
안보면  
툭툭 때리듯이 작은일로 널 건드리는거지 이거 보라고  
그래도 니가 못알아봐 그럼 다음엔 더 크게 오는거야  
대부분은 작은 징조는 알아차리지 못하다가 훗 크게 쳐맞고서야 그게 뭔지를  
좀 알게되지

이런 패턴을 살면서 똑같은걸 반복하는거 그게 윤회야.  
그 윤회가 하나의 생이 되면 전생과 후생이 되는거지.  
이건 다 꿈이기 때문에 크고 작고가 없어. 다 똑같은 반복인데 형태가 달라  
보일 뿐이지.

나는 하나도 잘못 없다 진짜 피해만 당했다

그건 알수 없는거지. 전생에 너가 그사람한테 뭘 짓을 했는지 어떻게 알고?  
전생최면 같은 거 요새 유튜브같은 데도 많으니 검색해봐 자기가 피해자인줄  
알았는데, 전생에  
그 사람한테 똑같은 짓 했더라 라는 사례가 많아

전생도 물론 우리다 다 꿈꾸는거야 하지만 어쨌든 우리는 이 꿈속에서 믿고  
있는거야  
내가 나쁜 놈이라서 벌받아 마땅하다 라는 믿음을 갖고 있는거야 모두가  
말이야.

근데 이때 정말 죽도록 이게 내 안에 있다는 걸 도저히 인정하기 힘들 때가  
있지  
그걸 인정하면 마치 나도 그런 인간이 되는 것만 같잖아  
어떻게 내가 저 놈하고 똑같냐고. 죽어도 인정하기 싫지

근데 이렇게 생각을 해봐 만일 이런 거울 기능이 없다고 쳐봐  
그럼 영영 자기 자신에게서 벗어날 기회가 없겠지?  
자기 속에 뭐가 있는지 늘 들여다볼 수 있는 사람이 얼마나 되냐고  
신기한 게 자기 속을 들여다보게 되면 밖으로 그런게 사람이나 사건,사고로  
나타나는 일이 현저히 줄어들어  
큰 에너지일수록 잘 못 알아보니까 때로는 사람으로 현실화되서 나타나기도  
하는데 곧 알아보고 해결할 수 있게 되지

만일에 용서하는게 그렇게 기겁고 쉬웠다면 이 세상에 온갖 수행법 따위는  
없을거야  
원치않는 일 당하지 않고 행복하게 사는 게 그렇게 힘든 일이 되어버린 데는  
이유가 있어  
이 세상의 구조상, 이 세상에서 해내기가 제일 힘든 게 용서하는 일이거든

나도 누군가를 도저히 용서하지 못해서 바닥을 기고 땅을 치고 별 짓을 다  
한적이 많아

왜 그게 그렇게 힘들까 돌이켜보면 참 바보같았다는 생각이 들지 하지만  
당시에는 그게 참 그렇게 힘들더라

저 사람은, 용서하지 못하는 내 마음에는, 인간도 아닌 거니까.

인간도 아니니 인간으로 생각해 볼 관용을 어떻게 베풀겠어

근데 내 마음속에 누군가를 인간같지도 않은 놈이라고 믿고 있다는 건 뭐야  
내가 내자신을 인간같지도 않은 놈이라고 믿고 있다는 거거든

이거 이해가 감? 남이나 나나 밖이나 안이나 이런거 없거든. 다 똑같은 거거든  
내가 남에 대해 믿고있는 건 정확하게 내가 나에 대해 믿고있는 거랑 똑같아.

이거 중요한 말이니깐 반복 간다

내가 남에 대해 믿고있는 건 정확하게 내가 나에 대해 믿고있는 거랑 똑같아.

만일 너가 티비를 보고 누군가 죽일 놈이라고 욕하면 자기 자신의 내면의 그런  
점에 대해 죽일 놈이라고 믿고 있는거야.

이 세상에 죽일 놈이 많아 보이는 사람일수록 행복한 사람이기가 힘들겠지?

이것도 하면 안되는 행동이고 저것도 하면 안되는 행동이면 어떻게 살아?

최대한 움츠려서 그 무엇도 하지 않으려 최선을 다하며 사는게 범인의 삶이지

다시 돌아가서,

그럼 내가 나 자신을 인간같지도 않은 놈이라고 믿고 있는데

그런 인간같지도 않은 나 자신에게

어떻게 누군가를 용서해서 마음 편해지는 자비를 베풀겠어? 절대 안되지

인간같지도 않은 나는 영원히 지옥불에 불타고 영원히 고통받아야 하거든

그놈에게 고통을 주려면 나도 같이 고통을 받아야 하네?



그럼 어쩔수없지. 나를 가둬서라도 그놈이 같이 고통받을 수 있다면 기꺼이 나의 고통을 감당하는거야  
실은 용서를 못하겠다, 왜이렇게 용서가 안되냐. 이게 아니라  
용서를 하기 싫다. 용서하기보다 더 고통받는걸 택하겠다. 가 솔직한 말이야.

그정도로 대단한 미움이 우리 안에는 있지.. 못봐서 모를 뿐 보면 놀라울 정도로 대단한 증오가 있어  
이 증오는 자기 자신에 대한 증오야. 남이나 나나 모두 나 자신이거든 무시무시하지? 근데 이게 진실이야. 피해자인 나는 피해를 당할수록 더욱 정당하고  
나의 고통은 나의 옳음과 순수함을 위해 치뤄야 할 약소한 대가일 뿐이지

이 얘기가 되게 아프게 다가오는 사람도 있을거야 그렇지만 나도 한때는 나자신을 큰 피해자라고 여기고 살았기에  
그 마음이 어떤건지 알아 얼마나 아프고 힘든지도  
이런 마음으로 수없이 윤회를 하면서 전생에 때린 놈한테 이번 생에 맞고 이렇게 반복해온 게 우리 삶인거야.  
깨끗이 용서해서 없었던 일처럼 만들지 못한다면 또 태어나서 똑같은 거 계속 반복해야 하지  
이게 꿈이라고 해도 우리에게겐 현실처럼 느껴지잖아? 고통도 생생히 느껴지잖아...

고구마 열개쯤 먹은 답답함이 올라오나? ㅎㅎ 이런 이야기 하는게 쉽진 않지  
오늘은 여기서 끊어보자 글이 길어져서.. 다음에 계속..

## Chapter2. 실전 용서하기 & 무의식

### 9. 실전! 용서하기 1편

안녕 친구들

댓글 보다 보면 말도 안되게 힘들게 세팅되어있는 이곳에서 어떻게든  
나름대로 하루 하루를 좀더 낮게 살아가려고  
노력하는 사람들의 맘이 느껴져서 좋고 좋은사람들이 많구나 하는 생각이  
들어  
모두 좋은 인연 만들고 행복한 하루 보내길

수행법에 대해 종종 질문이 나와서 한번 더 정리를 해볼게

사실 특별히 정해진 수행법같은건 없어. 어떤 방식으로든 멧힌 마음을 풀면 돼  
처음에는 뭉텅이로 멧힌 마음을 풀면 점점 더 마음이 섬세하고 부드러워져서  
나중엔 자잘한 매듭도 알아차리게 되고 그러면 자질구레한 멧힌 마음도 풀 수  
있게 되는거지.

음악을 들든 어떤 자세로 하든 상관없어 다만 처음에는 혼자만의 공간이 좀  
필요하긴 하지.

일상생활 속에서 사람들과 어울리면서도 할 수 있지만 사실 이렇게 되려면 좀  
숙달이 필요하고

현대인은 거의 속에 쌓인 악감정이 많아서 처음에 한동안은 혼자서 많이  
해야해

지난번에 얘기했듯이 원칙이 있는데 자기자신에게 진실된 마음자세로  
하는거야.

내속의 모습중에 찌질한게 있다면 그걸 인정하기 싫어서 덜 찌질하다거나 재보단 낫잖아? 라고 생각한다면 잘 안되고 있는 거고  
어차피 나중에 돌아와서 또 해야하니 헛수고를 줄이려면 있는 그대로의 느낌을 인정하는게 빠르겠지.

혼자만의 공간 뭐 자기방이라든가, 차안이라든가 -개인적으로 차안이 아늑해서 그런가 난 차안에서 많이 했었어  
이런데서 자기 삶에서 마음에 걸리는 한가지 사건을 떠올려보는거야  
이때 집중이 잘 되려면 운동을 좀 하고 하는게 좋아 간단한 맨손체조라도 20분이라도 하고 하면 집중하는데 도움이 돼

사건을 떠올렸을 때 덩덤하게 감정이 일어나지 않는 사람도 있거든  
머릿속으로는 억울하거나 충격적인거를 알겠는데 감정이 떠오르지 않는 경우는 저항하고 있는거야.

그걸 떠올리면 죽을 거 같고 다시 겪기 싫으니까 자기방어를 하고 있는건데 운동도 좀 하고 자꾸 반복하다보면 다 되니까 너무 걱정하지 말고 계속 시도하면 돼

그 사건에 대해 뭐든지 느끼는 그대로 표출을 하면 되는데  
마구 욕하고 폭력적으로 분출하는것은 내가 해보니까 처음엔 좀 도움이 되는데 나중엔 독이 되더라고

마음을 자꾸 거칠게 쓰니까 생각하는 방식이 계속 거칠어진다고 해야하나 근데 현대인은 화가 잔뜩 있어서 사실 처음엔 화풀이를 많이 하긴 해야돼 안그러면 잘 안풀리거든

화풀이에는 소리지르는 게 제일이야. 차몰고 멀리 나가거나 노래방 구석진데 잡아서 음악틀어놓고 고래고래 소리질러

어느정도 화가 좀 풀려서 감정이 느껴진다면 "그때 했어야 했는데 하지 못했던 말"

혹은 "입밖으로 감히 꺼낼 수 없는 진짜 내마음" 을 입밖으로 꺼내서 계속 반복하는거야.

"너 나한테 그때 왜그랬어 이 더러운 놈아"

"내가 너한테 어떻게 했는데 어떻게 네가 나한테 이럴수가 있어"

"난 무서워 날 버리지마 너 없으면 어떡하라고"

"사람들이 나를 실패한사람이라고 생각하면 어떡하지?"

"이 한심한 놈아 너는 뭘 할 줄 아는게 없냐" 등등..

상황에 따라 여러가지가 있겠지? 반복하다보면 뺨 터지면서 감정이 올라와  
그때 그 감정에 올라타서 분출하는거야

치사하고 찌질해서 혹은 용기가 없어서 감히 말하지 못했던 말들을 해보고

감정이 올라오면 속을 다 비운다는 느낌으로 뱉어내는거야

희한하게 나 혼자고 그냥 말 한마디인데도 속에 맴도는 말을 밖으로 끄집어서  
하려고 하면 저항이 있어.

괜히 그냥 하기가 싫은거지. 나쁜 말 하면 내가 나쁜 놈 되는 거 같고 괜히  
하면 안될 거 같은 이상한 기분도 들고

마음에는 관성이 있어 하던대로 하면서 살려고 하거든. 그걸 깨려고 하니까  
저항이 있는데 잘 안되어도 억지로라도 해보는거야.

계속 하다보면 말이 조금씩 바뀌면서 진짜 자기 진심이 나오게 되고 그때  
감정이 딱 맞아 떨어지면서 터지게 돼.

감정분출을 해보면 아는데 후련하고 가슴이 뻥 빈듯이 정말 그게 실제로  
에너지-물질이고 몸밖으로 나가는구나 하는걸 느낄수있어.

감정이 사람 성향에 따라서 분노가 올라오는 사람이 있고 비애가 올라오는  
사람이 있는데

분노가 있는 사람은 그밑에 슬픔을 감추려고 분노만 느끼게 된거고

슬픔이 있는 사람은 그밑에 분노를 감추려고 슬픔만 느끼게 된거고 실은  
이런식이라서  
자기가 화내는 일이 별로 없다 이런 사람은 실은 되게 속이 화로 가득한  
사람일 수 있고  
자기가 슬픔을 느낀 일이 별로 없다 이라면 속이 굉장히 슬픈 사람일수 있어.  
무조건 그렇다는건 아니고 당장 느껴지는 감정이 다가 아니라는 거야  
하다가 감정이 바뀌면 그에 맞게 또 올라오는 감정대로 말을 하면 돼.

그리고 말을 하는 것도 처음 하는 말하고 나중에는 많이 다른 소리를 하게  
되어도,  
자신의 감정에 진실하다는 원칙만 지킨다면 그대로 몸이 이끄는대로  
따라가보는거야. 의외의 진실을 만날 수도 있어.  
이를테면 누군가를 그리워하고 못잊는줄 알았는데 말을 계속 하다보면  
너같은놈 다시 못봐서 속이 시원하다고 오히려 반대로 말하고 있는 자신을  
발견할수도 있어. ㅋㅋㅋ

둘다 진심이기도 하고 둘다 진심이 아니기도 한거야. 전에도 말했듯 이세상은  
파동에너지로 구성된 거라  
생각이나 감정도 극단으로 여기로 갔다가 저기로 갔다가 하는거야.  
사람이 만들어온 페르소나에 따라 평소에는 둘 중에 하나만 인지하는 것  
뿐이야. 내면에는 모든 감정이 다 있어.  
뭐가 진짠지 헷갈려하며 곰곰 생각하지 말고 그냥 둘다 별것 아니고 다  
가짜라고 알면돼.

처음에는 하는 방법을 잘 모르고 저항도 심하니까 입밖으로 꺼내어서 말을  
하고  
말도 이 말도 해보고 저 말도 해보고 내 마음에 감정하고 뽕 맞아 떨어지는  
말을 찾아봐야 하는데

익숙해지면 나중엔 생각만 하면서 해도 금방 적합한 포인트를 찾아낼수가 있어.

근데 익숙해지는데 꽤 오래 걸려서, 좀 된다고 방심하지 말고 인생에 굼직굼직한 것들이 다 풀리고 실제 현실도 좀 바뀔 때까지는 정공법대로 하는게 좋아.

해보면 갑자기 연락끊겼던 친구에게 연락이 온다든가, 금전적인 어려움이 풀리는 등 좋은 일들이 생겨.

마음에 걸리는 게 없으면 실제 현실에서도 문제가 사라지거나, 혹은 문제로 보였던 형태는 그대로 있는데 그에 대한 내 마음이 걸리지 않고 편안해져.

암튼 하다가 감정이 땡 터져서 한바탕 분노 표출을 했다거나 울부짖었거나 엉엉 울었다고 하자

그러면 가슴이 땡 뚫린듯이 속이 후련해지거든

그러면 마음속에서 그사람에게 손을 내밀어봐 말그대로 상상을 하면 돼. 내가 먼저 손을 내미는거야

그리고 그 때 기분이 어떤가 봐봐 그 사람이 원수같이 느껴지는지 친구같이 느껴지는지

마음 속으로 그 사람 손을 잡고 나 자신한테 물어봐

'이 사람을 용서해줄래?'

예스 라는 답이 나오면 마음 속에 슬픔같은 감정과 감동과 후련함이 같이 느껴질거야

그 사람을 마음속으로 안아줘 그리고 나도 그동안 미안했다 하고 화해를 해  
노 라면 아직 풀어야 할 감정이 남아있으니 그 사람에 대해 좀 더 작업을  
해야겠지

그 다음에 내가 피해를 줬다고 믿는 사람과의 일을 푼다고 쳐보자  
그사람에게 해를 줬다고 믿는 일을 떠올려서 마음속으로 진실되게  
그사람에게 용서를 비는거야

무릎 꿇어야 될 거 같으면 무릎 꿇고 빌어야 될 거 같으면 빌고, 마음 가는대로  
진실되게 미안한마음을 전하는거야  
이것도 마찬가지로 처음에는 입밖으로 말을 꺼내서  
정말 너무 미안해서 장이 배배 꼬일것같고 숨이 잘 안쉬어지고  
취구멍에라도 들어가고싶고 그런게 느껴져야 해 마음은 현실과 상상을  
구분을 못해. 현실도 실은 상상일 뿐이거든

잘 된 것 같다면 역시 마음속에서 그 사람 손을 잡아 그리고 '너 나를  
용서해줄래?' 하고 물어봐  
용서해주겠다는 답이 오면 고맙고 미안하고 뿌듯하기도 하고 그런 감정이  
느껴질거야 그리고 후련하겠지  
상대가 용서못해주겠다고 하면 위의 과정을 반복하면 돼  
용서 못해주겠다고 하는데 내 감정이 아니꼬워? 그럼 실은 그사람을 원망하고  
있었던거지?  
이럴 땐 그사람에 대한 원망의 감정도 풀어내고 다시 화해하려고 애써보는  
거야

사람에 따라 자기 자신에게 가혹했던 사람은 자기자신을 용서하기를 더  
힘들어 해  
만일 피해를 입었다고 믿고 오랜시간 그걸 방치했다면  
그걸 방치해온 자신에 대한 이미지는 나날이 더 가혹해지게 돼  
어떤 경우든 용서하기 힘든 경우는 왜 그러냐면  
용서 받는자와 용서 하는자를 같은 수준에 놓고 하려고 해서 그런거야

이게 무슨 말이나면  
어린 애가 뭘 잘못을 했다고 쳐봐 그리고 너는 어른이야  
어른인 너에게는 그 잘못이 별 것도 아닌데 어린애인 그 애는 자기가 큰  
잘못을 한줄 알고 있다고 치자  
그럼 그 애가 자책을 할때 너는 옆에서

"아 저렇게 자책할 필요 없는데.. 몰라서 그랬는데.. 애야 괜찮아 그럴수도 있지" 하고 위로해 주고 싶겠지?

용서해주는 자는 이런 마음이어야 용서할 수 있는 높은 차원의 의식 수준이 되는거야

그런 의식수준을 일시적이거나 회복하기 위해서 마음속에 맺힌 화를 먼저 풀어주는거고

마음이 냉혹한데 냉혹한 마음으로 용서를 하려고 해봤자 서로 같은 수준에서 뭘 하려고 하니 잘 안되겠지?

이 때 괴로워하는 자기자신을 붙들고 고군분투 하고 있는 자기 자신을 보려고 해봐.

그러면 제 3자 구도가 성립되지. 문제아인 못난 나, 그걸 용서하려고 애쓰는 나, 그리고 용서해줄 누군가 내안의 자비로운 존재 이렇게 3자 구도로 여기고 용서를 할 때 잘 되더라고 나는.

내가 나름대로 못난 나를 붙들고 어떻게 해보려고 하는 그 모습이 어때? 좀 찐하잖아

그 못난 애가 처음부터 못나지는 않았겠지? 개도 언젠가는 맑고 순수한 아이였을거야나 개도 나름대로 얼마나 힘들었겠어

개도 나인데 나는 지금까지 개를 방치했잖아 그리고 이제와서 용서하려고 해도 그게 잘 안되네

개를 붙들고 어쩔 줄 모르고 있는 내모습을 봐, 나에게도 지금껏 누군가가 그렇게 손쉽게 용서를 베풀어주지 않았어,

그래도 내품에 있는 애가 망가진게 마음이 아파서 애를 붙들고 어떻게든 나아지게 해보려고 애쓰는 내모습이 찐하잖아.

나도 불쌍하고 세상 사람들도 다 겉만 멀쩡하지 속으로는 이렇게 힘들게 사는데 얼마나 가엾어.



그런 마음으로 하는거지. 내안의 누군가에게, 문제아를 붙들고 이려고 있는 나를 용서해달라고 청하는거야.

네안에는 아주 자비로운 누군가가 있어 그게 뭔지는 아직 몰라도, 그런게 있다는 거는 알고 있을거야 그 누군가를 불러보는거지.

나는 잘 못 하겠으니 좀 도와달라고 해보는거야 내품안에 있는 망가진 애가 너무 불쌍하니까 좀 도와달라고 해보는거야.

나는 괜찮은데 애가 너무 아프니 내가 애 대신 아플 수 있으면 아파할텐데,, 대신 울어줄수 있으면 좋을텐데 이렇게 말해보는거지

진심으로 하면 꼭 응답이 있어. 보통은 되게 불쌍한 기분이 들면서 애가 불쌍해서 내가 대신 울게되지.

그럼 **개 대신 내가 운다는 느낌으로 많이 울어.** 마음 속에 쌓인 울분이나 슬픔이 울면서 많이 나가.

감정 분출이 다 된 거 같다면 용서할수 있겠냐 마음속으로 물어봐 즉시 답이 올거야. 아직 걸린 게 있으면 더 풀면 되고

다 되었다면 **마무리로 좋은말을 해줘** 이걸 꼭 입밖으로 꺼내서 하지 않아도 돼.

예를 들면, 너를 오랫동안 방치해두어서 미안하다 좀더 자주 올게

다시 너는 아플일이 없을거야 내가 너를 지켜줄게

좀 러프하게 쓰긴 했는데 대략 뭔진 알겠지? 나름대로 응용해봐. 마음으로 기꺼이 안아줄 수 있을 때까지 먼저 다가가는거야.

나중에는 이렇게 의인화해서 하지 않고 그냥 에너지로 다루어서 감정을 느끼지 않고도 처리할 수 있게 돼

조심할 점은 감정을 풀다가 도중에 잘 안되어서 그만두고 다른 일 하게 되면 마음이 심란한 상태라서

혹시 가족에 대해 풀고 있다면 가족하고 실제로 보게 되면 그 가족은 평소대로 행동하는데 나는 심란해서

욱 하고 싸우게 되는 경우가 있을수 있으니까 조심하고, 수행 할 때도  
이건 감정이고 에너지고 가짜이고, 진짜처럼 느껴지지만 원래 없는 거고 있는  
것 같은 건 나의 착각이다.

하고 주문처럼 많이 외우고 자꾸 마음에 인식을 시켜주는게 좋아.

잘 되면 거짓말처럼 수십년간 고민했던 문제가 갑자기 아무 문제가 아니게  
되어서 아 내가 지금까지 속았구나 하는 생각마저 들거야. 그럼 아주 좋은  
일이니 미리 축하할게.

## 10.실전! 용서하기 2편

지난글에서.. 나도 저 방식으로 수행한지가 좀 오래되서 섬세하게 설명을  
못한거 같아서 오해의 여지가 있는 부분들을 또 풀어본다.

용서는 감정분출을 하는게 핵심이 아니고 상대의 마음을 혹은 내 마음을  
이해하게 되는게 핵심이야

마음에서는 상대든 나든 그런 분리가 없어 마음은 그냥 마음이거든 그래서  
마음을 이해하는게 핵심이라고 보면 되겠다

감정분출은 진짜 마음을 느끼지 못하고 나 좋은대로만 생각하고 있던 내 맘  
속의 가짜마음인 장애물을 치우는거랑 같아

막혀있던 물꼬가 감정을 건드리는 말을 반복하다 맞아 떨어질 때 트이면서  
물이 다시 흐르는 거랑 비슷하다고나 할까

어렸을 때 친구랑 싸웠다가 화해했던 때를 생각해봐

몸싸움을 하든 대화를 하든 어떻게 도중에 감정이 정리가 되면 상대방 입장이  
이해가 되면서

내가 좀 착각한 부분이나 너무 내 식대로 생각한 부분이 있었던 걸 알게 되면서  
재를 그렇게까지 나쁘게 생각한 나 자신이 도리어 미안했던 그런경험이 있을거야  
혹은 알고보니 재가 일부러 그런것이 아닌데 난 개가 일부러 그런거라고 맘대로 생각하고는 너무 막말을 했구나 이런걸 깨닫거나.

내맘대로 생각해서 내맘대로 얹힌 감정들을 풀면, 상대가 왜 그랬는지 자연히 이해가 돼. 그래서 용서할 수 있게 되는거야.

혹은 이해가 잘 안되더라도, 상대방이 가엾게 느껴지는 경우가 많아. 너도 알고보니 불쌍한 놈이었구나. 이렇게.

근데 마음을 잘 안 써봐서 자연스럽게 상대방 마음이 안느껴지는 사람도 있겠지? 그러면

감정을 풀어서 마음이 일시적으로 맑아지고 후련해졌을때 마음속에다가 물어봐.

저사람 나한테 왜그랬을까? 내가 뭘 놓쳤을까? 이렇게. 마음이 맑아졌을 때 물어보면 답이 와.

그 답이 논리적으로는 만족할만하지 않더라도, 내 마음에 충분히 와닿아서 상대를 이해하고 용서할 수 있을 정도의 답이 와.

자 근데 이정도로는 잘 안되는 것도 있어. 도저히 이해가 안가는거, 특히 가족과 얹혀 있는건 자기 핵심 카르마중에 하나라서 이 카르마가지고 몇십번 몇백번을 태어나서 똑같은짓 해온 것일 수도 있어.

풀려고 하면 계속 잠만 오거나, 아니면 계속 화가 나거나, 되게 하기 힘든 것들이 있어. 그런 걸 말해보자.

우선, 감정을 밖으로 쏟아낼때 화만 계속 나면 제대로 한게 아니야. 화를 내는 건 감정분출의 핵심이 아니야.

화내다가 어느순간 그런 자기자신이 불쌍해서 혹은 비참해서, 서러워서,  
절망적이라서 바닥에 주저앉아 어린애처럼 울어야 제대로 된 거야.  
다시 말해 판단이나 비난을 내려놓고 고집을 꺾기 전에는 풀었다고 할수가 없는거야.

분노를 끌어올리는 이유는 내안에 이정도까지 꽂들어찬 분노와 살의가 있다는 걸 보기 위해서야.  
어차피 내면에 있는 분노는 어마어마한 양이라서 그거 푸는 데 십년은 걸리거든, 그러니 지금 그걸 다 분출하는게 목적도 아닐뿐더러  
그걸 보는 것도 보는 능력이 점차 개발되면서 더 깊이있는 걸 보게 되는 거기 때문에 일단은 그런게 있다는것만 알면돼.  
보통 맨위에 분노가 있기 때문에 그거부터 조금 걷어내야 그 아래의 감정이 느껴지기 때문에 분노부터 좀 봐야 하는건데  
분노를 올리다보면 그 사람이 잘못된 것보다 나는 그 이상으로 몇배나 고통을 주고 싶다  
그 놈을 파멸시키고 말겠다 뜯어먹고 싶고 갈아마시고 싶다 이런 강렬한 분노가 일어나거든  
자기 가족인데도, 내 가족이고 내가 보호하고 따르고 잘 해줘야 할 가족인데도 이런 마음이 일어나거든

그때, 그 일로 인해 그런 감정이 생겨난게 아니라,  
그 감정이 원래 네안에 있었기에 그런 일을 끌어들인거라는 걸, 혹은 그런 가족이나 배우자를 택한 거란 걸 깨달으려고 해봐.

뭔가가 되게 좀 많이 이상하다는 걸 눈치를 채려고 노력해봐.  
그 감정들을 실은 네가 아주 좋아하고 있다는 것도 깨달아봐.

넌 그런 감정을 싫어한다고 생각했잖아? 근데 만일 싫으면 왜 굳이 힘들게 그걸 껴안고 있었겠어?

네 방이나 사무실을 둘러봐. 넌 네가 마음에 들어서 구매했고 간직해온 물건들로 둘러싸여 있잖아?  
맘에 안드는 물건은 살면서 누굴 주거나 버리거나 하잖아? 그 감정이 맘에 안들었다면 진작에 버렸겠지.  
넌 네가 가진 감정들을 아껴오고 좋아했으니까 지금까지 가지고 있었던 게 분명해.

그 감정이 널 휘두르고 너는 다만 그 감정의 피해자라고 여기겠지만, 사실은 그 반대야.

그 감정이 어떻게 생겨났든, 넌 실은 그 감정에 애착이 있으니 그걸 가지고 있었고 그걸 지켜주고 있었고  
그 감정이 사라지기라도 할까 봐 그 감정을 일으킬만한 일을 일부러 찾아서 하고 있었어.

물론 무의식 차원에서 말이야. 너의 의식적인 머리는 인지하지 못하지만, 너의 몸은  
자연스럽게 나쁜일 당할 장소에 가고, 당연한 듯이 돈 떼먹을 사람을 맘에 들어하며 함께 시간을 보내고 있었던거지.  
가족이라면 하필 네가 제일 못참는 일을 계속하는 웬수같은 사람하고 가족이 되어 있다거나.

감정은 집착인데, 그런 집착이 카르마를 만드는거고,  
수천년 혹은 수만년 되풀이했다고 여기는 (물론 다 꿈이긴 한데 어쨌든 여긴 아직 꿈속이잖아)  
것을 깨려면 절대 쉽지가 않겠지? 다람쥐 쳃바퀴 굴러온것처럼 이거 풀 때도 처음에 한동안 같은 감정 끌어올리며 쳃바퀴 굴려.  
상대를 비난하고 이유를 찾는게 쳃바퀴 굴리는거야. 수행한답시고 해봐도 똑같은 짓 하던 습이 있어서 똑같이 하게 되거든.  
그 사람만 떠올리면 지금까지 그 사람에게 해왔던 거- 나의 희생양으로 삼아서 비난하기 - 를 자동적으로 하게 되는거야.

그럼 어떻게 하나면, 분노를 풀때, 상대방에게 집중 하지 마. 상대방을 그냥 잊고 나만 봐.

내 안에 크나큰 분노가 있다는 것을 솔직하게 인정할 수 있을 정도로 분노를 보고 나면,

그 분노를 계속 쥐고 있으면서 상대를 비난했던 나자신의 마음을 보려고 노력을 하는거야.

내 마음은 그 일이 일어났던 당시 어땠나, 서러웠나, 슬펐나, 비참했나, 남의 눈치를 봤나, 찌질하게 뒷걸음질 쳤나,

배신감에 아팠던가, 두려웠던가, 내 마음이 어땠나를 돌이켜봐.

상대를 비난하는 내 마음은 어땠던가, 비난하면서 즐거웠던가 괴로웠던가, 죄책감을 느꼈던가.

상대를 붙들고 용서를 하려고 애쓰는게 아니라 - 애쓴다는 거는 용서하고 있지 못한 상태의 지속이기 때문에 쓸모 없는 짓이야

애쓰지 않을때, 놓아버릴 때 용서가 되거든 그게 참 역설적인 건데, 말장난 같지만 몇번 해보면 원말인지 알거야.

아무튼, 상대를 비난하던, 그 정도로 많이 아프던 이상한 나, 서러운 나, 못한 나를 꺼안고 애를 용서해야 하는거야.

구체적인 방법은 지난 글대로 하면 되고

상대를 용서하는 거랑 나를 용서하는 거랑 완전히 똑같다는 걸 몇 번 해보면 알 수 있을거야.

상대가 나쁜 놈인걸 밝히려고 하면 안돼, 이유도 찾아서는 안 돼.

상대방이 없는것이기 때문에 이유같은 것도 없는 거야. 없는 걸 계속 찾으니까 너무 괴롭지?

분노가 어쩔 수 없이 일어날 때마다 같은 차원에서 싸우지 말고 한단계 높은 차원에서 위에서 바라보려고 해봐

그 분노가 얼마나 이상한지 보려고 하고, 마음이 휩쓸리면 버피테스트같은 운동을 해.

화가 나서 주체가 안될때마다 1분안에 버피테스트 20개 하기 이런거.

자기 핵심 카르마를 풀 때는 운동을 뽀세게 하지 않으면 진척이 없어. 필수야. 난 살던 아파트 1층부터 꼭대기 층까지 뛰어서 올라갔다오기 이런거 많이 했어.

왜냐면 운동 안하면 도저히 할 수가 없을 정도로 그 에너지가 쎄. 자든가 휩쓸리든가 하거든.

해 보면 알텐데 이 때 운동을 하면 이상하게 말도 안되게 온 몸의 근육이 아프고 마음도 괴롭거든

그렇게 운동을 할때 나의 카르마를 거스르고 있는거야. 카르마가 깨져 나가면서 기존의 내가 죽어나가고 있는거야.

이렇게 뽀세게 안하고 싶으면 그냥 평소에 모든일에 용서하는 습관을 기르면 돼.

근데 속을 들이파지 않으면 좀 시간이 오래 걸리긴 걸려. 들이파면 힘들긴 해도 빨리 변화가 오고.

## 11.실전! 용서하기 3편

수행을 빨리 한다는건 어떤 개념인지, 또 과거를 굳이 들이파서 용서를 하지 않고 그냥 눈 앞에 일어나는 일만 용서해도 되는데 왜 굳이 불편하게 들이파서 하라고 권하는지 말해볼게.

우선 내가 보기에 한국인이라는 집단의식은 말이야 상당히 에너지가.. 뭐랄까.. 그냥 보통 수준으로 해서 될정도가 아니거든?

집착의 에너지가 굉장하고 마음자리도 크고, 물론 형상없는 차원에서는 다  
가짜지만,  
이거는 한국이라는 나라가 세계사에서 유래 없을 정도의 고속성장을 했다는  
점만 놓고 봐도 증거가 될거야.  
세상에서 제일 창의적이기도 하지만 부정적이고 비판적인 사람들이기도  
하잖아?  
마음의 운용강도나 규모가 큰 사람들이기 때문에 그만큼 마음의 저항력도  
썩어서, 웬만한 수행법으로는 좀 힘든 사람들과라고 봐.

빨리 가고 싶다면 우선은 이 세상 속에 살면서 반복되는 삶의 형태가  
지긋지긋해서 빨리 깨우치고 싶다는 강한 의사가 필요하지  
도중에 예고가 방해할 때 어려움만 주는게 아니야  
아주 멋진 애인이나, 많은 돈을 벌게 해주기도 해, 연애하거나 돈번다고 수행  
못하도록. ㅋㅋㅋㅋ  
그런 것을 즐길 수는 있어도 빠지지 않는 정도로 이 세상에서 벗어나고  
싶다는 기본 의지가 있어야 하지.

용서를 할 때 모든 용서가 그 깊이가 같지는 않거든  
차원이나 수준도 다 가짜이긴 하지만, 어쨌든 우리는 이 세상이 진짜인줄 알고  
살았기 때문에  
완전 깨닫기 전까지는 수준이나 차원이 지각될수밖에 없는거지

우선 머리로만 용서를 하고 가슴으로 용서가 안되는데 용서했다고 치자고  
여기는 건 용서가 아니지,  
또 마음으로 받아들여 용서를 했다 하더라도 그 강도가 엄연히 좀 달라,  
그냥 너도 불쌍한 놈이구나, 그래 이제 그만 놓아주자 하고 용서하는 거랑,  
아니 이럴 수가 내 마음이 이렇게 이기적이었구나, 세상에 저 놈이 나쁜 놈인  
줄 알았더니 내가 더 나쁜놈 이었네,  
용서할 게 없네 오히려 내가 용서를 빌어야겠네, 하고 절실히 깨닫는 용서량은



그 강도가 하늘과 땅차이란 말이야?

이런 정도의 강도의 용서를 불교에서는 "참회" 라고 하지.

이정도 참회를 해야 카르마를 깨는 정도가 되는거야.

그래서 왜, 부모를 원망하는 자식에게는 "날아주셔서 감사합니다" 라고  
말하면서 백 번 절하는거 매일 시키잖아?

처음엔 하나도 안 고맙다는 마음이 올라와서 씩씩대지만 계속 절하고 땀  
흘리다 보면

나중에는 내가 쌍놈 쌍년이었구나, 고마운점도 많았는데 하나도 안보고 나쁜  
점만 집요하게 찾았구나 하면서 참회가 되거든

그런것도 효과가 크고, 내가 해보라고 권하는 "말을 하면서 감정하고  
맞아떨어지는 말 찾아보고 감정 올려서 보기"는

그런걸 하다 보면 내가 처음 하는 말하고 나중에 몰입해서 하는 말하고  
다르거든?

예를 들어 누가 처음엔 미워 죽겠는데 자꾸 말하면서 풀면서 분하고 억울해서  
울기도 하다보면

숨겨왔던 그리운 마음이 올라와서 실은 사랑하고 있었구나 하는걸 알게 되는  
경우도 있어

또는 누구를 사랑해서 걱정 근심하며 챙겨준다고 여기는데 그 마음을  
풀어보면, 막상 그를 통제하려고 하고

사랑해서 해주는 걱정이 아니라 개가 내말 무조건 들어야 하니까 사사건건  
괴롭혔구나,

사랑한다고 여겼던 건 내 이런 독재자같은 마음을 감추려고 하는거였구나  
알게 되기도 하고

이쪽으로 가든 저쪽으로 가든 전부 다 가짜구나, 왜냐면 해보면 없어지니까,  
환상이고 집착이었구나,

마음의 구조가 이런식이구나, 한 쪽만 보고 다른 건 없는 척 속이고 있었구나 하는 걸 알 수가 있게 돼.

그걸 생각만으로는 알기가 힘들거든, 흠 뭐 생각만으로 알수도 있긴 한데, 이를테면 자기가 살아온 삶을 떠올려서 자기가 어떻게 행동했고 말했고 상대가 어떻게 행동했고 말했고 이런걸 아주 구체적이고 객관적으로 생각해거나 글을 써보면, 마음의 이기심의 패턴을 볼 수가 있거든, 그렇지만 고도의 지성을 가지지 않은 이상 그정도로 객관적으로 생각하거나 글쓰기가 쉽지 않을 뿐더러 시간이 꽤 오래 걸리고, 생각 자체에 마음이 휘돌리고 판단을 하는 습을 기를 위험도 있어. 그래서 입으로 말로 하는거지.

글보다 훨씬 빠르고, 자기 목소리를 자기가 들으면서, 나의 상위 차원의 마음이 그 소리를 듣고 있거든, 소리도 파동이거든, 그 소리를 내는 마음파동이 무엇에서 왔는지, 이기심에서 왔는지 아닌지, 나의 상위자아가 인식을 하게 되는거야, 그 인식이 마음에 다시 전해지고, 진실을 찾으려는 인식이 내면 더 깊이 들어가서 안보려고 했던 마음을 끄집어내고, 그걸 반복하다보면 패턴을 보게 되고, 패턴이 보이면 깨우치게 되는 식이야.

말을 하면서 몸을 쓰면서 자기도 모르게 말이나 행동으로 튀어나오는 마음을 보게 되는거지 심리치료 방법 중에 싸이코드라마 같은 거 있잖아, 그런 거도 효과 있어 이 문제에 대한 내 왜곡된 마음의 구조가 이런 형태를 하고 있구나 하고 하다 보면 전체를 보게 되는거야.

근데 왜곡된 마음이라는 게 하나의 구조를 보고 두개 세개 네개 구조를  
보다보면 다 그놈이 그놈이거든?  
에고가 하는짓이 다 똑같거든, 자꾸 보다 보면 자기 맘이든 남의 맘이든 척  
보면 형태가 뭔지를 알게 되는거지  
그리고 처음엔 말을 하고 감정을 느껴야 알아차릴 수가 있지만 나중에는 그  
마음을 깨는데 적절한  
질문이나 말이 무엇인지 직관적으로 알 수 있어서 바로 무의식에 접근하게  
되지

에너지체가 되어봐야 납득이 확실히 가겠지만 그래도 보통 답답한거하고  
후련한거하고는 구분되잖아?  
용서를 했는데도 막 되게 후련하지는 않다 이런 경우 무조건 제대로 용서를  
못해서 그렇다 이런 건 아니야,  
일부라도 용서를 하면 효과가 있어, 처음에는 그게 어떤 건지 잘 깨닫지  
못하는데,  
나중에는 그게 정말로 우주를 붕괴시키고 있다는 걸 알 수가 있어, 작은  
용서라도 실은 대단한 거거든,  
용서를 할수록 내 삶이나 내 성격이나 주변 환경이 변하는데, 그게 사실은  
시간과 공간을 붕괴시키고 있는 거였구나  
내 카르마나 내 주변 사람들 뿐 아니라 우주전체를 만든 환상을 종식시키고  
있구나 하는걸 나중엔 알게되거든

근데 그 용서하고 있는 게 자기 주요 카르마일 경우에는, 카르마라는게 파동이  
많이 모여서 막 얹혀있는건데  
감자나 고구마 캐는 것처럼 연결이 되어 있어서, 땅 속을 들이파서 감자 몇 개  
꺼내서 좀 속이 시원하지만  
아직 답답한데도 있고 그래서 보면 아직 속에 연결된 감자 몇 개 더있고 뭐  
그런 식이거든  
같이 줄로 연결된 감자 여러개를 다 같이 파내야 속이 뽕 뚫린듯이 시원하거든

수행을 빨리 한다는 것은, 감자 한 개씩 캐는 게 아니라 여러개 줄줄이 캐서 땀 뚫릴 때까지 한다는 뜻이야

이걸 실제로 말해보면, 참회할 때 자기 마음의 패턴을 보게 되면  
그 이기심과 냉혹함에 절절히 사무라치게 되고, 장이 끊어지는듯 마음이  
아프고, 기절할 듯이 충격받게 되기도 하거든.

이렇게 수행을 하면 양파껍질 벗기는 것처럼 무의식층이 열리면서 그 안에 있는걸 없애가게 되는건데,  
양파껍질 한 개만 벗기지 않고 한번에 여러 개 벗길 수 있는 거지, 그런 대신에 몸변화가 되게 빨리 오고, 주변환경도 확확 바뀌는거.

## 12. 무의식 속에는 무엇이 있을까 1편

오늘은 무의식 깊은곳에 뭐가 있는지 얘기를 해보자  
비위 약한 사람은 읽지 마시오...궁금한사람만 읽으시오... at your own risk..  
난 분명히 경고했다...

애초에 우리가 이 세상에 몸을 갖고 태어난건 왜 그러냐면  
신을 버렸다, 배신했다, 그래서 벌을 받을테니까 숨기 위해 그런거라고 했지?

그래서 무의식 마음 (진짜마음 말고 가짜마음, 착각하고 있는 미친마음)은  
통째로 "신에게 벌받을까봐 공포에 떨고있는" 마음이야.  
물론 착각이지. ㅎㅎㅎ 신은 인격을 갖고 있지도 않고 벌준다는 개념도 없어.  
죄라는 개념도 신에겐 생소한거고.  
즉 아무도 나를 벌 안줄거고 오히려 모두가 나를 기특해하며 사랑하고  
고마워하는데,

눈감고 귀막은 나는 나혼자 벌받을까봐 착각을 단단히 하고는 죽을듯이  
무서워서 벌벌 떨고있는 그런 마음이야.

내가 백회 열고 이후에 수행하면서 직장 다니면서 맨날 출근할 때마다 너무  
무서운거야

숨이 잘 안쉬어지고 엄청 비난받을 거 같고 아무 잘못도 안했는데 괜히  
직장 주차장에 차 대면 내리는데 심장이 벌렁벌렁 식은땀 나고  
그게 무의식이 많이 열려서 풀려나오면서 그런 거라는 걸 알긴 해도 힘들었지

이 공황장애 같은 거는 견성 이후에도 겪은 적 있는데 그 때는 쉬다가  
재취업하려고 면접보러 다닐 때였거든  
나는 견성하기 전에 백수로 우울증이 있어서 집밖에도 무서워서 잘 못나오는  
찌질이였는데

견성하니까 엄청 좋은 기분과 공황장애스러운 공포심이 왔다갔다 미친듯이  
오가서

면접보러 들어가기 전엔 막 죽을 거 같이 땀이나서 옷이 다젖고 무서워서  
발걸음이 잘 안 떼어지고

겁에 질려서 어떻게 면접을 보긴 보고 그런거 열 번 정도 하다 나중엔  
아무렇지도 않아져서 취업도 잘 되었는데

뭐랄까 나자신에게 노출치료를 시키는 느낌이었어 ㅋㅋ 공포스러운 거 계속  
보여주는 걸 노출치료라고 하더라 ㅋㅋ

아.. 참 견성한다고 다 이렇게 출렁이는건 아니야 그 사람의 의지에 따라..

나는 빠른 수행에 대한 의지가 아주 강했거든

약간 성격이 좀 과격한데가 있어서 불도저같은 성격이라 ㅋㅋ 우울증이  
건히니까 원래 성격대로 돌아오더라고

근데 이후에 백회 열고 그런걸 또 겪은거야 이번엔 뭐 면접 열번 정도가  
아니라 몇 년 동안이나

출근해서 직장 주차장에 차 딱 대면 그게 올라오대?  
예전처럼 걷지 못하거나 땀이 나서 옷이 젖을 정도는 아니었지만 혼날 것 같은  
느낌만은 더욱 생생했어  
나는 실적이나 평도 뛰어났고 거기다 직장분위기가 수평적이어서 날 혼낼  
사람도 없고  
자율적인 시스템이라 누가 뭐라 할 사람도 없는데도 논리적인 건 먹히지 않아  
무조건 죽을듯이 무서워

물론 차에서 내리기 전에 나름 해결을 하고 출근을 했지. 일부러 그거  
해결한다고 일찍 출근했고.  
점점 약해지다가 나중엔 월요일에만 그러더라.  
그게 완전히 사라지는데 기억은 잘 안나는데 최소 5년은 걸린거 같아.  
이후 직장내 부서나 환경이 바뀌어서 새로운 것에 적응을 해야 될 때면 또  
한동안 그러고.

백회가 열리고 영성체험하고 이런거 뭐 대단한걸로 생각하고 잘못 알려진게  
많던데  
그건 뭐냐면 무의식의 층이 많이 열려서-다른 말로 하면 무의식을 들여다볼  
수 있는 능력이 비약적으로 개발되어서  
안에 있는 걸 볼 수 있는 능력을 갖게 되는거야. 그 안에 있는 걸 볼 수만  
있는거지 아직 많이 닦지는 못해서  
(신성에게) 사랑을 받아서 줄 수 있는 공간은 아직 부족하기 때문에 한동안  
헬게이트 열린 기분으로 살아야 하는거지.  
당시에 내가 본 백회 연 다른 사람들도 마찬가지였어.

닦아낸 딱 그만큼 신의 사랑을 구현해낼 수 있으니 아직 별로 닦질 못했으니  
가혹한 마음은 별반 차이가 없고  
거기다 위협받은 예고가 노골적으로 잔인해지며 목숨걸고 날뛰며 온갖  
술수를 다 부리기 때문에

오히려 나나 남에게 더 가혹한 잣대를 들이대고 괴팍해지기도 하고 죄책감도 더 심해지고 처음엔 그래.

처음엔 가족에게 너는 수행했다는데 왜그러냐. 뭐 했냐. 이런 말을 듣게되지  
ㅋㅋㅋㅋㅋㅋ

기적수업엔 연습서가 있잖아? 맨날 정신 챙길 수 있고 제일 높은 힘에 의지도 할 수 있으니 훨씬 낫지

난 원리도 모르고 밑바닥에 뭐가 있는지도 모른채 어둠속을 헤매면서 겪으면서 간 편이라서 ㅋㅋㅋ

이거 뭔지도 모르는데 몇년 째 그러고 있어봐 사람 미칠 것 같지  
그래도 하루 하루 조금씩 조금씩 가랑비에 옷 젖듯 공포심의 규모가 줄어들더라

어떻게 보면 안 할 수가 없게 돼 수행 안하면 제대로 된 생활을 할 수가 없어, 너무 무서우니까 ㅋㅋㅋ 그리고 정신 안차리면 감정 휘둘러서 싸움 나니까, 매일 해야만 제정신으로 사회생활 할수있음

게다가 안하면 몸이 아프면서 억지로 수행이 돼, 몸도 이상하게 아퍼 몸살처럼 오는데

일년에 한 번 쯤은 지옥불에 타는것처럼 아프고 예전에 아팠던데는 다 다시 아프고

몸 아픈 건 남들은 안 심하더라 나는 카르마가 신체적 고통이 유난해서 그랬던거 같아

난 좀 열받는게 왜 아무도 깨달았다는 사람들은 백회 연 후의 체험에 대해 말해주는 놈들이 없던거냐?

뭐 그렇게 고상한 척만 하고, 가는 도중에 온갖 고생한 얘기는 안 해주고 진짜 좀 짱나

아 그리고 마음속에 쌓인 한이 얼마나 대단한지 한 2년 정도는 슬픔에 아주 많이 울게 돼

이거는 뭐에 대한 한이냐면 살아서 쌓은 한이 아니고, 실은 신으로부터  
떨어져나왔다는 외로움과 한스러움이야  
풀 때는 그게 뭔지까지는 깨닫지 못하니까 그냥 자기 인생의 한인 줄 알고  
푸는데 나중에 알고보면 그런거임 ㅋㅋ  
너무 많이 눈물콧물이 나고 코피도 연하게 나는데 난 4개월 정도 ㅋㅋㅋㅋ

기적수업은 우주가 사라지다를 보면 알겠지만 2번쯤 다시 태어나서 할  
정도로 시간이 좀 오래 걸리잖아  
나는 무조건 다 버려서 빨리 가고 싶었거든 조금해서 출렁출렁 하다보니  
빨지도 하고 시간낭비도 했지  
요새는 지구의 에너지장이 예전하고 되게 많이 달라 그래서 수행하는 사람들  
그렇게 힘들지 않을거야.  
이 정도면 그냥 공짜로 수행되는 느낌도 솔직히 있고 그리고 지구 에너지장이  
팽창을 하고있다 밀도가 많이 낮아졌어  
밀도가 낮아졌다는건 응집된 에너지가 풀린거 즉 한 맺힌 게 좀 풀렸다는 거기  
땀에 수행하면 많이 안힘들거야.  
지금 사실 꼭 수행이 아니더라도 의식성장 하기 되게 좋은 시기야. 앞으로도  
계속 이랬으면 하는 소망이 있네

암튼.. 무의식 마음은 처음부터 끝까지 통째로 벌받을까봐 공포에 떠는  
마음이라서  
못느끼고 있을 뿐이지 그런 마음을 가지고 다들 살고 있는거야.  
아무리 행복한 삶을 살고 있어도, 여기에 태어났다는 거 자체가 그걸 갖고  
있기에 태어난거야 그래서 모두가 있어.  
삶에서 힘든 일을 겪어서 자기 통제를 못 할 정도로 마음이 피곤하잖아?  
그러면 우울증이나 분노조절 장애나  
조현병 같은 거 있자나 그게 실제로 마음속에서는 그런말을 누구나 듣고  
있는거야,  
조현병은 그게 의식위로 올라와서 머릿속에 실제로 들리는 것 뿐이지



저번 글에서처럼 쓰레기 쌓아놓고 살게되는 거 등등 남들하고 달라서 그런게 아니라

우리 모두 다 속에 그런걸 갖고 있는거지, 자기자신을 쓰레기라고, 벌받아 죽어야 한다고 누구나 은밀히 생각해.

그래서 죽음이라는 환상이 있는거야, 죽음이라는건 신에게 없는 생소한 개념이거든,

벌 받을 존재라는 걸 증명해내는 게 죽음이야. 죽음은 신의 패배이자 예고의 승리지.

어차피 신을 배신했으니 어쩔 수 없다고 체념하며 예고에 기대어 살며, 신을 모욕하고 있다는 기분을 비밀로 하고 살고 있으며

이것을 의식에서 조금이나마 느끼는 사람은, 죄책감에 좋은 건 다 거부하고 숨어 사는 기분으로 폐 안 끼치려 노력하며 사는거야.

이 벌받는다느건 그냥 벌이 아니라, 상상할수있는 최상의 냉혹하고 잔인하고 고통스러운 살해이며 고문이야.

왜곡된 마음이 상상해낸 신은 최고로 무서운 신이고 그 신이 주는 벌은 상상초월로 무섭겠지?

인류 역사상 뭐 전쟁이나 고문, 마녀사냥, 홀로코스트, 생체실험, 연쇄살인마 등등 무시무시한 일들이 많잖아?

모두 이런 공포심이 상상해낸 환상이고 그걸 반복하고 있는 게 우리 삶인거지. 이렇게 극단적으로 가면 어차피 구원받을 수 없으니, 다 포기해버려서 세상을 파괴하고 사람을 죽이며

그걸 즐기면서 자신이 신을 대신해서 세상을 처벌하며,

한편으로는 언젠가는 붙잡혀서 처벌받길 바라며 살게 되면 그게 싸이코패스 연쇄살인마가 되는거지.

백회 열고 기분변화 뿐 아니라 에너지 차원에서도 그 무의식 덩어리 마음을 통째로 느낄 수 있게 되었는데

한마디로 미쳐버린 마음이야. 정신이 아득해서 미쳐버린 데다 미친듯이 땅을 판다든가 몸을 떼다든가 사지를 뒤틀고 공포심에 미쳐버린거지 그런 걸 안 보기위해 세상을 만들어내서 바깥으로 죄책감을 투사해낸거야.  
대부분의 사람들의 삶에선 저 정도로 무시무시한 일은 안 일어나잖아?

그런 무시무시한 일을 안겪으려고 세상을 만들어낸거야. 어쩌다 겪는 사람도 있지만,

대체로 나랑은 상관 없는 일이 되어버리며, 나쁜 놈만 저런짓을 하게 된다고 여기고, 대부분은 망각의 가면을 쓰고 살아갈 수 있지.

물론 그러다 자기 자신이 그런일을 겪기도 하지, 환생이라는 환상 속에서 여러 번 살인하고 살해 당하고 그러면서...

세상이 미쳐 돌아간다. 이런말 한번씩 하지? 우리 마음이 미쳤으니 미친 세상을 만들어낼 수밖에...

[기적수업]에 보면 미쳐버린 마음에 대해 처음에 이야기를 하는데 이거를 보고 어떤 사람들은

예수가 왜 미쳤다는 등 막말을 하냐고 싫어하는데 사실 그대로니까 그렇게 말하는것 뿐이야

그 미친 마음 다른 영성 서적이나 가르침 그 어디서도 말 안해줘, 그래서 내가 처음 기적수업 봤을때 얼마나 눈물이 나던지

너무 반가워서 또 방황하고 고생했던게 허튼짓이 아니었구나 잘해왔구나 싶어서

다른 사람은 안힘들었으면 해서 자꾸 추천하는거니까 마음공부에 관심이 있다면 꼭 인연이 되길 바래.

모두를 위한 교재는 아니지만 지상에 존재하는 유일한 탈출 실습서인 것은 확실해.

암튼 처음에 저런 미친 마음이 나왔을 때 수행터에서도 거부 당하고 나 자신도 이게 뭔지 모르겠고

보통의 슬프거나 서럽거나 분노하는 적어도 미치지는 않은 마음은 말이  
통해서 달래가며 용서도 하고 수행을 할수가 있는데  
이건 뭐 말이 안통해. 미쳤으니까. ㅋㅋㅋㅋㅋ 내가 말 걸어도 듣지도 않아  
답도 안해. 언어로 자신을 표현을 할 수 없을 정도의 미친 마음이야.  
오직 집중해서 의식 위로 떠올려서 받아들이고 의식의 힘으로 분해하는  
수밖에 없더라  
애는 눈이 안보여, 그냥 무조건 공격을 하는데, 공격기계야, 살인기계이고,  
턱을 딱딱 열었다 닫았다 하며 뭐든 닿는 건 물어죽이려고 해

너무 막대한 에너지라서 양적으로도 대단하지만 강도도 세고,  
마음으로 건드리기만 하면 몸이 펄쩍 뛰는데 전기충격기 붙여놓은 것처럼  
ㅋㅋㅋㅋ 신기하게 그와중에 무섭지는 않더라  
그냥 무덤덤함 차라리 출근전에 느끼는 감정보다는 처리하기가 쉽더라  
감정은 안느껴지니까. 그냥 에너지로 느껴지니까  
글고 나는 원래 시각 정보에 약한 사람이라서 눈에 뭐 보이거나 이러지도 않고  
마음으로 보이는 거는 있는데 이건 눈에 보이는거랑은 제법 다르거든  
나중에 알아차린건 너무 막대한 에너지는 감정으로 느낄수가 없는거더라,  
에너지로 처리를 어느정도 해서 규모를 줄여야만 감정으로 느낄수가  
있더라고

그러다 한 십년 지나면서 별별일 겪으면서 나중엔 그게 규모가 작아져서  
숨어서 집중을 깊이 해서 들어가야만 나올 정도가 되니까  
그제서야 좀 함부로 판단하는게 줄어들고 출렁출렁 많이 안하고 성격에  
여유도 좀 생기고 그러더라  
빈 자리만큼은 마음을 운용할 수 있게 되고  
[우주가 사라지다]를 쓴 게리 레너드도 그거 첫번째로 책이 나왔을 때 이미  
십년동안 [기적수업]을 실행한 후였거든  
이후 3권의 책이 더 나왔는데 또 10년쯤 걸렸고  
그래서 수행이란게 평생의 과업이라고 생각하고 가면 될거같아

### 13. 무의식 속에는 무엇이 있을까 2편

다시 한 번 어쩌다 우리가 이런 꿈속의 캐릭터가 되어서 하염없이 살고있는걸로 보이는지 이야기를 해보자.

[기적수업]이 좀 어렵다면, [우주가 사라지다]라는 책에 아주 구체적으로 나와있으니 참조하길 바래.

생명(혹은 신)의 세계에는 모든 게 다 하나다, 근데 그 중에 마음의 일부가 떨어져 나와보면 어떨까? 하는 상상을 했다

그 상상을 한 순간, 찰나의 순간, 생명이 아닌 그 모든것을 상상하게 되었고, 순간의 충격으로 일시적으로 미쳐버렸다.

신의 평화가 아닌 갈등, 전쟁, 죽음, 고통, 고문, 살인, 그 모든 것이 존재하는 우주가 통째로 상상되었는데

그 찰나는 지나갔고, 실수는 교정되었으며, 생명의 세계에서는 아무런 일도 일어나지 않았다

그러나 그 떨어져나오기를 상상해본 작은 마음 조각에게는, 처음 상상해본 '신 아닌 것'이 너무나 생소하고 충격적이었기에

충격적인 일은 생각하기 싫어도 머릿속에서 자꾸 생각이 나잖아? 그것처럼 본의아니게 계속 상상을 반복 플레이하게 되었다.

사람은 그 상상 속에서 반복 재생되는 캐릭터 중에 하나다.

사람이든 세상이든 이 통째 덩어리 뒷편에는 그 세상의 이미지를 투사하고 있는 정신나간 마음이 있다.

신성을 가진 자가 만들어낸 세상이 얼마나 다채롭겠어? 수많은 평행 우주가 상상 속에서 만들어졌고

그 안에서 있을 수 있는 모든 삶의 형태가 다 만들어졌다가 순간에 다 사라졌다.

우리의 삶도 다 시나리오가 정해져 있는데, 다층적으로 만들어져 있어서 매순간 선택에 따라

다른 결과가 나온다, 게임 화면처럼, 그렇지만 게임이 엔딩이 정해져 있는 것처럼

이 삶도 다 엔딩이 정해져 있다. 그래서 탈출구가 있는 듯 보이지만 실은 없는것이다.

세상 속에서 무슨 선택을 하든 조금만 시간이 지나면 퇴색되고 행복하지 않게된다.

다른 걸 하려고 해봤자 소용 없다. 결국에는 지긋지긋한 반복뿐이라는 걸 알게된다.

삶이나 세상 뿐 아니라 우주 전체가 통째로, 신성하거나 신비하게 보이려 애쓰는 속임수에 불과하다.

파동은 출렁출렁 진동운동 하는거지? 행성이 자전과 공전을 하면 그자리에서 가만있는게 아니기때문에

스프링을 늘려놓은 듯 전진하게 되는데 결국 파동형태랑 같다.

전자나 원자, 분자등등도 행성의 움직임과 별 다를바 없이 중심을 향해 돌고있다.

사람의 영혼도 무리지어서 환생하는 것처럼 물질의 구성도 몇가지 원소가 붙어서 분자를 이룬다.

태어나면 죽고, 사랑과 미움은 같은것이며, 파동처럼 갈등하다 짧은 인생이 끝나고,

죽었다가 영혼들의 세상에 가고, 다시 태어나고 이 모든 게 다 똑같은 꿈이다.

원래는 하나의 파동에서 온 것인데, 이 파동이 중첩되어서 다른 것처럼 보이지만 원래가 하나의 파동이기에 다 똑같은 거다.

이걸 가지고 요새 과학계에서 세상이 홀로그램이라고 말하기도 하잖아.

몸, 영혼, 에너지체, 아스트랄체, 뭐라고 부르든 개체성은 전부 사라져야 할 꿈속의 캐릭터이다.

몸이 물질이고 영혼이 반물질이라서 몸은 천하고 영혼은 귀하다 이런거 아니다. 똑같은 몸이고 다 버려야 할것이다.

쿤달리니 에너지 이런것은 성스러운게 아니다. 다 파동에너지로 다 버려야하는 에너지이다.

영성계에는 잘못 알려진게 너무 많다. 세상 속에 있는 물질이든 반물질이든 모두 다 똑같다.

뭐가 더 성스럽고 덜 성스럽고 이런 것 따위 없다.

다 똑같이 꿈이고, 상상이고, 다 버려야 할것이다.

이 세상에서 겪을 수 있는 생각, 감정, 느낌, 삶, 모두 다 파동에너지로 구성된 것이며

신성의 빛은 파동이 아니기에 흔들리는 파동에너지와 구분되며, 에너지를 감지할수 있는 몸이 되면 직접 차이를 느낄 수가 있다.

신성의 세계는 생명의 세계라고 했는데, 이 생명과 지금 우리가 살고 있는 세상 속에서 말하는 생명은 다른것이다.

진짜 생명은 하나가 통째이며 영원한데, 가짜 생명은 개체의 생명이며 언젠가는 죽음이 있다.

가짜 세상에서 죽음이라는 개념을 만들어 신과 대적하기 위해 미쳐버린 마음이 죽음의 대조로서 개별 생명을 만들어냈다.

그렇게 이 개체성의 꿈이라는 미친 마음은 자신이 신의 자리를 탈환했다고 믿기에,

신은 언제라도 자신을 찾아와 복수를 할테니 늘 방어해야 하며, 한순간도 실수 없고,

너무나 두려운 나머지 자기자신에게 먼저 벌을 주어서, 신이 나중에 나를  
잡아죽이러 찾아와도  
내 이런 불행한 모습을 보고 형벌을 좀 감해줄것이라고 믿게 되었다.

그래서 우리 삶이 때로는 너무 처참하고 가엾은 형태를 띄고 있는거다.  
그런 삶을 택한 개별 영혼은, 원래 다 존재하고 있는 시나리오 중에 하나를  
택해서  
'배우러' 온다고 하면서 자신의 선택을 합리화 하지만,  
영혼 세계도 꿈속이기 때문에 꿈이라는게 원래 좀 이상하고 말이 안되지않아?  
조금만 생각을 해보면, 자기를 체험 하려고 혹은 성장하려고  
고통과 고문과 살인과 죽음을 겪어봐야만 하게 설정한 것이  
얼마나 변태적이고 말이 안되는 것인지 상식적으로 생각해보면 당연한거다.

이런 뉴에이지의 신은, 사랑하는 자기 아이를 성장시키기 위해서 마구 때린  
다음에  
너를 사랑하니까 이렇게 너를 위해 때리는거야, 나도 마음이 아프다  
라고 말하는 학대하는 부모와 비슷하다.

아무튼 이제 글 제목에 맞는걸 좀 써보자. 무의식 속에 있는 마음, 까지는  
이야기 했고  
그것이 무엇을 바라고 있는지 다음에 쓰겠다고 했지?

당연히 그건 신에게 도움을 청하고 있지.  
이렇게 아프니 제발 좀 도와달라고, 아무리 내가 부족하고 돌이킬 수 없는  
잘못을 저질렀고  
추하고 볼품 사납고 모든걸 박탈 당한 존재라고, 죽을 죄를 지었고 당신을  
배신했다 해도,  
그래도 감히 살고 싶으니 나 좀 살려달라고, 내 손좀 잡아달라고, 너무 아프니  
외면하지 말라고 절규하고 있지.

미쳐버렸으니 어떻게 도움을 청해야 하는지도 모르고 아프다고 고통에 찬 비명을 지르고 있지.

이 세상 속에 있는 모든 개체로 보이는 마음들은 하나같이 그렇게 말하고 있어.

그런데 우리에게 그 마음의 소리가 잘 안들려.

내 안에, 도움을 청하기는 커녕 신을 원망하는 소리만 들리는 것 같잖아? 왜 그럴까?

도움받을 수 없을 거라고 단단히 믿고 있거든. 죄인이라고. 절대로 구원받을 수 없다고.

그래서 그 목소리가 들리지 않아. 눈 감고 귀 막았거든.

자기자신이 도움받을 수 없다고 믿고 있으니, 그 믿음을 깨지 않으려면, 타인의 고통에 찬 외침도 들리지 않아야 하는거지.

자기나 타인이나 원래 한 마음인데, 그렇게 보이는 것 뿐이지. 아무튼,

타인이 도와달라고 고통에 몸부림치는 소리가, 내게는 화를 내고 짜증을 내는 걸로 들려.

그걸 도와달라는 몸부림으로 올바르게 받아들이 버리면,

나 자신도 도와달라고 몸부림치고 있는 걸로 올바르게 보게 될 수밖에 없거든.

그러니 나는 누군가의 도움 요청을 짜증으로, 공격으로 받아들이고 방어하려 하는거지.

나 자신이 도움이 필요한 가엾은 존재라는 걸 인식하게 되면 어떻게 될까?

신 없는 이 세상을 내가 만들어, 진짜 신을 배신하고 가짜 세상을 만들어 신 노릇을 하는

오만한 나에 대한 인식이 허물어져 버리지 않겠어?

게다가 내가 불쌍한 만큼 타인도 불쌍하다는 걸 언젠가는 인식하게 되겠지?



또한 그 허물어져 버린 인식의 틈으로 진짜 세상의 목소리가 들려오면  
'도움을 갈구하지만 받을 수는 없는 나' 라는 허상 또한 허물어져 버리겠지?

다음번에 누군가가 나에게 짜증이나 화를 내는 거 같으면,  
이 사람은 괴로워하며 도움을 청하고 있구나, 이걸 보여주는 내 마음도 똑같이  
괴로워하고 있겠구나

하고 생각해봐. 쉽지 않지만, 나도 늘 잘하진 못하지만,  
한번만 그렇게 진실이 보이고 들리면 그 다음부터 조금 더 쉬워질거야.

## 14. 무의식 속에는 무엇이 있을까? 3편

댓글 중에 미루는 거에 대한 해결책이 없는지 질문이 꾸준히 나오는데  
나도 미루는 거에 많이 걸리는 사람인데  
이거는 뻥썩 운동을 하는게 가장 빠른 해결책이야  
나도 정신이 해이해지면 매일 아파트 계단 꼭대기 층까지 올라가기 아님  
버피테스트 이런 거 하는데  
정신 차리는 데는 뭐 명상이니 정신수양이니 이런 거 따위보다 뻥썩 운동이 젤  
효과가 확실하고 빨라.

귀차니스트들을 위해 한마디 하자면 1분동안 엄청 격하게 하는 운동 이런거  
있거든 한번 찾아봐..  
나도 귀차니스트 9단이라.. 때로 살면서 운동한답시고 운동복 챙기고 밖에  
나가 차타고 이런거도 귀찮을때도 있잖아.

그 답에 이런 짓은 좀 덜 하기를 바래.  
자신을 학대하는 환경을 조성해놓고 성장하지 못하는 자신을 탓하는 빨jit  
즉 성장하기 힘들게 설정해놓고 성장하지 못한다고 타박하기

- 우리 모두가 아주 잘하는 것이지. 이를테면 어지르기 쉬운 환경을 조성해 놓고 안치운다고 비난하기  
우린 이런 면에서 전문가야. 아니면 이 행성에 태어나지 않았을거야.

## 예를들어

가족, 사회, 집단내에서 규칙을 정해놓지 않거나 애매하게 해놓아서,  
아무렇게나 행동해도 되는 환경을 조성하고는,  
자기 맘에 안드는 행동을 하는 사람을 비난하기  
- 규칙을 의논해보고 정해서 붙여놓고 지키려고 해보든가, 그게 귀찮으면 비난하지를 말아야지.

다른 사람이 정해놓은 규칙에 따라 행동해야 되는 집단 안에 있어서 내가 그 규칙을 바꿀 수 없고,  
그 규칙에 맞게 행동하지 않는 사람이 있어서 비난하기  
- 그사람이 주는 실질적인 피해로부터 벗어날 수 없다면, 적어도 감정적으로 차단은 할 수 있는데,  
그러지도 못하면서 괴로워한다면 그건 그 사람 탓이 아니라 내 감정을 내가 맘대로 못하는 내 탓이지.

술이나 담배나, 혹은 나를 비인격적으로 대하는 친구나 애인이나, 뭐든 내가 좋아서 그걸 끊지않고 즐기고 있으면서, 그런 것을 나쁜 것으로 규정하고 자신이나 타인을 탓하기  
- 그걸 끊는 방법을 찾아보고 실행하든가, 누구든 탓하는걸 그만두든가 둘중에 하나만 해야지.

나 혼자 일 다 떠맡고는, 다른 사람들은 책임감도 없고 나만 희생한다고 생각하기.

- 그 일을 다 떠맡지 않고 융통성있게 피해 안주면서 덜 맡을 수도 있지 않았을까? 주변에 그런 사람도 분명히 있을텐데?

뭐 이런 예를 들어보자면 끝도없지

저런 예시들의 공통점은, 자기자신을 피해자로 만들고 싶은 욕구에 따라 우리는 살아가고 있다는거지.

왜그런지 알아?

가해자인 걸 숨기고 싶기 때문이야.

무의식 속에는 살벌한 킬러가 있거든.

피해자와 가해자는 같은 것의 다른 표현일 뿐이야.

이세상은 파동으로 구성된 세상이라니까?

그래서 갈팡질팡 이랬다저랬다 좌충우돌 이게 좋을까 저게 좋을까

만나지 않으면 보고싶고, 막상 만나면 아주 잠깐 좋았다가 죽어버리고 싶고

이게 이 곳에서의 삶이라니까?

우린 이런 갈등을 너무 좋아한다니까? 좋아서 그러고 있는거라고

안그러면 이 세상에서 몸을 유지하고 있을 수가 없어, 몸은 파동의 왔다갔다가 만들어 낸 거거든

내 몸 내가 만든 거 아닌데?

- 니가 만든거 맞다니까? 니 몸만이 아니라 가족도 환경도 전부 자기가 만들어낸거야.

내 인생은 내 마음에 안드는데?

- 니 의식이 아니라 무의식이, 정확히는 무의식의 에너지체가, 자기한테 그런 인생이 가장 흡족하겠다고 상상해서 만들어낸거야.

이런걸 카르마라고 하지.

카르마는 에너지체의 감정적 집착인데, 커피 처음에 어찌다가 중독되지?  
커피마시면 즐거우니까 즐기다가 중독되자나?  
나중엔 중독되고 나면 별로 즐거운줄도 모르고 계속 하게 되지.

왜 그런 게 즐겁지? 변태같잖아?

- 그건 전에도 말했지만, 신으로부터 신성을 탈환해 세상을 만들었다는  
죄책감으로 인해  
상상된 신으로부터의 형벌을 피하기 위해 자기 자신에게 벌을 주고, 고통을  
갈구하게 되어버렸지.  
무의식은 의식하고 완전 반대거든. 무의식에서는 쾌락이 고통이고 고통이  
쾌락이야.  
성적 쾌락과 신체적 고통의 파동은 정확히 같은 파동이야.

대충 무슨 소린지는 알겠는데.. 내 삶에 적용해보면.. 전혀 모르겠는데?  
거부감 드는데?

- 그걸 쉽게 알게 되어 있으면 그게 의식이지 무의식이냐? 무의식은  
감춰져있고 숨겨져있는게 무의식인데.  
거부감이 들도록 만들어져 있으니 지금까지 수천 수만년 수백 수천번 거듭  
태어나는 꿈을 꾸면서 못 깬거지.  
여기 엄청나게 정교한 꿈이야. 깨어나는 거가 불가능에 가깝도록 설정되어  
있어.

아니 이런 학대하는 부모를 내가 만들어냈다고?

- 그래 니 무의식이 그게 좋아서 그런 삶을 택한거라니까?  
어렸을때 순수하고 아무것도 모르던 시절에 너는 피해만 당했으니 얼마나  
고결해?  
너는 절대적으로 죄 없다고 여기고 살 수 있지.

아니 이런 거지같은 직장상사를 내가 만들어냈다고?

- 그래 니 무의식이 거지같은놈한테 지배받는 것처럼 보이면서 피해자 코스프레 하는 걸 좋아해서 그걸 상상중인거야.  
뿐만 아니라 매일 그놈한테 나를 공격해라!!! 하고 명령하고 있다고.  
그 놈은 니가 만들어내는 인조인간 같은 거라고. 그 놈 뿐만 아니라 니 몸도 니 의식이 꿈꾸는 상상이라고.

아니 내가 사고 당한 것도 내가 원했던 거라고?

- 니 세상에서 너는 신이기 때문에 니가 원치않는 일은 하나도 안 일어나.  
니가 왜 그런 걸 원한건지는 나도 모르지. 니가 직접 알아내야지.  
무의식은 미친 마음이라니까? 논리적인 걸 기대하지 말라고.

아 나는 그런거 전혀 알고 싶지 않고 보고 싶지 않다.

- 아무도 강요 안해. 근데 이 글은 어쩌다 보게 된거냐? 그것도 우연이 아닌데.  
알기 싫은 놈하고 알고 싶은 놈하고 둘중에 누가 진짜 너냐?

수행이 왜 힘든지 알아? 거부감 들고, 너무 잔인해 보이고, 냉정해 보여서  
알고 싶지 않은 진실을

기꺼이 알아내려는 마음을 가져야만 그걸 알게되고, 또 그걸 마음으로  
인정하고 받아들여야 하기 때문이야.

자기가 알던 가짜세계는 무너지고, 진짜세계가 서기까지의 과도기에는,  
냉혹한 진실(모를때는 냉혹한 진실인데 알고나면 별것아닌 환상)을  
받아들여야 하는 시기가 있어.

받아들이면 그때서야 그게 가짜이고, 내게 영향을 끼치지 않음을 깨닫게  
되거든

그 전까지는 그것이 그 사람에게는 지극한 현실인거지.

## 15.무의식 속에는 무엇이 있을까? 4편

안녕 친구들 또 꼬적꼬적 써본다

무의식속에 있는 무서운 것들을 이야기하고 있어서  
안좋고 힘든거만 있는거 같은데 그런거 왜 보려고 하나 이런 생각도 들 것  
같은데

수행해서 좋은 것은, 얼마나 좋으냐면,  
몇천년을 온갖 고생 해가며, 있는지 없는지 확신도 못하면서 찾아헤멘 것을  
드디어 찾아낸, 말로 표현할 수 없는 안도감이야.

고아로 가난하고 비천하게 평생 살다가 날 아주 사랑하는 엄마 아빠가  
있었네? 하는걸 깨닫게 되는듯한 기분이지.

절벽에 매달려서 이거 놓으면 죽는다고 악을 쓰다가, 막상 놓았더니 바로 조금  
발밑에 땅이 있었네? 하는 기분이고.

세 가지 예시를 들었는데 이런것들은 수행 극초반에 느끼는 느낌이고, 수행이  
깊어졌을때의 느낌들은 말로 형언할 수 없어.

그나마 비슷하게 말해 보자면

존재하는 모든 게 날 사랑하고, 날 경배하고 있는걸 알게 돼. 왜냐면 내가  
그들에게 생명을 주었기 때문이지.

모든 게 살아있고, 어린이 만화나 동화 속 세계처럼 자신의 생명의 기쁨을  
노래하면서 내게 고마워하지.

근데 그런 좋은거 이야기해서 실질적으로 뭐가 도움이 되겠어?

말이라는 게 정확한 게 아닌데. 오해하기 딱 좋지. 미친 소리같이 들리지 않음  
다행이고.

그리고 나도 아직 갈길이 멀기에 늘 그안에 있지도 않고 힘쓸리기도 하고  
무기력해지기도 하고 뭐 그래.

대부분의 영성관련 책이나 가르침들이

진짜 좋은건 이야기 하지도 않고 애매하게 고요한 상태만 이야기하고  
진짜 해결해야 할것은 아예 외면하고 이야기해 주지 않기 때문에  
뭐가 있는지 알아야 해결도 할 수 있을 거 아냐 그래서 해결해야 할  
'무서운'것들이 뭐가 있는지 위주로 이야기를 한다.

당장 해결하지 못해도 그런게 있다고 알고 살면 조금씩 인식 안에 보이기  
시작하거든  
보이고 뭔지 알아야 해결할 마음도 먹게 되고 언젠가는 벗어나고 싶다고  
여기게 되니까.

무의식 속에 있는 죽음에 대한 갈망에 대해 이야기를 할건데  
죽음이라는 건 이 세상이라는 프로그램의 기본 셋팅값이라고 비유해서 말한  
적 있지?  
신의 세계는 생명의 세계라 죽음이라는 게 없어. 신의 세계의 빛은 파동빛이  
아니야.  
파동은 이쪽 갔다가 저쪽 갔다가 이거였다가 저거였다가 하는건데  
신의세계에는 그런게 없어.  
그냥 완벽함만 있을 뿐이야. 아무것도 할 필요가 없는 완벽함.

보통 사람도 이걸 살면서 경험해볼 수 있는데,  
감동 받을때 생각해봐. 감동도 어떨 때는 작지만 어떨 때는 인생을 바꿀만큼  
크지?

감동을 느끼는 그 순간 잠시나마 시간이 멈추는 듯하고, 찰나지만 완벽한  
순간을 경험하고  
마음이 따뜻해지면서 혼자가 아닌 것 같은, 함께인 느낌이 들고, 안심되며,  
저사람을 위해 나도 무언가를 해주고 싶다, 살아있기를 잘했다 이런 생각이  
들잖아?

내 말은 감동이 좀 깊을 때 말이야? 사람에 따라 감동을 거의 못느끼는 사람도 있더라고.

이 감동의 순간이, 마음이 신의 세계에 존재함을 기억해내게 되는 순간이야. 실은 원래 우리는 늘 신의 세계에 있거든, 신의 세상 밖에 있다는건 우리의 착각이야.

근데 우리의 지각을 흐리는 안개구름같은 파동에너지가 뭉게뭉게 우리의 지각을 가리고 있는데  
그 파동에너지가 세상의 사람이나 사물을 만들어내는 것처럼 보이는거야,

이 뭉게뭉게 구름같은 파동에너지 덩어리는 우리의 상상일 뿐이기 때문에 (뭉게뭉게는 비유일뿐이고 실제로는 따가운 전기신호로 느껴짐)  
그 너머를 보려고 하면 볼 수 있어, 하지만 그 구름덩어리는 두려움의 산물이기 때문에  
두려움 너머를 보는 것을 두려운 일로 여기고 있기 때문에 보지 않으려고 하는거야.

감동을 받을 때는 자신의 마음이 그것을 두려운 일로 여기지 않기 때문에 자기도 모르게 그 너머를 보게 되고, 마음은 결합하는 특성이 있기에 신의 세계를 본 나의 마음은 전체의 신의 세계와 결합하여 자기가 누구였는지, 신의 세계에 있는 걸 알고 있던 그 때 어떤 기분이었는지를 일시적이거나 체험하는 거야.

따라서 감동을 자주 받으려고 의식적으로 감동적인 이야기나 영상을 찾아보는건 수행에 도움이 돼.

그리고 수행을 해서 마음의 파동에너지가 열어지면 시도 때도 없이 감동을 받게 되고

감동이 조금 더 깊어지면 불교에서 말하는 삼마디 혹은 사마디? 라고 하는 순간들을 체험하게 되는 거야.



이런 체험들도 깊이가 있는데, 그게 깊어지고 자주 오면서 생명의 실체를 기억해내게 되는거지.

자 이게 좋은 이야기를 했으니 무서운 이야기(?) 도 좀 해보자.

무의식을 한마디로 이야기 하면 죽음을 갈구하는 마음이야.

죽음을 너무나 사랑한 나머지 죽음을 바라며, 상대에게도 죽음을 주려고 하는 마음이야.

죽음은 소멸에 대한 믿음이거든, 마음은 결합하고 소통하는 전체성의 특성이 있는데

그 마음을 부인하고 혼자가 되어 결합하지 않고 소통하지 않으려고 하는 이상한 고집이

죽음이라는 형태로 나타나며, 이 죽음을 주고 받는 것은

'신을 배반하고 나혼자 몰래 만들어낸' 이 세상에서

나를 신으로 만들어주고 내가 버린 신의 무능함을 상징하는 것이 되지.

따라서 죽음을 갈구함은 곧 신에 대한 두려움이며, 두려운 신에게 결코 돌아가지 않으려는 의지를 뜻해.

좀 어렵게 느껴질지 모르겠는데 간단하게 말해보면

네가 어떤 좋은 친구를 배신했다고 믿어, 막상 그 친구는 네가 한

나쁜행동이나 말들을 장난이라고 여겨서

네가 무슨 생각을 하는지도 모르고, 그친구에겐 여전히 네가 좋은 친구야.

하지만 넌 그 친구를 배신했다고 믿기에, 죄책감을 갖게 되고,

다시는 그 친구 주변에 얼씬거리지 않음은 물론, 그 친구를 아는 사람에게서도  
종적을 감추려고 하는거지.

그런 자신이 싫지만 친구가 자신을 용서해주지 않을거라고 굳게 믿어서,

살면서 계속 자신을 비난하면서 같은 행동을 되풀이 하게 되어서

영원히 친구 주변에는 가지 못하고 두려워서 계속 피하면서, 친구에 대해  
좋았던 기억은 거의 잊어버리고  
친구를 떠올리면 두려운 마음만 들기에 친구는 마음속에서 두려운 존재가  
되었고,  
혹시라도 그 친구가 다가오지 못할만한 나쁜 짓을 하면서 살게 되는거지.

나쁜 짓을 하면서 살게 되다 보니, 양심도 사라지고, 그 친구 때문에 내 신세가  
이렇게 되었다고  
아예 그 친구를 만나지 않았더라면 지금 멀쩡하게 잘 살고 있을텐데 하고  
비난하면서  
점점 더 폐쇄적이 되고 마음속에 친구를 미워하게 되는거지.

물론 이 비유에서 친구는 신이야. 네 마음속에 신이 친구처럼 친근하게  
느껴지고  
언제든 도움을 청할 수 있고 그럴때마다 항상 나를 도와준다고 느껴지지  
않는다면 신에 대한 두려움이 있는거야.  
신은 거리낄 것이 없기에 너를 거부할 일도 없으니, 그 두려움은 네가 신을  
거부했기에 있는거지.  
무한한 생명을 신이라고 표현하는 이유는 완벽한 소통과 전지전능함을  
표현할 다른 표현이 없기에 그렇게 말할 뿐이지  
신이 인격을 가지거나 개체성을 가지고 있지는 않아.

## 16. 구도자가 피해야 할 지뢰밭

도둑는 사람들 봐오거나 직접 수행하면서 겪은 지뢰밭들 정리해봄  
구도자라든가 도둑는다 등의 단어 쓰니까 뭐 좀 진지하게 들리는데 내겐 사실  
저 단어들이 쓸때마다 좀 웃겨서 ㅋㅋㅋ

웃자고 쓰는거야 딱히 다른 단어도 생각 안나고 ㅋㅋ 강 재미로 보라

각종 영성서적이나 도둑은 사람을 섭렵하고 쫓아다녀보며 수행법이 옳은가  
그른가, 나한테 좋은가 나쁜가, 생각하며 판단, 분별하기

-> 이 수행법으로 이득을 보겠다는 마음을 버리고 직관/상위자아에게 판단을  
청하기

좋은 느낌이 들고, 더 알고 싶고, 해도 괜찮을 것 같으면 괜찮은거임.

너무 이득보려고, 너무 효율적인거 찾고 이러지 마셈.. 다 자기에게  
필요하니까 그걸로 하고 있는거임..

하루라도 해보는게 이득이지. 따지면서 완벽한 결론이 올때까지 미루면  
그동안은 성장이 없잖아

아니다 싶으면 그만하라는 신호가 오겠지. 그때까지는 하면 되지.

내가 수행해서 도가 되었나, 저사람이 수행해서 도가 되었나 판단, 분별하기

-> 따지는거는, 따지는 주제가 뭐든지 상관없이 강 따지는거임.

따지는 놈 없애는 게 수행이기에 따지고 있는 동안은 못 없애고 있는거임.

내 마음이 저사람을 공격하고 있는건데, 저사람이 나를 공격하고 있다고  
여기기,

저사람이 에너지파동으로 내게 살기를 쏜다고 여기기

-> 여타 수행단체들에서 흔하게 범하고 있는 오류임

조금 닦아서 오라나 파동이 보이거나 느껴지면 흔하게들 하는 실수로 경지에  
이르렀다고 주장하는 수행지도자들도 이런 짓을 잘함

남의 마음같은 거 없음, 전부 내 마음임

수행을 해야 하니 가족이고 직장이고 책임이나 의무를 버리고 산속이나  
골방에 들어가기

-> 원래 수행은 삶으로 수행을 하는거임 다만 지구, 인류의 상태가 너무  
조작을 당해와서 울화가 많아서 그렇게 하기가 힘드니까

삶으로 수행을 하기 쉽도록 한이 맺힌 것도 좀 풀고 용서할 사람도 용서를  
하고 그렇게 먼저 정돈을 하는거임  
미친 세상 한복판에서 감사한 마음으로 하루하루 자기 할일을 해내고  
남들을 돕고 즐겁게 해주고 본인도 행복하게 살고 그렇게 하려고 수행을 하는  
거임  
단절되려고 하는게 아님 통합되려고 하는거임

집안은 지저분하고 미룬 일도 많은데 명상수행 하고 있는것  
-> 때로 너무 힘든 감정이 올라오면 한동안 그럴수도 있다, 그렇지만 이게  
만성적인 상태라면  
명상수행을 도피처로 삼고 있는 것일 뿐임

도를 닦을수록 세상에서 못하는 것이 더 많아짐  
-> 못 먹는 음식이 점점 더 많아지고, 못 만나는 사람, 못 하는 일이 점점 더  
 많아지는 건 도 닦고 있는게 아님  
그냥 도라는 핑계로 자기자신을 가두고 있는거임. 분노=두려움 을  
깨지못하면 그렇게 됨  
도 닦는답시고 내면의 울화를 버리지 못하고 감정을 부인하며 앉아서 참선만  
하다보면 이렇게 되는 경우가 많음... 안타까운 일이지  
도 닦을수록 이세상에서 할 수 있는 일, 잘 하는 일이 갈수록 더 많아지고,  
걸리는 것이 갈수록 적어져야 함.

근엄하고 진지하고 거룩해짐  
-> 견성만 해도 기뻐서 대로 한복판에서 춤추고 싶은 기분이 됨,  
그 기분이 진짜임. 근엄하고 진지한 기분은 두려움임. 역시 분노=두려움 을  
깨지못하면 그렇게 됨  
유머감각이 살아나서 남들을 웃겨주게 되지, 진지해지지 않는.

수행 잘되어서 하는 일이 다 잘되어 돈이 너무 잘 벌려서, 혹은 이상적인 애인이나 배우자를 만나서 그에 빠지기

-> 빠져 있는 동안은 당연한 말이지만 수행이 안됨은 물론  
마음의 갈등이 심해져서 초반에 알아차리지 못하면 개고생을 하게 됨

에고의 힘으로 수행하기 (최악의 빨짓)

-> 자신을 극복하려고 자신을 부인하거나, 몰아부치거나, 이겨야 한다,  
심지어 과거의 나를 죽여야 한다는 식의 수행하기  
극복해야 할 자신을 만들어놓고, 넘어서야 할 적을 만들어 놓고 그걸 이기려는 행위임

개고생이 원지 알고싶다면 해보기 바람

개고생은 그렇다치고 마음을 잘못 쓰기 때문에 되돌이킨다 해도 부작용이 남게됨

부인하는 것은, 그것이 있다는 것을 인정하는 것이기 때문에, 부인하는 수행법은 당장은 효과가 있지만

시간이 지날수록 부인하는 에고가 강해져버려서 진리로부터 갈수록 멀어지게 됨

이 세상도 이 몸도 다 가짜라는 공 의 상태에 머무르기

-> 정말 혼한 오류임, 신의 세계에 머물러야지 왜 공의 세계에 머무르냐  
신의 세계는 끝없는 축복과 기쁨의 세계이기때문에 공한 상태는 역시 분노=두려움 을 깨지못하여  
스스로 만들어낸 껍질같은거임. 그걸 깨고 기쁨의 세계로 가야 함.

평화로운 마음에 머무른다고 느껴지지만 주변 환경은 긍정적이지 못하고, 가족, 친지, 친구들은 불평불만하거나 몸이 아프다

-> 역시 분노=두려움 을 없는척 안보고 깨지못하여 자기만의 세상을 만들어내서 그안의 평화를 누리는 상태임

제대로 도닥으면 주변은 내마음의 투사물이므로 주변에 고맙고 감사하고  
예쁜짓하는 사람들이 대부분이 되게 됨

다른 사람은 내 마음이 만든 투사물일 뿐이기 때문에 진지하지 않게 여기고  
외면하거나 무시하기

-> 역시 분노=두려움 을 깨지못하여 움츠러든 상태임.

다른 사람은 내 마음이 만든 투사물일 뿐이기 때문에 신의 사랑을 퍼부어주는  
연습대상이 되어야함

즉 먼저 손내밀어주고 사랑해주고 웃어주고 아프면 달래줄 수 있어야 함

본인이 도인이므로 주변의 실수나 잘못을 모두 웃고 넘기며, 넘기지 못하는  
사람은 도가 덜 되었다고 여기기

-> 역시 분노=두려움 을 깨지못하여서 타인의 분노와 두려움도 건드리지  
않으려 노력하는 상태일뿐임

만일 어떤 사람이 매우 게을러서 자기 역할을 못하고 있다고 치자

내가 이 사람의 배우자나 부모나 직장상사나 어떤 책임이 있는 사람이라면  
이 사람에게 그냥 웃어주면서 사랑해준답시고 냅두는 것은 그냥 방임하는  
것일 뿐임 이건 사랑이 아니지

도를 닦으면 마법처럼 주변환경이 정리되고, 좋은일이 생길 거라는 믿음

-> 정확히는 도를 닦으면 아름다움과 정돈된 것, 기쁜 일을 좋아하고 추구하게  
되는거지

별 것 안하고 있는데 자동적으로 그렇게 되는 건 아니다.

오히려 청소하면 먼지나고 가구 들어내면 거미 나오듯이

한동안 주변에서 시끄러운일이 터지듯 나오기도 하고 힘든 일도 생기고  
그런다.

귀신의 세계를 보면서 신의 세계를 보고 있다고 착각하기

-> 신의 세계는 영원한 기쁨과 영광만이 느껴지고 소통하고 확장하는  
사랑일뿐  
뭐가 보인다, 들린다, 남의 오라를 보고다닌다, 미래나 과거를 예언한다,  
이런거  
수행하다보면 이런 능력은 어느정도 부가적으로 따라오긴 하지만  
이런 거에 집중해서 이런 능력을 개발하게되면 예고를 이용해 수행하는  
것만큼이나 부작용이 남게됨  
어차피 죽어서 몸뚱이 없어지면 순간이동, 텔레파시 다 하게 되는데 뭐하러  
이런 능력 얻으려고 노력하냐

이것은 본인의 카르마이니 그 업보를 다 살아내야 한다는 믿음  
뭔 고승들이 사람잡는 소리 잘함. 카르마는 본인이 죄를 지었으니 그렇게  
처참하게 살아야 한다는 잘못된 믿음에 불과함  
죄 지은 적이 없기 때문에 그렇게 살아야 할 필요가 없는 거라는 걸 알게되는  
게 수행임  
그 믿음을 깨게 해주어야지, 그것대로 살아야 업보 닦는 거라는 주장은 사람을  
두 번 죽이는 거임

예고가 수행을 방해하는 데는 아주 다채로운 방식들이 있지요  
그 외에 또 여러가지가 있겠지만 글이 길어지는 관계로... 그럼 오늘도 피스

## 17. 무의식 속에는 무엇이 있을까? 5편

여기서 말하는 무의식은 집단무의식으로, 각자 다른 무의식이 아닌, 우주  
전체를 만들어낸 무의식을 말하는것임  
내 글은 우주를 만들어낸 의식이, 미쳐버린 신이 만들어낸 다 버려야 할  
가짜에 불과하다는 기반을 깔고 말하고 있음

오늘은 특히 좀 그로테스크한 내용이 될테니, 그런 미친 무의식이 뭘 하고 있는지 알고 싶은 사람만 봐

**난 경고했다.. 감당할 수 없다면 읽지마라.** Read At Your Own Risk! 너의 예고는 소중한니까... (?)

지난번 글에서 무의식안에는 죽음에 대한 갈망이 있다고 했지?

피해자와 가해자가 같다고도 했어.

이런 말을 하면 조두순이한테 당해도 그런말이 나오겠냐 이런소리가 나오기 마련이지,

그렇지만 사실 글 반응이 생각보다 너무 점잖아서 오 ~ 정말 의식성장의 시대가 도래했나보다 하고 좀 놀랍기도 해.

여기가 무슨 수행 게시판이 아닌데 의식성장을 하려고 애쓰는 사람들이 생각보다 많아서 놀랍기도 하고!!

그럼 본론으로 들어가서 지구에서 일어난 살인에 대해 이야기 해보자  
고대로부터 내려온 순장이나 영아살해, 희생제물 바치기도 있고, 고문이나 살해방식도 뭐 사지를 찢는 처형이라든가..

이런걸 할 때는 사람의 사지가 그냥 잡아당겨서는 분리되지 않기때문에 되게 구체적인 사전작업이 필요하지.

마녀사냥, 1,2차대전, 킬링필드, 히틀러, 스탈린, 땅큰나라의 참새 싫어하는 어느분도 계시고

개인적인 살인마들을 보자면 뭐 조두순이나 유명철정도는 사실 외국의 유명한 살인마들에 비하면 점잖은 수준이지.

난 소시적부터 이런것에 관심이 좀 있어서 다큐나 개인의 수기나 연구서적같은 걸 많이 봤는데  
인간의 어두운 면에 끌렸고 어떻게 그런짓을 할 수가 있는지 이해하고 싶었거든



보고 있노라면 인간은 대량학살을 한번씩 하지 않고는 못 배기는 미친 집단임이 분명하다는 결론밖에 안나오는데  
물론 많은 학살극이 예수회에 의해 자행된것이 사실이야. 하지만 그에 순응하고 기꺼이 함께한 인간들이 많은것도 맞는거지.

그중에 인상적이었던 건 2차 대전 당시 하루이틀만에 1000명 가량의 마을 주민들을 죽이도록 명령받은  
20명의 1개 소대 군인들이 일부는 비자발적으로, 일부는 자발적으로 임무를 수행하는 일을 구체적으로 적어놓은 책이었어.  
어떻게 사람을 꼬드겨서 숲에 데려가고, 어떤 자세로 묶고 어떻게 뒤통수 아래에 총부리를 들이대고 처형을 했는지  
2,3 명의 사람들이 대부분의 학살을 자행했고 이들은 오히려 살해를 즐기며 사냥하듯이 행동했으며  
소대원의 일부는 숲속에 숨어있고, 전체의 반 이상은 의무적으로 묵묵히 명령받은대로 수행했는데  
시간이 지나며 소대원들의 심리상태와 처형방식이 어떻게 변해갔는지, 시체처리는 어떻게 했는지 등등 묘사가 세심했지.

킬링필드에 대한 다큐멘터리 영상도 흥미로웠어. 같은 시간에 더 많은 사람을 잘 죽이는데에 몰두한 지도자에 대한 건데  
목을 매는 올라미를 기둥에다 달아서 어떻게 하면 한사람이 오자마자 더 빠르고 효율적으로 죽일까를 고민하고 실행했지

홀로코스트라든가 마루타라든가, 장애인이나 한 종족을 단체로 불임수술을 시키기도 하고, 노예제나 우생학 하며..  
인류의 역사는 고문과 살해의 역사가 아닐까? 싶을 정도지.  
만인의 만인에 대한 투쟁? 하면 잘 맞지 않을까 싶고.

제일 인상적이었던 책은 "살인자들과의 인터뷰" 라는 책인데

이건 수행을 하면서 직접 알아낸 무의식이 너무 끔찍해서, 어디 물어볼 데도 없고 좀 더 이해를 잘 하고 싶어서 찾아 보게 됐었어.

작가가 저명한 FBI 범죄심리분석관이라서 온갖 극단적인 연쇄살인마들을 만나며 쓴 일종의 연구서야.

간단히 책의 핵심 내용을 말해보면, 연쇄살인마들은 머릿속에 반복되는 환상에 집착해서 그걸 이루고 싶다고 소망하게 돼.

이들은 예외없이 학대와 정서적으로 방임하는 가정에서 자라나며, 공통점은 12~14세 정도의 청소년기에

아버지의 역할을 올바르게 보여줄 남자 어른이 주변에 없었으며 이후에도 정서적인 도움을 얻지 못했다는 점이야.

이들의 살해에 대한 집착의 궁극적인 목표는 성행위와 연관이 있어.

이들은 살아있는 사람과는 관계를 잘 맺지 못하고, 성행위를 해서 성적 만족을 얻으려면 상대는 죽은 사람이어야 해.

이들은 육체적인 성교 이외의 사랑이라는 개념을 이해하지 못하며,

자신들에게는 이런 시간(시신강간)행위가 나름의 사랑행위야.

자신의 치부를 보이고 자신을 드러내는 '사랑' 행위를 절대 자신이 들킬 위험이 있는 산 자와는 할 수가 없는거지.

따라서 자신이 이성적으로는 사람을 죽이기를 원치 않는다 하더라도, 성적 만족을 자위행위로도 풀 수가 없기 때문에

오로지 시체에만 성적으로 반응하고 발기하기 때문에, 정기적으로 사냥감을 찾아 나서게 되지.

물론 타고난 포식자인 것처럼 계획하여 예술적인 살인행위로 자신을 완성하고자 (?) 하는 놈들도 있고.

근데 내가 이 책을 읽으면서 제일 골때렸던 점은

내 안의 그 미친마음, 무의식덩어리의 목소리가 이 책을 읽으면서 너무 즐기고 있다는 점이었어.

이 책의 묘사는 내가 읽어온 그 어떤 범죄와 연관된 책이나 다큐보다도 그로테스크하고 사실적이었어.

내 얘기를 하는구나, 이게 바로 나야 잘봐라. 내가 이렇게 대단해. 흐뭇함 자기만족 뭐 이런 마음이 분명히 느껴졌어.

생각해보면 사람들은 공포영화나 공포드라마를 돈 주고 오싹오싹해하며 즐기잖아?

살인마에 대해 자세히 알려주는 유튜버도 조회수 꽤 나오고. 그런 걸 소비하는 사람들은 그냥 일반인이잖아.

그 즐거운 마음이 원지 다음에 기회가 되면 혹은 기회를 만들어서 한번 느껴보길 바래.

자긴 그런거 무서워서 쳐다도 못본다고? 관심도 없다고?

그럼 볼 수 있는 사람보다 더 안좋아. 무의식이 자기안에는 그런 거 없는척 하는 거거든.

생명의 세계의 반대를 만들기 위해 죽음이 기본 세팅인 세상을 만들어냈다고 했지?

죽음을 좋아하여 죽음을 완성하고 싶은 욕구는 모두의 내면에 있어.

이것은 너 자신과는 별개인 너의 예고야.

하지만 대부분의 사람은 예고와 진짜 자신의 목소리를 구분할 수 없을 정도로 동화가 되어 있어.

예고를 거부해본 적이 별로 없으니까. 원지도 잘 모르고. 대부분 착한 얼굴이라는 가면을 쓰고 살거든.

성격 드러워? 주변에 민폐 좀 끼쳐? 차라리 그럼 수행하기 좋아. 가면을 좀 덜 쓴 거거든.

죽음을 주는 건 미친마음에게는 쾌감이야. 죽음을 내려줄 수 있는 자신이 자기 세계의 신이 되거든.

연쇄 살인마들이 종종, 신을 대신해 이 세상을 심판한다는 말들을 하잖아.

저 책에 나온 살인마들은 죽음에 대한 갈구와 사랑을 실제로 몸으로 표현하고 있지. 시체강간이라는 형태로.

심지어 시체에 머리가 있으면 성적흥분이 안되어서, 머리카나 손발을 다 제거해야 시체와 성교할수 있는 경우도 있어.

이들에게 (나름의) 사랑의 행위는 절대적으로 (진짜)신에게 처벌받을만한 행위이기에,

대상의 모든 정체성 인식을 할 수 있는 표식과 공격성을 제거해야만 안심하고 자신의 욕구를 풀어낼 수가 있는거지.

이런 게 어느 정도로 밀도 높은 응집된 죄책감과 왜곡된 마음인지 짐작이 가?

그리고 이게 우리 모두의 무의식 속에 있다는 걸 논리적으로나마 인정할 수 있겠어?

사람의 마음은 연결되어 있고, 무의식은 하나로 덩어리고, 모든 사람의 마음속에 살해와 고문에 대한 욕구가 있다는거.

저 살인마들은 특정 dna 와 특정 환경으로 인해 남들보다 훨씬 많이 예고의 하수인이 되어서 살고있을 뿐

우리 모두의 마음속에 저렇게 엽기적인 행위와 뿌리가 같은 공격성이 있는거지.

이것들이 다 가짜지만, 가짜인 것은 드러내어 밝혀져야 없다는 걸 알 수 있으며,

그 전까지는 있다고 믿고 있기 때문에, 드러내기 전에는 그 영향력에서 벗어날 수 없어.

존재하지 않는 것이 영향력을 가진 것이 아니라,

존재하지 않는 것을 존재한다고 믿고 있는 것이 영향력을 가져, 그 믿음이 세상에서 드러나는게 살해야.

우주는 파동에너지의 가짜 세계이고, 신과 다른 것을 상상한 원래 파동 단 하나에서

무수히 파생되는 걸로 보이는 홀로그램같은 복제파동들이라고 했지,  
이 원 파동 자체가 엄청난 죄책감이 응집된 살기이고 신을 살해하려는  
의지이기 때문에

우리가 일상에서 느끼는 누군가 혹은 무엇에 대한 미묘한 불만과,

연쇄살인마들의 살해가 다른것이 아니야.

에너지적으로 그 뿌리가 완전히 똑같은거고, 강도도 깊이 들어가보면 똑같이  
그 뿌리에 와닿아.

누가 악플 달면 그거 고소하면 법적으로 질타받고 도덕적으로도 질타받지?  
어째서지? 그사람은 손가락 몇번 눌린 것일 뿐 아무런 물리적 피해를 주지  
않았잖아?

실직적으로 한 일이 없는데도 우리가 그걸 질타할만한것으로 여긴다는 건,  
그게 그만큼 타격을 주는 행위라는 거잖아?

누가 손가락 몇번 눌렀을 뿐인데 왜 심적으로 타격받지?

마음의 세계에서는 그걸 공격으로 지각하니까. 그게 뭔지 정확히 알고  
있으니까 그러지.

내 가족이, 친구가, 직장동료가 나에게 막말 하면 상처받지?

그 사람의 생각을 그 사람의 자유로운 방식으로 표현했을 뿐인데 왜 내가  
마음이 아프고 속상하고 분하거나 서럽지?

에너지 차원에서 대체 무슨 일이 일어나는 거야?

궁금하지 않아?

## 18.무의식 속에는 무엇이 있을까? 6편

지난 글에서, 수행 지도자들조차도 하는 흔한 실수 중에, 에너지를 쏜다, 살기를 쏜다고 인식하는 실수가 있다고 했어.

이게 왜 실수냐면, 살기를 내게 쏜다고 느낀다는 건 이미 나와 상대를 분리하고 있는거고

상대를 사랑으로 보려는 마음이 아닌 적으로 보려는 무의식 마음으로 대하고 있을때 일어나는 일이기 때문이야.

수행 지도자라면 상대가 살기를쏜다고 인식하는 자기 마음이 똑같은 살기라는 걸 볼 수 있어야 하는데 못보고 있는거지.

수행이 조금만 되어서 닳여도, 모든 건 무의식과의 다툼이야.

인식하는 의식의 마음이나 생각으로는 할 수 있는 게 거의 없어.

모두 무의식의 감정과 의지, 숨겨진 것들에 대한거야.

사람은 진짜 자신의 인식을 조금이라도 찾아오기 전까지는 모두가 무의식의 꼭두각시아.

수행 과정에서 백회를 연 후에 몇년간 수행이 그리 깊지 않을때는, 다루고 있는 것이 개별에너지체로 느껴져.

이때 개별에너지체들끼리 실제로 서로 늘상 공격을 하는걸로 느껴져. 에너지 파동을 쏘는 걸로.

그걸 몸이 느낄 때는 상대와 대화 중에 (특히 내가 상대의 심경을 굶었을때) 심장에 뜨끔 하고 뭐가 꽃히는 느낌이 들거나, 등쪽에 담이 걸린 것처럼 뭐가 꽉 막히거나 등 전체가 아프거나, 갑자기 손발이 떨리면서 힘이 없어지는 일이 일어나지.

이걸 집중수행과 운동을 통해 빼내야 하는데, 나의 살기가 반응한 것이기에, 내 것임을 인정하지 않으면 빼기가 좀 힘이 들지.

수행 초중기까지는 주변에 있는 모든 사람의 살기를 한 몸에 받는 것처럼 느껴져.

그걸 차크라가 다 열려서 에너지 교류가 원활한 내 몸이 활발하게 밖으로 그 파동을 다 빼내는거지.

그러다 썬 에너지는 잘 안빠지면 집중수행이나 운동해서 빼내고.

기혈을 통해서 팔다리 통과해서 손바닥 발바닥으로, 혹은 머리통위로 기가 나가듯이 나가는 느낌이 있어.

파동이라서 썬거는 흔들리면서 나가는게 다 느껴져 그래서 나중에 속지 않게 되는거야. 진짜 느낌인지 가짜 느낌인지 시간이 지날수록 지독한 응집력을 가진 사람(한 맏힌 사람) 주변에 있을때를 제외하고는 반응이 적어지는데 내 안에 내가 못뉘은 것들 만큼 반응을 하기 때문에 그래.

만인의 만인에 대한 투쟁이라고 한 것 기억나?

심지어 인간의 몸 속에서 세포들끼리도 서로 싸우고 있잖아?

자가면역반응같은거.

자연경관이 아름다워 보이지만 식물끼리도 햇빛 한 줌 물 한 모금 얻으려고 치열하게 투쟁하는 거 알아?

어린이나 동물이 순수해 보이지만 사실 그건 그렇게 보고 싶어서 그렇게 보는 것 뿐이고 모든 존재는 나름의 생존투쟁을 해.

세상에 존재하는 모든 게 모두를 적으로 삼고 싸우고 있어. 실제로 에너지 교류를 해. 살기의 형태로.

가장 아프고 지독한 에너지파동은 원지알아? 연인사이에 서로 쏘는거야. 겁나 썬고 아프고 빼기가 힘들어.

연애 감정인 사랑은 진짜 사랑이 아니라 살기야. 나도 수행중에 연애를 한 적이 있었는데

다정하게 사랑한다며 다가오는데 파동은 살기이고 따갑고 무서워서 식겁한 적이 많아.

사랑한다고 말하는 걸로 내눈으로는 보이는데 마음의 눈으로는 널  
죽여버리겠다 이런 식이니 얼마나 이상했겠어? ㅋㅋㅋ

섹스는 특히 공격과 그것을 용인해주는, 죽음을 주고받자는 서로의 합의를  
상징적으로 나타내는 행위지.

모두가 모두를 공격하는 세상에서 연인은 서로의 공격과 죽음에 대한 환상을  
공유하기에 소중한 관계야.

에고의 세상에서는 죽음에 대한 수용과 합의로 인해 새로운 몸(임신)이  
만들어져.

이런 말들을 이상하고 징그럽게 여기진 마. 미친마음=에고 는 진지하게  
이렇게 여기고 있어.

'죄책감 없는 진짜 너'의 눈으로 보면 연애나 섹스는 아름답고 행복한 행위야.  
하지만 에고는 이렇게 보고 있어.

네가 머리로 알고 있는 거랑, 무의식 마음은 완전히 서로 반대야. 모든 감정과  
생각이 다 뒤집어져.

처음에는 이게 뭐냐? 이런거였어? 싶지만 계속 보다 보면 놀라지도 않게 돼.  
예측도 되고 그놈이 그놈이여.

혹시 이걸 보고 자기하고 잘 안풀리는 연애관계를 청산해야겠다 이런생각은  
하지 말길 바래.

벗어나려고 해봤자 똑같은 사람 또만난다. 그 관계 안에서 그것을 올바른  
관계로 바꾸어야 해.

물론, 신체적 혹은 언어폭력이 있는 관계는 청산해야지. 그런 거 말고 이 글을  
핑계로 삼지는 말라는 뜻이야.

개별에너지체 (라고 착각으로 인식하는 마음의 부분) 는 이렇게 살면서  
한시도 쉬지 않고 공격을 하고 있어.

그래서 수행을 하면 시간이 지나면 주변사람이 병이 낫고 건강해지는거야.



내 카르마 덩어리인 개별에너지체가 그 사람에게 매순간 살을 쏘고 있는거거든, 죽어, 죽어, 죽으라고, 이렇게 쏘고 있어.

이건 무의식적인 거라서 자동으로 그렇게 몸이 하고 있는거야. 생각하고는 관련이 별로 없고

감정적으로는 관련이 좀 있어, 상대가 알밋다라고 느끼면 평소보다 큰 살기를 자동으로 쏘고있는거.

이런 건 백회가 열리기 전에는 명확하게 느낄수가 없어.

그러다가 수행이 좀 더 깊어져서 자신의 개별에너지체(라고 믿는 착각) 를 지워나가서 그 규모가 좀 사라져서

아무의 마음이든 접속이 바로 되고 전체 마음과 하나되는 경험을 자주 하게 되면

개별 에너지체가 서로에게 공격한다는 환상은 더이상 보이지 않고, 오직 자기 마음만 보이고 느껴지고

파동도 살기로 느끼지 않게 되고 세상이나 다른사람에게 영향을 덜 받게 돼.

에너지차원에서 말하자면 상대가 살을 쏘는 상황이 되어도

내 개별에너지체는 빈 공간이기 때문에 같은 파동이 공명하지 않고 그냥 통과해버리는거고

혹은 달리 말해보자면, 나에게 살기가 많이 없어져서 세상을 죽음으로 인식하는 착각이 덜하기 때문에

주변의 살기가 더 이상 보이지 않게 되는거지. 반대로 사랑과 고마움이 보이게 되고.

즉 개별에너지체가 아닌 전체마음을 자기마음으로 느끼게 되는거야.

나 라는 개념이 확장된다고 보면 되겠다.

나 라는 개념이 확장되기 때문에 다른 사람 에너지장을 느껴서 에너지 스캔이나 치유하는 것이 가능해져.

파동인 가짜세계와 파동 아닌 신의 세계, 이 두 세계는 중첩되어 있는데,  
가짜인 파동에너지를 버릴수록 개별자아의 인식이 희미해지고, 신의  
세계로부터의 빛을 받아 변화되는데,  
신의 세계의 빛은 어디나 짹짹 들어차 있던 건데 내가 그 빛을 막고 있던거야.  
내가 만든 파동으로 둘러싸서.

신의 세계의 빛을 직접 보기 전까지는 믿음으로 가는거야.  
견성같은 개인적 체험을 한 후엔, 믿음이 강해지고, 믿음이 강해진 만큼  
보고자 하는 마음이 강해지고,  
보고자 하는 마음만큼 내게 보여주는거야. 내 안에 어떻게 있는지  
처음에는 개인적인 삶 속에 있는 것들을 보지만, 나중에는 인류 전체에 있는  
걸 보게되는 거  
그걸 보고 그걸 품에 안아주고 그걸 다 사랑해줄 수 있느냐라고 묻지.  
당연히 사랑하고 말고, 라고 답하면 그게 녹아내리는거야.

그로테스크한 이야기를 하다보니 산뜻한 감이 없어서 좋은 소식하나를  
말해주자면  
오랜만에 지구의 마음을 느껴보았는데 아주 엄청 너무나 기뻐하며 해방감을  
외치더라.  
그렇게 기뻐하는 지구의 마음은 처음 느껴봤어. 자랑스러워 하라고  
말하더라고.  
나보고 자랑스러워하라는게 아니라 우리 모두에게.. 너에게도.. 다들 힘든거  
버텼었으니..

맨 처음 지구의 마음을 느꼈던 때는 되게 오래전이었는데 한 2010년쯤? 잘  
모르겠는데  
지구가 되자마자 닭똥같은 눈물이 후두둑 떨어지던 기억이 나네 너무  
아파하고 있어서.

수행을 했든 안했든 네가 너를 어떻게 여기든 상관없이 너는 신이고  
신의 사랑이 너의 마음안에 그대로 있어.  
가끔은 아주 많이 사랑하는 마음으로 지구나 인류를 안아주는 상상을 해보고  
느껴보길  
그 사랑의 마음은 눈에는 보이지 않지만, 에너지 차원에서는 결코 사라지지  
않고 지구와 인류를 지켜주거든  
자기 가족이나 사랑하는 사람들을 그런 빛으로 감싸는 상상을 하는 것도 좋아  
그럼 오늘도 피스

## 19.실전! 용서하기 4편

안녕 친구들 오늘도 또 뭔가 쓸만한게 있나 하고 글쓰기를 눌러봤어  
가끔 망설이다 댓글 단다는 사람들은 왜 망설여 ㅋㅋㅋ 그냥 편하게 얘기해  
서로 얼굴은 못보지만 이야기 나눌 수 있는건 반갑고 좋잖아  
오늘은 바람이 선선하게 불고 안개가 낀 너무 기분좋은 날씨라 그냥 가는대로  
글을 써본다

이런저런 댓글을 보다보면, 이야기를 다 했지만 사람들에게 와닿지 않은듯한  
부분들이 있는거 같더라고  
했던 이야기지만 한번 더 해볼게.  
그리고 생각보다 수행하는 사람들이 제법 있어서,  
수행자란 자기 카르마를 거스르고 싶은 사람이라는 전제를 깔고 말을 하고  
있어.  
그래서 때로는 표현이 좀 썩거나 과격할지 모르겠지만  
아무도 말해주지 않기 때문에. 헤매지 말라고, 안타까워서 말하는거라고  
생각해주면 고맙겠다.

내가 많이 헤매봤기 때문에 그러는거야. 처음부터 알고가면 덜 헤매잖아.

실전! 용서해보자 1,2,3 편에 감정이 너무 얽혀있을때 에너지가 너무 쉼니까 밖으로 표출을 좀 해서 그 에너지규모를 줄인담에 용서를 시도하는 방법을 알려줬잖아?

이때 내가 이 감정이 가짜인걸 의식하면서 의도적으로 표출하려고 애쓰는거랑  
평소에 화가나서 누구한테 툅툅거리는거랑  
겉으로 보기에는 똑같은 말과 행동으로 보이겠지만  
전자는 태업을 풀고있는 거고, 후자는 태업 더 감고 있는거란 말야?

의식의 힘으로 그 에너지파동을 내게서 분리해 내려면  
그것을 의식의 표면에 떠올려서 속에 그런게 있었다는걸 인지하면서, 동시에  
휩쓸리지 않고 가짜임을 알아차려야 해.  
전에도 얘기 했지만, 풀다가 자기 감정에 휩쓸려서 계속 화가 더 나고  
저놈이 더 나쁜놈같아서 가짜인거 모르고 저놈을 저주하고 있으면 역효과야  
자꾸 가짜인 거 알아차리려고 애쓰고  
화만 나는게 아니라 자존심 다 버리고 바닥에 주저앉아 엉엉 울정도로,  
"미워하고 싶은 집착"이 놓아져야 해  
처음에는 우는 그놈도 자기 같지만, 자꾸 하다보면 주저앉아 우는놈도  
가짜라는 거 알게 돼.

그게 잘 안놓아지는데 어떡할까요 - 화풀이를 입으로만 하지 말고 온몸으로  
해봐.

허공에 팔다리 막 휘두르고 뭐 막 집어던지고 온몸이 땀에 젖을 정도로  
격렬하게 해봐,  
나를 다 던져 그안에 들어간다고 뒤집어쓴다고 생각하고 그 감정에 흠뻑  
빠져버려.

휘둘릴까봐 무서워서 빠지지 못하는 그 마음도 나를 못믿는 두려움이야.

넌 알고보면 신이야. 대단한 존재라고. 하찮은 감정파동따위가 너의 본질을 건드릴 수 없어.

잠깐 빠진다고 어떻게 잘못 되는것이 아니니까 걱정말고 몰입해봐.

하다가 힘들어서 진이 다 빠져서, 지쳐서 탁 주저앉았을때 그때 울음이 터지고  
집착이 놓아져

겁이 많아서 화풀이도 잘 못하면 잘 안터지는거.. 용기내서 해봐, 아무도  
안보는데 뭐 어때

감정이 안 올라오는데요? - 두려움 때문에 그래. 분노가 곧 두려움이야 동전의  
양면이거든

두려움의 에너지는 짝 누르는 듯 몸을 굳게 만들어서 표현도 잘 안되고  
올리기가 힘들어

살면서 비난받았던 모든 기억을 떠올려서 비난받을때의 무섭고 몸이 굳었던  
그 느낌을 되살려봐

무섭다고 입밖으로 꺼내서 말해보고 어린아이처럼 울고 싶으면 울어.

혼나는거 싫어 무서워 이렇게 막 울어.

그래도 안되면 공포영화를 봐. 살인마 유튜브 같은거도 좋고 고문하는 영화나  
다큐도 좋고 무서운거 일부러 찾아봐.

무서운거 너무 싫어 이렇게 표현하면서 덜덜 떨고 그런 자기자신이  
가짜라는걸 느껴봐.

노력해도 안 되면 하나야. 자기가 안 하고 싶어서 안 하고 있는거야.

분명 충격적인 사건이었는데 분노나 놀람이 안올라온다 이러면 이렇게 해봐.

때때로 너무 충격적인 사건은, 사건이 일어났던 그 당시에 충격으로 인해  
의식분리가 되면서

그 일을 남일 보듯이 겪었기 때문에, 풀 때도 곱절로 힘이 들고 마지막까지 잘 안풀려.

하기 싫은데? 용서 하기 싫은데? 아무 감정 안올라와. 하나도 안 미운데?  
이런말을 반복해서 해봐.

대략 요약해서 해보면 이렇게 돼. 실제로는 이거보다 훨씬 길게 씨름을  
해야하는 경우가 많지.

괄호 안의 말은 자기자신에게 마음속으로 해주는 말이야. 조금 푸시를 해줘야  
하거든

하기 싫어, 용서하기 싫어, 안 밉다고, 용서 안할 거라고, 안할 거라고!!  
(그래도 봐야 해.)

아무것도 안느껴진다니까? 난 몰라, 난 하기 싫어, 안미워, 하나도 안미워, 화  
안나, 안 볼거야, 안 볼거야.

(아니 넌 다 알고 있어. 넌 볼 수 있어.)

하기 싫다니까? 그런놈 왜 용서하냐!! 용서 안할거야 안할거라고!! 그냥  
이렇게 살거야, 이렇게 살거야!!

(그래도 용서 해야 해)

안한다니까? 니가 뭔데 나한테 강요해? 니가 뭔데? 아무도 내 마음 몰라,  
아무도 몰라!! 너도 날 모르잖아, 니가 뭔데!!

(미안해 미안해, 이제야 와서 미안해, 너가 이렇게 아픈줄 몰랐어)

난 안할거야, 그놈 용서하느니 이렇게 계속 괴로워하며 살거라고!!

(이렇게 사는 게 좋아? 행복해?)

어그래 엄청 행복하다!! 이렇게 사는게 나아, 안 보고 사는게 낫다고!

(거짓말이야. 넌 힘들잖아. 아프잖아.)

그래 나 아파. 아파... 근데 무서워 무섭다고, 안볼거야, 너무 무서워.

(뭐가 무서운데?)

난 무서워, 너무 아파, 더 더 아플까봐 너무 무서워, 너무 아팠어.

(괜찮아, 아파도 괜찮아, 내가 지켜줄게)

무서워, 무서워, 무서워, 안 볼거야. 너무 아파. 너무 슬퍼. 아무도 나한테  
괜찮냐고 안 물어봤어.

(내가 지켜줄게, 내게 다 말해봐, 내가 다 들어줄게, 내가 대신 아파해줄게)

이 나쁜놈..... 나한테 왜 그랬어, 니놈때문에 내가 이렇게 힘들잖아  
다 너때문이야, 너때문이야, 너때문이야, 너때문이야, 너때문이야,  
너때문이야

너같은거 죽어버려, 죽어버려, 죽어버려, 죽어버려

보면 알겠지만 일단 무서워서 안보려고 하는거란걸 인정하게 만드는게  
중요해.

안보려고 하는게 무서워서 그런거고, 무서운걸 인정하면 결국 상처가  
있다는걸 인정하게 되는거지.

분노가 올라온다면 다 토해낸 다음에 - 이때 분노를 무서워하거나 거부하지  
마,

그건 그냥 에너지파동일 뿐이야, 가짜야. 내가 만든거니까 내가 해결도 할 수  
있어.

분노든 두려움이든 뭐든 올라오면 망설이지 말고 거기에 확 들어가버려!!

너의 바른마음과 미친마음이 서로 한판 붙는거야, 근데 네가 사령관이야.  
사령관이 무섭다고 빌빌대고 있으면 바른마음인 부하들이 아무리 똥똥해도  
상황이 잘 안풀리겠지?

들어가는 건 누가 들어가는거지? 너의 치유를 원하는 마음, 너의 바른의식이  
그안에 들어가고 있는거야

그 의식은 저주파 감정에너지보다 고차원의 의식이기 때문에, 들어가는  
그순간 저주파가 깨지면서

속에 있는것들을 드러내 환히 밝히게 되는거야.

지난 글에서 했던 것처럼 용서하고 다독이는 마무리를 하면 돼.

사람에 따라서 그 감정이 풀린 어린아이 에고랑 계속 놀고 있는 경우가 있는데  
그러면 안되고 보내줘야 해.

그 어린아이 마음도 자신의 불쌍한 마음이 만들어내는 환상이야. 안녕 잘있어  
하고 보내주면 돼.

하다보면 욕도 하고 저주도 하고 그러는데, 그런게 원래 네 마음속에  
있던거야,

그걸 풀어서 밖으로 털어내고 버리고나서 진짜로 사람들을 사랑하려고 그거  
하는거야,

그렇게까지 화내면 그사람한테도 나쁘고 나한테도 나쁠거같고,

난 그렇게 치사한 사람 안되련다, 내마음에 그런거 없다 등등, 왠지 못하게  
막는 그 소심함이 곧 미움이야.

그사람 미워하던 그마음하고 똑같은 바로 그 미움이야.

에고는 항상 혼란을 주고 반대로 알게 해.

왠지 하지말아야 할 것 같다 라는게 무슨 뜻이야?

그 안에 그게 있다는 걸 알고 있다는 뜻이잖아?

속지말고 다 토해내버려.

아니 이정도까지 이사람을 미워하고 있었나? 이정도까지? 뭔가 좀 이상한데  
라는 느낌이 들면 잘하고 있는거야.

그사람은 그저 핑계일 뿐이야. 원래 내면에는 막대한 증오가 있어.

그게 원래 있다는 걸 감추기 위해 바깥의 각종 형상들을 갖다붙여서  
핑계대는것뿐이야.

하지만 마음속에서 그사람하고 화해하면, 마음 차원에서는 형상따위는 없기  
때문에,



실제로는 그사람의 형상과 화해하는 것이 아니라 그 형상에 얽어맸던 증오를 버리게 되는 것이기 때문에 효과는 같아.

나중에 되게 웃기는 게 예를들어 내가 뭔가를 미뤄서 난 못난 사람같고 마음이 괴롭잖아?

그 괴로운 거 풀어버리면 똑같은 상황이고 똑같이 미뤄진 상태인데도 마음이 안 괴롭고 춤이라도 출듯이 가뿐해.

몇 번 경험해보면 그 차이가 극명해서, 정말 이게 가짜구나, 무슨무슨 이유 때문에 괴롭다는건 핑계일 뿐이구나 하고 알게 돼.

언제까지 그런식으로 감정을 토해내야 되냐면 단전호흡 되고 호흡기관이 몸통 통째로 열리고

쿵달리니 흰뱀 치고 나가면서 차크라 밑에서 위로 다터지고 백회까지 한번에 다 뚫릴 정도로 토해내야 돼

아니 그런걸 어떻게 나같은 보통사람이 하나 이런생각 하고있지?

그전까지는 명상이니 이렇게 별 의미가 없다니까? 해봤자 시간낭비라고 그 정도로 백회 열기 전에 버릴 수 있는 에너지 양과, 연 후에 버릴 수 있는 에너지 양이 천지차이야,

수돗물 틀어놓 거랑, 폭포수 쏟아지는거랑 비교할 수 있을정도로 차이가 크단말야

그래서 사실 제대로 된 수행을 할 수가 없는거야, 수행하고 있다는 만족감만 있는거지, 에고한테 계속 속아

백회 열리는거 뭐 경전 같은데 나오니까 엄청난 거 같지, 안그래. 감정만 다 토해내면 몇달만에 열려.

요새같이 에너지가 좋으면 집중하면 한두달만에도 가능할걸?

난 백회 연 사람 제법 봤어. 그 후에 수행을 올바르게 하는 사람이 적은게 문제지. 여는거 자체는 별게 아냐.

대량으로 에너지를 내보내고 받아들일 수 있어야 진짜로 자기 카르마를 거스르고 시공간을 바꿀수가 있어  
백회 열리고 나서도 나는 6개월이나 더 풀고서야 신의식 체험을 했어 그니까 정말 많이 풀어내야 해  
그정도로 마음속에는 잘 모를 뿐이지 맏힌게 많아, 가족에 대해 조금 풀었다고 더이상 풀고 용서할것 없다고 생각하면  
의식성장은 거기서 정체가 되는거야. 가족에 대해서는 좀 편해져도 티비 틀어봐봐.  
누구 정치인은 보기 싫고 어떤 무서운 이야기는 못보겠고 연애하는거 보면 끔냥끔냥 싱숭생숭하고 그럴잖아?  
세상에 누구 홍보고 싶거나 보기가 싫은 사람이 없을 정도로 풀어야 일상생활속에서 자연스럽게 수행을 할수있는 수준이 돼.

많이 비워내면 마음이 마냥 편할 거 같지? 안타깝지만.. 의식이 기민해져서, 긍정성을 잘 보듯이 부정성도 잘 보게 된다

전보다 더 화나고 짜증나고 그런 감정이 생생하게 잘 느껴진다고 ㅋㅋㅋ  
"감정에 집착"하는 강도가 날이 갈수록 줄어들게 되는거지, 그 감정이 그순간 작게 느껴지거나 덜 느껴지는 것이 아니야.

글고 처음부터 완벽하게 잘하는 사람이 어디 있어. 뭐든지 연습하면서 잘하게 되는거거든

에고의 습성이 하던대로 집착을 하기 때문에 하다보면 험쓸릴때도 있고 더 화날때도 있고 그래

그러니 그런다고 자신을 비난하지는 마 그러면 한 번 더 속는거거든

어 그렇구나 내가 험쓸리고 있구나 하고 그냥 알아차리면 돼, 알아차리면 개는 힘이없어

수행 잘 못하는 그놈하고, 비난하는 그놈하고 둘이 똑같은 놈이야.  
어느쪽에든 휩쓸리지마.

내가 수행하고 있으니 나는 평화로워야 해, 남에게 친절해야 해, 이런 생각  
안하면 어때  
살면서 자신에게 이래야 한다 저래야 한다 달달 볶으면서 살아본 적 우리 모두  
있잖아  
이젠 그런거 그만해 너는 자유로운 존재야. 이러지도 저러지도 않아도 돼  
그냥 남에게 피해 주지 않고 크게 후회 없는 한, 자신에게 솔직해지도록  
하자고  
조금 못난짓 좀 하면 어떻고, 남들이 좀 모질이라고 생각하면 뭐 어때

근데 "나라고 생각하는 이런 저런 나" 가 내가 아님을 알려면, 일단은 그게  
나라고 생각하기를 그만둬야지?

그게 나라고 생각을 단단히 하고 있으면서 세상이 가짜임을 어떻게  
알아보겠어  
남에게도 마찬가지로, 세상에게도 마찬가지로

내가 우리 엄마, 아빠라고 생각하는 우리엄마, 아빠  
내가 내 친구 누구누구라고 생각하는 내 친구  
내가 내 남편, 아내라고 생각하는 내 남편, 아내  
내가 그 정치인, 정당이라고 생각하는 그 정치인, 그 정당  
내가 한국이라고 생각하는 그 한국  
내가 세상이라고 생각하는 그 세상

자기자신과 주변 사람들에 대해서 그런걸 깨 보면 어때  
내가 아는 그 사람이 아니라 내가 모르던 그 사람을 보려고 해보면 어때  
어쩌면 그 사람, 그 물건, 그 일은 의외로 아름답고 귀엽고 사랑스러운 면이  
있을지도 모르잖아

근데 노력해도 그게 잘 안 보이지, 그래서 그걸 못 보게 막고 있는 감정을 토해내는 거야.

그거 좀만 토해내도 노력 안해도 그 사람 예뻐보이고 세상이 좀 더 살 만해보이고 그래.

지난 글에서 무시무시한 죽음을 만들어내는 그런 마음을 이야기 했을 때 특히 무의식 안에는 무엇이 있을까 5편

자기자신은 아무리 거듭 윤회하면서 사람을 죽여보기도 했을테지만 그렇게 연쇄살인마들이나 하는짓은 해본적 없다고 난 아니라고 내심 생각하잖아?

내 마음을 자신의 개별 에너지체로만 볼때 그런 생각을 하게되는거야  
개별 에너지체는 개별성이지 전체성이 아니잖아?

내가 세상을 만들고 있었구나 라는 걸 알게 되는 신의식을 체험하는 날은 내가 내 운명을 만들었구나, 나이는 몇살이고 한국에 살고 성별은 뭐고 이런저런일을 겪은거도 내 무의식이 원해서 했구나 - 이런정도가 아니야. 그런 정도의 깨달음은 수행초반에 오게 되어 있고, 여기서 말하는건 내가 이 세상 전체를 만들었구나, 모든 카르마와 모든 운명을 만들었구나, 우주를 통째로 만들었구나, 하는 걸 알게 되는거야.

그순간은 내 개체성이 일시적으로 잊혀지게 되는거, 그래서 전체성에 접속하게 되는거야

여기서 말하는 내가, 라는 존재가 누구겠어? 내 개별 에너지체가 아니란 말이야

누가 우주를 만들었겠어? 그 내가 가 누구겠어? 창조주란 말이야, 내가 창조주랑 정확히 똑같은 존재란 말이야

창조주에게서 만들어졌다는 것만 제외하고는 정확히 똑같단말이야, 그걸 지금 꿈속이니까 모르고 있을 뿐이야

근데 그 체험 한다고 바로 그렇게 살게 되는것도 아니야, 그러고도 버릴것이 엄청나게 많이 남아있다고

오히려 그때부터 지옥의 밑바닥을 볼 수 있게 된다고. 그 전까지 봤다고 생각하는 건 별것이 아니었던거.

그러니 얼마나 무의식이 깊은지, 나는 이정도면 됐다, 하는 마음을 항상 경계해야 해.

영성서적에 나오는 고매하신 분들은 분명 여러번 환생해서 도닥았을테니 그렇게 평온한게 가능한거고

사람들은 그런 평온한 모습만 봤으니 수행이 평화로운건줄 알겠지만 실제 수행은 지옥을 통과하는거야. 지옥을 통과해야 천국이 있어.

수행하다 보면 초장부터 사람들의 마음속에 있는 이기심같은거 투명하게 다 보인다고

다 보이는데 그걸 내거라고 하면서 사랑해야 그게 없어져 그러니 여기가 얼마나 꿈에서 깨기가 힘든 곳이야?

태업 풀려고 이게 옳을까 저게 옳을까 고민하는게 도리어 태업 감는 거니  
여기가 얼마나 정교한 지옥이야?

이쪽으로 가는 이 마음도 저쪽으로 가는 저 마음도 모두 가짜이고 버려야 하는거니 어떻게 길을 찾아

내 마음속에 진실된 누군가, 나를 도와주는 누군가를 찾아서 그 존재에게 의지해야만 갈수있는 길이야

진짜 나자신인 그 존재를 찾으려고 맺힌 감정을 푸는 걸 먼저 하는거야 그 다음에는 조금 더 쉽게 갈 수 있어

울고 화내고 감정 표출하는걸 두려워하지 말고 거부하지 말고 받아들여서 해보길 바래

그럼 오늘도 피스

## 20.실전! 용서하기 5편

안녕 친구들

전에 댓글중에 누가 막글이라도 올려주라고 한게 나름 인상깊어서  
좋은글 쓰려고 하기보다 자주 쓰는게 더 좋을수 있겠다 싶어서 또 글을  
올려본다

얼마전 9,10일날 몸변화나 마음변화 혹시 좀 있었어?

외계인 찌라시에서 그날 시리우스 포털이 열려서 시리우스인들이 온마음으로  
밝은 에너지를 보내주는 날이었다고 하더라, 근데 진짜로 썬 에너지가  
들어와서 재밌었어.

5월말~6월 10일까지 들어왔던 에너지보다는 약했지만 그 후에도 한달동안  
계속 에너지가

들어왔는데 그 한달안에 들어온 에너지중에는 제일 썬더라.

난 혼자 사는데 어머니를 집에 오시라고 해서 한달씩 같이 지내곤 해,

어머니랑 애증의 관계였거든, 한때는 의절한적도 있었는데

수행할수록 조금씩 나아지더니 어머니가 건강도 좋아지고,

서로 존경하는 관계가 되어서 일종의 수행 척도로 보고 있어.

물론 아직도 어머니랑 있으면 가끔 짜증이 올라와.

그래도 예전보다 빈도도 많이 줄어들고 집착이 금방 놓아져서 괜찮은 거 같아.

우리 어머니는 9,10일날 자꾸 드러누으려고 하시더라고

그날 유난히 몸에서 술냄새같은 발효되는듯한 냄새도 많이 나고

에너지장이 계속 깨져서 힘드시겠다 생각은 했는데

10일날 아침에는 왜 이렇게 힘드냐, 혼이 나간 거 같다, 라고 표현을 하시더라

이게 다 그런건 아니고 잠재의식이 많이 열린 사람일수록

이런 강도높은 에너지에 접하면 힘들어, 강제로 수행이 되는거지

울엄마는 한 8,9년전? 내가 권해서 감정을 다 털어내는 수행을 집중적으로 며칠 하신적이 있는데 그때 잘 하셔서 단전까지 호흡이 뚫렸어  
그렇게만 되어도 올바른 마음 가지고 살면 살면서 수행이 계속 되거든  
그래서 이번 에너지 노출에 남들보다 썬 반응을 보이는거 같아.

잠재의식이 열렸는데 안에 뭐가 많다 이러면 힘들고 식은땀 나고 그런거고  
별로 열리지 않고 마음을 닫아놓고 사는 사람이다, 이러면 별 반응 없는 거.  
마음을 열었다 닫았다 이거는 잘 웃고 잘 울고 성격 시원하고 낙관적이고  
생각하는대로 바로 말하고

남들하고 금방 친해지고 주도적이고 이런 사람이 마음을 열고 사는 사람이라  
보면 돼

반대로 마음을 닫고 살고 있는 거는 계산적이고 밍보이지 않으려 말하기 전에  
한참 생각하고

겁이 많고 자기 이야기를 잘 안하려고 하고 숨기려고 하고 소심하고  
이런거라고 보면 되고.

두려움이 적어야 활짝 마음을 열고 살 수 있거든 그렇게 마음을 열고 살면  
살면서 힘들고 아픈일이 있어도 상처를 간직하지 않고 풀어주게 되기 때문에  
남들보다 정신이 건강하고 상위자아에게 좋은 아이디어도 받게되고 그런거지

감정 풀으라고 알려준거는 요새 뭐 심리학이라든가 정신과치료라든가  
여기저기서 들어봐서

대단치않은건줄 알수도 있는데.. 그 감정이 가짜인 줄 모르고 그냥 감정해소  
하게 되는거는 당장은 좋지만, 나중에 또 비슷한 문제로 반복이 될 수 있지.

이 방법대로 하면 가짜인 걸 알아차리면서 하기 때문에 예고가 떨어져나가.

에너지차원에서는 에너지파동이 분리가 되어 몸에서 나가는데

에너지파동이 쏘고 많을수록 땀, 눈물, 콧물, 오한, 구토, 설사등으로 나가게  
되고 이때 대소변 냄새도 지독하고

병이 있는 경우는 녹색 액체를 토하거나 하혈이나 혈변을 하는 경우도 있어.

내가 알려준 방법대로는 못하겠다면 불교 절수행을 추천해.  
절수행 예전에 두어번 해봤었는데 효과가 괜찮더라고. 절수행을 먼저 해서  
몸과 마음을 좀 깨워봐.  
108배나 천배같은거 하면서 참회기도 하는 수행법이 있으니 관심 있으면  
찾아보길  
참회 라는 건 아!! 내가 정말 이기적이었구나. 잘못 생각 했구나. 정말  
잘못했구나. 하고 깨달으면서  
눈물이 줄줄 흐르고 자기자신이 부끄럽고  
미운 줄 알았던 상대가 내 은인이고 고마운 사람인걸 알게되는 그런게 참회야.  
이런 참회를 하게 해주는 수행법은 사실상 종교의 테두리 안에서는  
절수행밖에 없지않나 싶어.

아무튼 이 수행은 막상 해보면 하기가 쉽지도 않고 대단한 용기가 필요하고  
저항도 심하고, 잘 되면 에고(에 대한 집착)가 확확 떨어져나가는 고강도  
수행이기 때문에  
해본사람은 알겠지만 하고 나면 진이 빠지고 좀 드러누워야 되고 그래.  
입밖으로 소리내어 혼잣말 하는거 시작하기부터가 쉽지 않거든.  
에고는 어떻게든 안죽으려고 발악을 하거든. 해보면 진짜 살아있는 것처럼  
저항을 해.

개랑 싸우려고 하지 말고 비난하면 같이 맞받아치지 말고 받아줘. 이제와서  
왜그러냐 하고 빈정대면  
이제야 와서 미안하다 하고 사과를 해. 개를 골칫거리로 여기고, 나쁜걸로  
여기면 안돼  
어차피 가짤데 왜 같이 싸워?  
불쌍하게 여기는 마음을 가지고 아픈걸 다 들어주는 마음 갖고 해야 빨라.

수행할때 되게 썬 에고(에 대한 집착적 믿음)를 몸에서 내보내면



앞에서 말했듯 좀 혼이 나간듯 멍하게 되거든, 내 몸의 구성물질이 격하게 붕괴되고

새로운 구성물질로 채워지려면 휴식을 하고 뭘 좀 먹고 그래야 돼  
차크라가 열려 있으면 저주파 에너지를 내보내고 좀있다가 바로 빛이  
들어와서 빠진만큼 보충해주는데

기혈이 뚫리기 전까지는 몸속에서 나가거나 들어오거나가 잘 안되어서  
몸이 꽤 불편할 수 있어. 뭔가 안에서 돌아다니는거 같고 빼냈으면 좋겠는데  
안나가고

근육통이 생겨서 움직이기조차 힘들고. 이때 근육통은 나가지 못한 에너지야  
보통 근육통이라는 게 사라지는데 이삼일 걸리잖아? 이때의 근육통은 조금  
달라서

아픈데도 참고 운동을 막 하면 순환이 되면서 1, 2시간만에 사라지거나 거의  
완화가 돼.

꼭 누르는 기운을 이겨내고 몸을 억지로 움직이고 땀을 내고 그렇게 해야 빨리  
갈 수 있어.

너무 힘들면 게으르다 생각말고 낮잠을 좀 자. 이 수행법은 몸이 휴식을 좀  
필요로 해.

백회 열기 직전 며칠동안 나는 30분만 수행해도 온몸에 근육통이 생기고  
죽을듯이 졸려서

밖에 나가서 뛰고 운동하고 땀내고 들어와서 또 수행하고 그런식으로 했어  
그래서

수행을 하면서 근육통이 점점더 심해진다 이거는 뚫리는것이 가까워진다고  
보면 돼

근육통 생긴다는거는 저주파 에너지 분리를 그만큼 많이 하기 때문에  
생기는거야 잘하고있는거.

답답한 에너지가 못나가고 있는거 같으면 소리를 크게 많이 지르는 걸 추천해.

소리파동으로 쌓인 에너지가 많이 나가거든  
운전하면서 소리지르면 누구한테 폐 안끼치니까 난 그렇게 많이 했었어.  
그러다 몸안에 에너지가 꽉 차서 도저히 더 나갈데가 없다 그러면  
조금씩 정수리 틈으로 빠질빠질 새다가 몸에서 필요하니까 어느 순간 알아서  
차크라가 열려.

이걸 누가 인터넷에 글올려서 하란다고 진짜로 하고있는 너는 굉장한 용기와  
실행력을 가진 대단한 사람이야  
글은 천명 넘게 보지만, 직접 해보는 사람은 손에 꼽을거거든.  
다들 행복해지고 싶다고 말하지만 행복을 추구할때의 대가까지 감당하겠다고  
마음먹는 사람은 드물어.  
그러니 잘 안되는 거 같아도 기죽지 말고 난 용기있는 사람이고 대단한걸 하고  
있다고 마음을 돌리기길 바래

혹시 알아? 네가 오늘 눈물콧물 뿜으며 겨우 해낸 그 용서 때문에  
이 지구상에 누군가는 굶주림에서 벗어날지도 모르고  
누군가는 학대로부터 벗어날지도 모르고  
누군가는 진심으로 행복해지고 싶다는 염원을 마음에 품게될지?  
네가 무의식을 닦으면 세상 전체가 조금 더 행복해지는거야, 자랑스러워 하길  
바래

용서하고 나서 마음이 편해졌다면 그 편안한 마음으로 이세상에 사랑을  
전해줘봐  
세상을 안아준다, 사람들을 품어준다, 지구를 꼭 안아준다 이런 마음으로  
사랑을 느껴보는거야  
혹은 그정도까진 못하겠다 싶으면 네 주변의 사람들만 마음속에서 안아주고  
사랑해줘도 괜찮아  
두가지가 별 차이가 없거든, 사랑하는 마음만이 중요한거거든, 뭘  
사랑하는지는 중요하지 않아

다 환영이니까.. 너의 사랑하는 마음만이 유일하게 중요한거야.  
내가 진정한 사랑을 줄 수 있는 사람이 되고 있구나 하는 생각이 들면  
자기자신에 대해 너무 가혹하게 대하는 예고도 녹으니까 좀더 행복해 질거야

행복해지자 꼭 행복해지자고 우리. 행복은 우리의 권리야. 행복을 적극적으로  
쟁취하자고  
그럼 즐거운 주말 보내 오늘도 피스

## 21.실전! 용서하기 6편 - 돈 용서하기

오늘은 게시판이 dada 가 원룸사는가 아닌가로 떠들썩했으니(??) 돈하고  
대화를 해보자  
dada 는 이미 여기서 1/3 째은 선동꾼에 사이비가 된거 같으니 이왕 이렇게  
된거 사이비스럽게 글을 써보자.

근데 어디서 뭘보고 그런생각을 하는지 모르겠지만 나는 종교같은거 없고  
어떤 단체에도 소속되어 있지 않다.  
내가 어딘가나 뭔가하고 비슷하다고 여긴다면 그냥 우연이고  
난 누구에게 어디에 소속되거나 가입하라고 결코 영원히 권하지 않을 것이며  
누구에게 대가를 요구하는 일도 없을거다.  
영원히 자유롭고 싶다 난. 앞으로도 나도 아무데도 가입이나 소속 안할거야.

자아 자아 돈아 나와봐라

(응 왜)

반갑다 ㅋㅋ 여기 사람들에게 너가 어떤 존재인지 이야기를 해주려고 해  
돈 관련 정화는 어떻게 하는지 질문도 하더라  
간단하게 네가 하는일이 뭔지 말좀 해줘

(난 돈이고, 너무 많은 오해를 받고 있어서 말 하기가 싫다 피곤하다. 여기도 싫다)

음 그렇지 잠깐 이자리라도 정화를 해볼테니 기다려라.

((((( 정화중 ))))

오 금방 용서해주네 고맙다.

(아직 양팔에 덜 빠졌다 좀더 해봐)

어 알았다

((((( 또 정화중 ))))

야 이거 왜 더 심해져? 너 왜이렇게 힘드냐 요즘?? 양팔이 저려

((((( 또 정화중 ))))

야 뼈까지 저려. 안되겠다. 그냥 이야기 하자. 힘든거 얘기해봐  
무슨 오해를 받고 있는데?

(왜 내가 아닌 것들을 나라고 하는지 모르겠다. 너네들이 쓰는 숫자=나 는  
아니거든  
나는 모두를 위한것인데 왜 나를 꼭 움아매고 괴롭히려고 하는지 모르겠어

나는 움아매지면 더이상 내가 아니게 돼. 나는 자유로움이고 성장이야.)

아이고 가슴이 답답하구나. 널 꼭 잡는 집착이 팔꿈치까지 손이 아픈걸로  
오나보다.

음 그럼 네 말대로라면 꼭 움켜쥔 돈은 진짜 네가 아니라는 거지?

(그건 내가 아니라 니들이 만들어낸 나야. 나를 생각하며 나쁜 생각을  
뭉쳐놓고 나라고 하잖아.

그건 나랑 상관없어. 내가 아니야.

나는 자유롭고 싶어, 그래야 더 많은 풍요로움을 펼칠 수 있거든, 나는  
풍요로움이야)

미안하다 그렇게 힘들게 해서. 다시한번 용서를 청할게

((((( 또 정화중 ))))

손 잡아줘서 고맙다. 네가 아닌 나쁜 에너지에 대한 이야기 하고 있었지.

(사람들이 진짜 나를 원하지 않고 가짜 나를 원해서 힘들어. 진짜 내가 아닌  
다른 모습을 강요받아서

그러면 나는 도망가버리는거야. 그런 사람 곁에는 있고 싶지 않아.)

우린 너에 대해 왜곡된 생각을 주입받았어. 조금만 안쓰럽게 여겨주길  
부탁할게.

진짜 너와 가짜 너에 대해 조금 설명해주지 않을까?

(나는 나를 사랑하는 사람 곁에 있어. 나는 모두를 사랑해. 하지만 나를  
싫어한다고

내 귀에다 대고 매일 외치는 사람 옆에는 있고 싶어도 있을 수가 없어.)

너를 싫어한다고 외친다고? 그럴리가. 우린 모두 네가 없으면 안 되는데.

(그래 근데도 나를 원망하잖아. 나 때문에 가정이 엉망이 되었다고,  
나 때문에 엄마 아빠가 싸운다고, 나 때문에 세상이 이모양이라고.  
나 때문에 자기가 작아진다고. 나는 오직 크게 해주는 존재일 뿐인데.  
나 때문에 죽고싶다고 - 이 말을 들으면 슬퍼.)

미안하다. 내마음도 슬퍼지네.

(둘 중에 하나만 했으면 좋겠어, 나를 좋아하는지 싫어하는지.  
그런데 좋다고 해서 다가가면 또 싫대. 부담된대. 나때문이래.  
날 무서워하는 사람들도 많아. 내가 무슨 나병환자라도 되는것처럼.  
날 무서워하는 사람은 내가 다가가면 나를 막 밀어내.)

밀어낸다는 건 무슨 뜻이야?

(실제로 밀어낸다고. 날 버려 버리는거지. 가치 없는 데에.  
나는 풍요로움이기 때문에 풍요로울 곳에 쓰여야 하는데  
가난하게 만드는 데 쓰이면 나는 또 도망가버려.)

무슨 말인지 알겠다.

우리가 널 위해 무얼 해줄 수 있을까?

(나는 형태가 아니야. 나는 마음이야. 풍요로움의 마음이고 행복한 생각이야.  
나를 사랑하지는 못하더라도 미워하거나 무서워하지는 말아줘.  
나의 진심은 모두를 감싸안아 주고싶어.)

사람들이 너와 거리낌없이 지낼 수 있을려면 어떻게 하면 될까?

(나에 대해 생각해. 진짜 나에 대해. 매일 생각해.  
가짜 내가 아니라 - 결핍이나 집착에 대해서가 아니라,  
풍요로움과 영원한 확장인 나에 대해 생각해줘.  
나는 네가 나의 진짜 모습을 봐주기를 기다리고 있어.  
나는 너에게 가서 나를 확장하기를 원해.  
네가 나를 확장해주는 고마운 친구가 되어주길 원해.)

응 그래 너의 진짜 모습을 보기 위해 노력하라고 이야기해줄게  
넉넉하고 아름다운 너의 모습을 상상하라고 말해줄게  
매일 그렇게 하면 될까? 그리고 생각 말고 어떤 행동은 하지 않아도 돼?

(나를 생각나게 하는 일을 다른 사람에게 해줘.  
다른 사람이 풍요롭다고 느낄 만한 걸 해줘.  
그러면 나는 그때마다 네 곁에 있을거야.  
내가 네 곁에 자주 있게 되면 너도 나를 보게 될 거야.  
아픈 사람에게는 노래를 불러줘도 좋아.)

돈이 노래를 불러주라고 하다니 보는 사람이 좀 이상하게 여길것 같네.

ㅋㅋㅋㅋ

무슨 말인지는 알겠어. 다른 사람에게 여유롭고 넉넉한 마음을 갖게 해주라는  
거지?

(그래. 다른 사람이 넉넉해지면 너의 마음도 넉넉해질거야.  
너의 마음이 넉넉해지면 너의 현실도 넉넉해져.  
너희가 아는 돈은 나의 지극히 일부분이야.  
나는 사람들을 먹여주고 입혀주고 재워주고, 지켜주고 휴식하게 해주고  
아이디어를 실행하는데 도움을 주고 더 좋은 상품이 나오게 해주고  
행복하게 해주고 꿈을 가지게 해줘.

나는 가족들을 행복하게 해주고 사람들을 안심시켜 주는 존재야.  
나는 빼앗는 자가 아니요, 공격하는 자가 아니야.)

고마워. 고마워. 너의 아름다운 마음을 다른 사람들도 느껴봤으면 좋겠다.  
잔잔한 파도 속 돌고래같이 반들반들하고 예쁜 느낌이야.

이제 왼팔 손만 좀 저리다. 마음이 좀 편해졌어.  
우리 모두의 마음에 평화가 있기를..  
다음에 또 만나.

=====

뭐 쓰고보니 흔한 뉴에이지서적스러운거 같기도 하고...  
강 재미로 봐 ㅋㅋㅋ  
돈에 대해서도 역시 살면서 돈과 관련된 모든 악감정을 털어내고  
돈을 사람처럼 대하면서 화해하면 됩니다. 필승

## 22.실전! 용서하기 7편 -돈에게 용서받기

지난 글에서 대략 돈이 어떤 생각을 하고 있는지 써봤는데  
당시 내가 처음에 부른 돈의 마음은 "내 글을 보는 사람들이 생각하고 있는  
돈" 을 부른거기 때문에  
정화를 거듭 하면서 돈이라는 형상을 보이게 하는 풍요로움으로 그 존재의  
말하는 내용이 바뀐거야.  
무슨 말인지 내가 원하는 방식대로 직접 해본 사람은 알겠지,



마음 안에서 내가 아는 가짜 어떤 대상이  
풀수록 점점 더 진짜 대상이 되고 나중엔 믿지 않고 고마운 사람이 되는거.  
처음에는 내가 그 대상의 실체를 모르니까 내가 안다고 생각하는 그 대상과  
대화를 할수밖에 없지  
그러다 악감정을 풀어가면서 그것의 실체를 알게되는거야.  
누구나 할 수 있는 거니까 너희도 해봐! 할 수 있다고 생각하고 하면 돼  
의심 때문에 안되는거야, 어린아이처럼 의심없이 된다고 생각하면 다 돼

끌어당기기 이런거, 네빌 고다드라든가 뭐 씨크릿 이런거 잘 안되는 이유  
알겠지?

자기 마음속에 이미 그 무엇에 대한 잘못된 생각이 짝 차있기 때문에  
내가 아무리 좋은 선언을 하고 상상을 해봤자  
의식하는 내 마음은 좋은 생각을 하지만, 무의식은 반대인 생각으로 짝  
차있으니까 별 효험이 없는거.  
의식이라는 건 무의식을 감추어놓기 위해 가면을 쓰고 다 잊은 척 대표격으로  
활동하는 무의식 마음의 일부일 뿐이야.

아무튼 그래서 일단 무의식에 접속을 해서, 그 안에 있는 악감정을 다 털어야  
하는데,

무의식에 접근하는 방법은 간단해,

1. 자기자신에게 솔직해지고
2. 그제(내가 버리려하는 감정덩어리) 무의식 안에 있을 수도 있음을  
인정하는 거야.
3. 무의식 안에 들어와 있다고 믿는거야, 들어가려고 애쓰는게 아니라,  
들어와있다고 믿는거  
사실 무의식이니 의식이니 바깥이니 안이니 이런거 없다고, 다 자기가  
설정하는 것뿐이야.

그럼 돈에 대한 악감정을 털어내 보자.

다음의 글을 소리 내어 읽어 보자. 이왕이면 연기도 하면서 감정을 실어서 세번정도 말해 보자.

그거 내꺼야. 내놔. 내꺼야. 내꺼야. 내꺼라니까. 내놔. 내꺼라고. 그거 내꺼야. 내꺼야. 내꺼라니까. 내꺼란 말야.

살면서 특히 어렸을 때 누구나 겪어봤을법한 박탈감이 내 말소리에 실릴수 있도록 노력해보자.

어떤 기억이 떠오른다면 그 기억을 이용해 적극적으로 감정을 실어보자. 감정이 느껴진다면, 한층 더 그 박탈감을 실어서 실제상황처럼 말해보고 느껴보자.

그 다음 구절 간다.

그거 내꺼라니까? 내놔. 빨리 내놔. 왜 안내놔? 왜 안주는데. 내꺼라니까? 왜 안 줘? 왜 안 주냐고!

아까는 박탈감이 느껴졌다면 이 구절을 몇번 반복해보면 내 요구가 정당하다는 생각과 억울함이 올라올거야.

아무리 해도 그걸 가질 수 없고, 사실 '가질 수 없다' '안 준다' 고 믿고 있다는 걸 느끼도록 해봐.

무의식은 미친 신이기 때문에, 미친 신이라도 창조력이 있으니, 가질 수 없다고 믿고 있으니 당연히 못가진 현실이 창조되지.

최대한 감정이 실릴 수 있도록 빠져들어서 말해보자. 한 번으로 잘 안되면 거듭 거듭 해 보자.

그 다음 구절 간다.

왜 안 줘? 내건데. 왜 안줘? 내꺼라고! 내꺼야! 왜 안주는데!! 너 왜 내꺼 숨기고 안주는데?  
니가 내꺼 숨겼지? 니가 내꺼 숨겼잖아? 어딤어? 어디있냐고, 내꺼 어디있어, 빨리 내놔!!!

여러번 해보고 제대로 되었다면  
이제는 누군지 모를 상대방이 내 권리를 박탈하고, 그걸 의도적으로 빼앗아서 숨긴 거 같은 분노가 올라올거야.  
혹시 살면서 빼앗겼던 기억이 올라온다면, 그 사람 얼굴을 상상하며 해도 돼.

그 다음 구절 간다.

이 망할놈이 내꺼 숨겼어. 너야? 너야? 니가 내꺼 숨겼어? 너야? 너지!  
너지??? 니가 내꺼 숨겼지?  
이 개자식!! 너로구나!! 너때문에 내가 이렇게 된거구나. 니가 숨긴거야.  
너때문이었어. 너때문이야!!!

여기서는 욕하고 싶으면 취향에 맞는 ㅋㅋㅋ 욕을 하도록 해. 물건 집어던지고 싶으면 던지고  
팔도 휘두르고 어린애처럼 발도 굴러보고 온몸으로 표현을 해.  
분노가 일어나면 그 기회를 놓치지 말고 그 안에 확 들어가버려, 다 꼬집어 내 버려.

그 다음 구절은 해본 사람은 알겠지  
내안의 살기쁜 죽이려는 놈이 나와야 해. 내가 그걸 보기 싫어도 볼 수밖에 없도록.  
그래서 그게 내안에 정말 있었구나, 내가 이런 감정 가진줄 나도 몰랐네,  
아, 이 감정 때문에 이렇게 답답하고 억울한 마음 가지고 살았구나, 하고 깨닫고 놀라도록.

억지로 하려고 하지 말고 몰입해서 분노하면 저절로 돼, 그래서 실제로 삶에서 이런 빼앗기는 일을 겪어봤다면 그런 기억을 적극 활용하도록 해, 더 화가 나게 해주는 트리거가 되니까.

사건으로 인해 상처가 쌓여서 너의 인격이든 에너지든 뭐든 그런게 형성되는 게 아니라,  
애초에 너를 둘러싼 감정에너지 덩어리가 존재하고, 그것들이 삶의 사건이라는 환상을 그려내는거야.  
많은 수행터에서 이걸 오인하고 있어. 거꾸로들 알고 있더라고, 살면서 쌓아서 그렇게 된거 아니야. 반대야.

내 안에 그런 살기가 있다는거 자꾸 인정하고 알게되면 나중엔 굳이 말이나 행동으로 안하고 상상으로 해도 되는데 대부분 처음에 그런거 잘 안돼, 그러니 몰입해서 나도 모르게 그게 나올 정도로 연기를 해봐

구절로 굳이 나타내면 이렇게 되지

이 개새끼 내꺼 가져간 니놈 죽여버릴거야. 니가 내꼴 훔쳤으니 넌 죽어야 해. 넌 죽어야 해!!  
죽어!! 죽으란 말이야 죽어!! 나는 옳아, 나는 옳다고, 니가 나쁜놈이야, 니가 죽어야 해!! 니 잘못이야!!  
난 정당한 일을 하는거야, 너는 죽어 마땅한 놈이니까 내 손에 죽어야 해!!  
난 아무 잘못 없어, 난 아무 잘못 없다고!! 다 너 때문이야, 너 때문이야!!!

자 이 논리 어때 매우 황당하지? 이게 예고의 논리야.  
마지막 말들은 특히 무엇으로 시작했더라도 끝에는 백프로 똑같이 저렇게 말해. 저게 예고의 정체가야.

사람들 사이의 알력을 관찰해본 기민한 사람은 이게 정확하게 사람들 사이에서 일어나는 일이라는 걸 알거야.  
에너지 차원에서는 정말로 이렇게 하고 있어. 겉으로는 대부분 표현하지 않고 참다가  
사건이 겉으로도 터지면 정신에 문제가 좀 있어서 이성적인 사고기능이 약한 사람들은 정말로 이렇게 말하며 싸우고 죽이고 그러지.

이 감정들을 토해내듯 밖으로 표출해서 버렸다면 자신이 지금까지 저런 무의식 생각의 꼭두각시였구나 싶기도 할텐데,  
한편으로는, 그 "토해내는 자" 가 누구인가에 대해 알고 해썬봐,  
에고를 버리려고 하는 이 자는 누구일까?

당연히 에고는 아니겠지? 그렇다고 너자신이라고 느껴지지도 않을거야.  
시간이 갈수록 네가 알던 너 자신은 수행하는 자가 아닌, 수행당하는 자라는 걸 알게 돼.  
이건 좀 말장난처럼 느껴질수있으니 이말은 나중에 다시 하고,  
진짜 너 자신이 누구인지 잘 몰라도, 진짜 네가 아주 위대한 존재일지도 모른다는 걸 믿으려고 애써야 해.  
있다고 믿어야 찾게 되고 찾아야 찾아져.  
그래서 위대한 자신에 대해 자주 생각을 해보고 만날 날을 고대해보길 추천해.

자 어쨌든 토해내서 가슴이 뻥 뚫린듯이 시원해졌다면 - 이정도까지 되려면 실은  
살면서 있었던 '빠앗긴' 기억들을 굵직굵직한걸 청산해야하니까  
저 위의 구절들을 응용해서 '빠앗은' 그 사람들에게 적용해서 감정을 토해내고  
다 토해냈다면 용서하도록 해. 그 사람을 위해서가 아니라 나를 위해서.

연습해 볼 사람들을 위해 한번에 아래에 남겨놓을게.  
감정을 실어보고 그게 내것이 아니라는 거, 에고라는거, 아주 오래된  
무의식의 사고방식이라는거 인지하고  
나는 에고가 아니며 진짜 내가 뭔지 아직은 잘 몰라도 나의 내면 어딘가에는  
고귀한 존재가 있기에  
더이상 이런 식으로 느끼거나 말하거나 행동하지 않겠다고 마음을 먹어야해.

그렇게 마음을 먹기 위해 정확히 뭐가 있는지 직접 보기 위해 굳이 힘들게  
말로 꺼내서 하는거야  
그냥 글로 보고 생각만 해보는거하고, 자기가 실제로 해보는거하고 차이가  
크니  
낯설고 어색하더라도 겁내지말고 입밖으로 꺼내서 해봐.

그거 내꺼야. 내놔. 내꺼야. 내꺼야. 내꺼라니까. 내놔. 내꺼라고. 그거 내꺼야.  
내꺼야. 내꺼라니까. 내꺼란 말야.

왜 안 줘? 내건데. 왜 안줘? 내꺼라고! 내꺼야! 왜 안주는데!! 너 왜 내꺼  
숨기고 안주는데?

니가 내꺼 숨겼지? 니가 내꺼 숨겼잖아? 어딤어? 어디있냐고, 내꺼 어디있어,  
빨리 내놔!!!

이 망할놈이 내꺼 숨겼어. 너야? 너야? 니가 내꺼 숨겼어? 너야? 너지!  
너지??? 니가 내꺼 숨겼지?

이 개자식!! 너로구나!! 너때문에 내가 이렇게 된거구나. 니가 숨긴거야.  
너때문이었어. 너때문이야!!!

이 개새끼 내꺼 가져간 니놈 죽여버릴거야. 니가 내꼴 훔쳤으니 넌 죽어야 해.  
넌 죽어야 해!!

죽어!! 죽으란 말이야 죽어!! 나는 옳아, 나는 옳다고, 니가 나쁜놈이야, 니가  
죽어야 해!! 니 잘못이야!!

난 정당한 일을 하는거야, 너는 죽어 마땅한 놈이니까 내 손에 죽어야 해!!  
난 아무 잘못 없어, 난 아무 잘못 없다고!! 다 너 때문이야, 너 때문이야!!!

## 23.실전! 용서하기 8편 -사랑받고 싶어하는 마음

안녕 친구들?

걱정해주거나 응원해주는 댓글들 고맙고 너네가 보여주는 따뜻한 마음에 나도 순해지고 마음이 따뜻해지는거 같아.

혹시 내가 마음 상해서 글 안쓸까봐 그런거는 생각 안해도 될거같아 나는 나좋은대로 사는 좀 내멋대로인 사람이라서

내가 하고싶은 건 꼭 해야되거든 누가 막으면 더 의지가 강해져 ㅋㅋㅋ

글쓰는건 나자신에게 도움이 되기 때문에 쓰는것도 커 그래서 한동안은 글을 쓸거같아 그리고 댓글 달아주고

살아가는 이야기 해주는 사람들이 고맙고 재밌어서 계속 쓰게되네, 좋은 사람들이 많아서 댓글보면 기분이 좋아져.

오늘 아주 강한 에너지가 들어왔는데 몸변화 겪은 사람 있어? 대략 아침 6시경부터 오후 4시까지 강력했어.

우리 어머니는 아예 드러누워 계셨고 나는 아침부터 스토커스러운 집요하게 괴롭히는 예고가 올라오고

왼팔에 에너지 막힌데가 있는데 장풍쏘듯이 계속나가고 ㅋㅋㅋㅋ 근데 한숨 자고 나니까 그 예고가 많이 나갔어.

세상에 이런 찼든한 에너지가 강 잠만 자는데 버려지다니 요즘 진짜 환상적이야 끝내줘 ㅋㅋㅋㅋ

플레이아데스인이 11일에 말하길 더이상 기다릴 수 없다고 며칠후부터 계속 강력한 에너지를 보낼거라고 하더라고

10월초까지 점점 더 세지는 에너지를 보낼 계획이래,

너네들 (잠재의식이 일부 열린 사람들을 말하는듯) 며칠 후부터 땅에 들러붙은거처럼 느껴질거라고 했는데 ㅋㅋㅋㅋ

아마 잠재의식이 많이 열린 사람일수록 몸이 괴로웠을꺼야 울 어머니처럼  
ㅋㅋ

물을 많이 마셔, 미네랄워터나 알칼리수는 그 자체로 정화효과가 있어, 하루 2리터 마시면 이상적이야,  
소금도 하루 1티스푼 먹어야 해, 소금도 정화효과가 있거든.  
그리고 낮잠을 못자면 쪽잠이라도 많이 자. 뭐든지 너무 열심히 하려고 하지 말고 마음 편하게 먹고.  
가장 우선적인 건 빨리 통로를 뚫어, 그래야 앞으로 더 쉰 에너지 들어와도 몸이 편해,  
꼭 차크라 아니더라도 호흡관이라도 뚫어서 단전호흡만 되어도 에너지 교류가 원활해져  
1월부터 계속 보냈다는데, 난 2월부터 느끼고 있는데 점점 더 썩지는걸 보면 애들이 10월까지 보낸다는게 거짓말 아닌거 같아.

이정도 고차원의 에너지를 몸에 받아들이려면 예전에는 며칠이나 몇주를 집중수행 했어야 했는데... 땡잡은거야 진짜  
이런 이벤트가 우주차원에서 희귀하기때문에 지금 지구에 있는 사람들은 이 에너지 받으려고 경쟁해서 지구에 온거라고 하더라고  
예전에는 이런거 들어도 무시했는데 에너지샤워를 계속 겪으니 그럴법하다는 생각이 드네

외계인 찌라시로는 7월 24일이 지구의 에너지수준을 가늠하는 평가일이 될거라네  
그날을 기점으로 이후 지구가 어떻게될지 결정하게 된다고 하니까  
그날까지는 다함께 '내마음'에 집중하는걸 하자  
그 마음이 못생겼더라도 안아주고 떠나보내주자, 믿거나 말거나지만 나쁠건 없잖아  
그날에 뭐 통과 안된다고 위험하게 되고 그런건 아니고 지구는 이미 좋은쪽으로 왔는데 앞으로 절차를 정하게 되는건가봐



그러니 걱정은 하지 말고, 나쁜걸로 보이는게 나와서 정화가 되고 나면  
좋은일들이 생길거야  
나는 차원상승 될지안될지 진짠지 가짜지 그런생각 별로 안해, 하지만 엄청  
대단한 에너지가 계속 들어오고 있는건 진짜야,  
이 좋은 시기에 마음에 집중하면 큰 효과가 있을거같아

자 지난 글에서 이런거 했잖아

그거 내꺼야. 내놔. 내꺼야. 내꺼야. 내꺼라니까. 내놔. 내꺼라고. 그거 내꺼야.  
내꺼야. 내꺼라니까. 내꺼란 말야.

이거 구절을 좀 바꿔서 응용을 해볼까? 달라고 요구하는 것을 사랑 으로  
바꿔보자. 물론 예고가 상상하는 가짜 사랑이지.  
지난번보다 좀 빨리 가보자.

사랑받고 싶어. 나 좀 사랑해줘. 난 사랑받고 싶어. 사랑받고 싶어. 사랑해  
달라고. 사랑해 달라니까.  
왜 나 안사랑해 주는거야, 왜. 사랑받고 싶은데. 사랑해줘. 아무도 사랑을  
안줘. 나만 사랑을 못 받아.  
난 왜 사랑을 못받지. 왜 나만 못받지. 나도 사랑받고 싶은데. 나도 사랑해달란  
말이야. 사랑해줘!  
(사랑받고 싶다고는 하지만 실제로는 사랑 못받는다는 강한 믿음이 있다는걸  
깨달아보기)

사랑해! 날 사랑하라고! 날 사랑하란 말이야! 너는 나를 사랑해야지, 너는  
당연히 날 사랑해야 한다고!  
너는 우리 엄마니까 나를 사랑해야지, 너는 우리 아빠니까 날 사랑해야 해,

너는 내 애인이니까 날 사랑해야지, 너는 내 남편이니까, 아내니까,  
자식이니까 나를 사랑해야지,  
더 더 더 사랑하란 말이야! 나를 사랑해주지 않는 네가 밉다! 미워! 날  
사랑하지 않다니! 미워!  
(사랑을 어떤 틀과 대상으로 규정하고 내 생각대로 되지 않으면 증오가  
일어나는 마음을 인지하기)

너같은 거 없었으면 좋겠어. 차라리 없는게 나았을텐데. 날 사랑하지 않는  
너같은 거 필요 없어.  
사라져. 없어져. 죽어버렸으면 좋겠어. 미워. 너같은 거 죽어버려. 죽이고  
싶도록 미워!  
넌 내가 원하는대로 날 사랑해줘야지. 니가 하는 말 니가 하는 행동 하나도  
마음에 안들어.  
내가 하라는 대로 하란 말이야! 내가 원하는 대로 날 사랑하란 말이야! 내가  
널 미워해도 넌 날 사랑하란 말이야!  
날 사랑하지 않으면 죽여버리겠어. 내가 원하는대로 날 사랑하지 않으면 너는  
살아있을 가치가 없어,  
(사랑해주지 않으면 죽여버리겠다는 살기와 남을 내맘대로 하려는  
독재자같은 마음을 인식해보기)

나를 사랑한다고? 거짓말이야! 네가 네 식대로 주는 사랑 따위 필요 없어,  
너는 나를 사랑하지 않잖아? 네가 나를 사랑할리가 없어! 너 거짓말  
하는거지? 너 나를 사랑하지 않잖아?  
넌 내가 하라는 대로 해야 해, 내가 달라는 식대로 사랑을 달란 말이야! 그게  
아니면 너는 내 적이야!  
미워! 미워! 미워! 너 때문에 내가 이렇게 됐어! 너 때문에 내가 이렇게  
망가졌단 말이야!  
너 때문이야, 너 때문이야, 너 때문이야! 난 아무 잘못 없어, 다 너 때문이야!

너 같은 건 죽어야 해! 내가 죽어야 내가 살 수 있어, 내가 사라져야 내가 온전해 질 수 있어!

(사랑한다고 해도 의심하는, 사랑을 알지도 못하고 사실은 사랑 받고 싶어하지도 않는 마음이 살기를 감추기 위해 사랑받고 싶다는 마음을 올리는 것이라는 역설을 인식해보기)

이걸 올리기만 하고 마무리를 못하면 하다 만게 되니까 좀 아쉽게 되겠지? 실전! 용서해보자 1,2편에 나온 용서하는법을 참조해서 꼭 마무리를 하도록 하자.

사랑을 받고 싶어하는데 받지 못하는 그 마음도 내가 가련하게 여기고 안아주면 사라져.

인식을 확실히 했다면 인식만으로도 사라지긴 하지만, 이왕 하는거 마무리를 위해 그 마음을

인격체 대하듯이 대해서 안아주고 다독겨려주고 괜찮다고 해주고 이젠 아프지 않아도 된다고 말해주고 보내주자.

해보면 살면서 사랑받지 못해서 슬펐던 혹은 분노했던 기억이 많이 올라올거야, 상대가 누구든

그 형상은 가짜이고 내 착각한 마음이 만들어냈을 뿐, 하지만 그 형상을 이용해서 감정을 끌어올리는데 적극 활용하자

슬픈게 많아서 분노가 잘 안올라온다면 많이 많이 울고

사랑받고 싶다고 슬픔의 마음도 인정하며 풀어낸 다음에 분노에 접근하면 돼.

슬픔을 그 분노를 감추려고 쓰는 사람도 있고, 신을 잃었다는 상실감과 혼동하는 사람도 있어,

어쨌든 다 풀어내고 슬픔도 껴안아주면 돼, 상실감에 대해서는 다음에 쓰도록 할게.

근데 그럼 이세상에 사랑받고 싶어서 애교도 부리고 매력있어 보이려 하고  
그런 사람은 전부 살기를 쓰는 건지 궁금할텐데  
이 세상의 사랑은 일단 살기가 맞아, 그런데 우리가 가족들이나 연인들에게  
사랑을 느낄 때 다 살기는 아니지,  
왜냐면 넌 에고가 아니잖아, 에고의 말을 듣고 그대로 행동할때도 있지만  
아닐때도 많잖아  
너에게는 에고를 넘어서 사랑을 볼 수 있는 마음이 있지, 그 마음으로  
가족이나 연인을 볼 때  
고맙고 뿌듯하고 행복하고 이런건 진짜 신의 마음이지. 그렇지만 거기에  
에고가 섞이기 시작해서 어느새 구분이 잘 안되고  
상대를 내 식대로 만들어야 하고, 시간이 지나면 결국 그 누군가에게 상처를  
주게 되는거지.

이런 사랑받고 싶은 살기가 쉰 사람일수록 사랑받고 싶은 마음을 예쁘게  
표현을 잘 못해.  
애교 잘 못부리고, 무뚝뚝하고, 고맙다든가 좋아한다든가 사랑한다든가  
상대방을 인정하는 말도 잘 못하지.  
파동 에너지 마음은 덩어리가 커지면 커질수록 들킬까봐 자기 정체를 숨겨서  
없는 척 하는 특성이 있거든.

나는 사람들에게 친절하게 잘 하는데 이상하게 사람들은 나를 무시한다,  
다른사람들에게만 잘해준다  
싫은 사람은 자기 에너지 파동으로 방송을 하고 있는거야.  
내가 이렇게 잘하니 날 사랑해라!! 라고 강요하고 있기 때문에  
무의식중에 그걸 느끼는 사람들이 역시 무의식중에 받기만 하고  
고마워하지도 않고 무례하게 대하게 되는거.  
무의식세상에는 거짓을 부릴수가 없거든, 모두가 모두의 마음을 알거든,  
세상에 대접을 제대로 못받고 있다는 생각이 든다면 본인이 세상을 제대로  
대접하지 않고 있기 때문이야.

물론 무의식 차원에서. 개별 에너지체(라는 환상)는 쉬지않고 방송신호를 계속 뿜고 있거든,  
그런 사람에게 무례하게 대하는 다른 사람은, 자신은 상대방이 원하는 대로 대하고 있다고 무의식중에 믿기 때문에  
고마워할 줄도 모르고 무례하게 응답하면서 그게 정당하다고. 저사람이 나에게서 그걸 원한다고 느껴.

그럼 오늘은 여기까지.. 오늘도 피스

## 24.실전! 용서하기 9편 -어느 무서운 마을의 우물

오늘은 두려움에 대해 이야기를 해보려고 해  
수행은 처음부터 끝까지 두려움을 떨치는 거기 때문에 참 힘든 거 같아  
두려움이 마치 실재인 양 몸속에 에너지로 또아리를 틀고 있고  
하나의 또아리를 벗어나면 또다른 또아리가 있고 이렇게 얹혀있어서 더 힘든 거 같아

동화같은 이야기를 하나 지어볼게  
너는 어떤 낯선 마을에 살고 있어  
네가 언제 이 마을에 왔는지는 너도 기억이 안나,  
익숙한 느낌도 있지만 한번씩 뭔가 위화감이 느껴지고  
진짜 내 고향이라고 말하기엔 영영 낯설것만 같은 그런  
처음과 끝을 알 수 없는 막역한 느낌이 있는 이상한 마을이야  
너는 거기서 사람들하고 친구도 되고 동반자도 되고 그렇게 잘 살고 있어

그 마을에는 어려서부터 들어온 어른들의 이야기가 있었어  
마을 외곽 저편 숲속에 버려진 우물에는 가지 말라는 이야기지  
어렸을 때 호기심에 친구들과 함께 그 우물에 갔다가

허름하고 풀이 잔뜩 난 우물 입구에 놓인 썩어가는 나무 뚜껑에 손을 대봤는데  
안에서 툭 툭 하고 돌 던지는 듯한 진동이 뚜껑을 통해 느껴져서  
넌 대경실색 놀라서 친구들과 다같이 걸음아 나 살려라 줄행랑을 친 적이 있어

그 일은 어른들에게 감히 말하면 안되는 비밀이 되었고 친구들끼리도  
금기였지  
가끔 너는 살면서 그 산을 쳐다보았지만 그 우물에 가고 싶은 생각은 들지  
않았어  
우물은 금기이고 터부이고,  
그 우물 안에는 옛날에 버려진 어린아이의 원혼이 갇혀 있다는 마을 전설은  
그 마을을 사는 사람이라면 누구나 아는 구연동화 같은 거였지

너는 어른이 되어서 결혼도 하고 아이도 낳고 살다가 어느날 놀라운 이야기를  
듣게 되었어.  
그 버려진 우물속의 어린아이는 마을 사람들이 모의해서 다같이 저지른  
범죄라는 거였지.  
마을 사람들은 자신들의 죄를 대신 받을 희생양이 필요했고  
그 아이가 우물에 들어가던 날은 비밀스런 의식과 제사가 치뤄졌어  
목격자들이 입에 침을 튀기며 너에게 그 이야기들을 해줬지

처음엔 믿을 수 없었고 역겨웠어  
하지만 너는 곧 이 마을에서 어른이 된다는 것은 그 비밀을 공유한다는 것임을  
깨닫게 되었어  
그 비밀을 공유하는 마을사람들은 하나도 빠짐없이 그 마을을 벗어날 수  
없었어  
그 마을을 벗어나겠다는 말만 해도 공공의 적이 되기 충분했고,  
실행한다면 얼마 지나지 않아 잡혀와서 무서운 처벌을 받는다는 소문이  
있었거든

너는 그 마을의 소름끼치는 위선이 싫었지만 벗어날 수 없었어. 진실을 아는  
너도 공범이었거든.

어느새 너는 너의 자녀들에게도 그 우물이 있는 산에는 가서는 안된다고 겁을  
주게 되었지.

너는 웬지 그 우물에 늘 끌렸어, 어렸을 때 들은 돌 던지는 소리나 진동을 잊을  
수 없었거든

혹시, 혹시, 만에 하나라도

옛날에 버렸던 아이가 아직 살아서 그 우물 밑바닥에 있는 게 아닐까?

가장 이해할 수 없는 건 이 생각 때문에 때때로 잠을 설친다는 사실이었지  
왜 그 우물과 그 안에 있을 수 있는 아이가 너에게 이런 큰 영향을 끼치는지 넌  
자신이 바보같았어,

다른 사람들은 아무도 그런 것 신경쓰지 않고 잘 살고 있었거든,

너의 배우자와 자녀들도 이런 너를 이해할 수 없다고 했어.

이제 나이가 더 들어서 중년이 된 너는

자기 자신과 마을 사람들에게 대한 환멸감을 감추며 괴로운 자신을 애써

달래가면서

삶이 원래 다 이런 거라 자조하며 조그만 기쁨이라도 주는 소소한 취미생활을  
하며 살고 있었어

인생이 그렇듯 어느새 자녀들은 곁을 떠나고,

배우자와도 웬지 멀어지고 마을에서는 외톨이가 되었지.

너는 이제는 젊어서 밤잠을 설치게 하던 의문을 더는 미루기 싫은 생각이  
들었어,

살면서 나름의 책임을 다하며 부모로서도 나쁘지는 않게 살아온 것 같았거든

이제는 의문을 밝히고 싶고, 혹시라도 정말 그 우물에 버려진 아이가

살아있었던 거라면 어떡하지, 너는 수십년을 그 아이를 방치한 거라는

무서운 죄책감때문에 악몽을 꾸고 다시 밤잠을 설치기 시작했어

어느날 너는 오랜 시절 함께 해온 배우자가 실은 네게 충실하지 않았다는 걸 알게 되었고

충격적이고 허탈한 마음에 핫김에 그 산으로 갔어.

자신도 모르게 발걸음은 우물을 향했지.

비가 오기 시작했어. 산길에 신발이 죽죽 미끄러졌고

넌 달렸어, 숨이 턱끝까지 차올랐고 얼굴엔 빗물이 줄줄 흘렀어

손이 어느새 그 우물 뚜껑에 닿았어

단숨에 열어젖히겠다고 각오했지만 두려움과 죄책감이 손을 막았어

이 겁쟁이!! 하고 스스로를 욕하기를 수십번

눈물도 나는 것 같고 좌절감에 손바닥으로 우물 뚜껑을 탕탕 몇번을 쳤을까,

어렸을 때와 똑같은 그 돌던지는 듯한 소리와 진동이 손바닥을 통해 전해졌어,

넌 놀라서 굳어버렸지

어린시절 느꼈던 건 기절할만큼의 놀람과 두려움이었지만

이제 넌 그만큼 무섭지는 않았어, 넌 세상물정 아는 어른이었거든

아이가 살아있는게 틀림없어! 라는 확신에 한순간 넌 나무뚜껑을 덩석 들어

던져버렸어

우물 속에서 비명소리가 들려오는듯 했어, 무시무시한 절규와 동물소리같은

원시적인 흐느낌이

우물 밖으로 괴물같이 시퍼런 형체가 빠져나와 너를 덮쳤어

넌 양손으로 얼굴을 가리며 엉덩방아를 찼었지

얼굴을 때리는 빗줄기에 정신을 문득 차려보니 그건 그저 상상이었던 걸까

주변은 빗소리만 들릴 뿐 우물 안은 조용했어.

넌 용기를 가지고 우물 안을 들여다보았지



그 안에는 아무것도 없었어  
달빛을 기다려 속을 자세히 들여다 보았지만  
그 안에는 그저 돌무더기 몇개와 낙엽과 풀들이 얹혀있을 뿐이었어

그제야 넌 깨달았어, 애초에 우물에 갇힌 어린아이는 지어낸 이야기였다는  
것을  
마을에서 벗어나지 못하게 하기 위해 만들어진 속임수였다는 걸

죄책감과 위선자라는 자기비난으로 괴로웠던 수많은 밤들이 떠올랐고  
그 죄책감 때문에 친구를 사귀어도, 사랑을 해도, 아이를 키워도  
마음 한구석이 늘 어두웠던 나날들이 주마등처럼 스쳐갔어

모두 거짓이었구나.  
어쩌면 누군가는 알고 있었으리라. 내 친구들이거나 배우자였을지도 몰라.

넌 허탈감과 자괴감을 느꼈지만 어느새 비가 그치고 머리가 맑아지면서  
이제 이 마을이 너를 잡아 둘 수 없다는 걸 깨달자 갑자기 반가운 마음이  
들었어  
마을 사람들을 하나하나 찾아가 따질까 하는 생각도 잠시 들었지만  
그저 진짜 진실을 알고 마을을 조용히 떠나는 것이 최선이라는 생각이 들었어  
그리고 누구도 그런 너를 감히 막을 수 없다는 것도 알았어

넌 산을 내려가기 시작했어. 마을이 아닌 반대편으로.  
가족들이나 어렸을때의 추억에 대한 약간의 아쉬움이 떠올랐지만 다시  
돌아가고 싶진 않았어  
더는 그것들이 너를 잡아두지 못하는 것 같았거든,  
아니 애초에 내가 그들을 사랑하기는 했을까? 하는 생각에 씩씩히 웃었어

산기슭 아래 오솔길이 나 있었어. 진입로에는 차단막이 있었지만  
그 길은 어차피 두려움에 감히 아무도 가지 않으려고 하는 길이었기에  
차단막은 그저 장식일 뿐이란 걸 넌 예전에 몇 번 여기 와봐서 알고 있었어

넌 그 무릎까지 오는 그 경고의 차단막을 성큼 건넌어  
다시는 그 마을에 돌아오지도, 미련도 두지 않을거야.

—

누구나 마음 속에 깊고 깊은 곳에 우물같은 비밀스러운 장소가 있어.  
그리고 그 안에 가장 귀한 걸 버렸다고 생각해.  
그렇지만 그 사실을 잊고 어느새 그 안에 있는 것은 두려움의 상징이  
되어버렸지.

오늘은 마음을 고요하게 하고 자기 마음 속의 무서운 우물을 찾아봐  
내가 얼마나 이 우물을 두려워했던가 떠올리고 두려움을 느끼면서 그게  
가짜임을 인지해봐  
벽을 만져봐. 단단하게 느껴지는지 차갑고 습하게 느껴지는지  
단단하게 느껴지는 그 우물은 유령처럼 통과 할 수 있는거야, 가짜인 상상으로  
이뤄진 우물이거든  
그 안에는 아무것도 없어, 하지만 무언가가 있을거라고 굳게 믿는 너의 마음  
때문에  
너는 그 안에 있는 존재를 꼬집어 낼 수도 있어.

용기를 가지고 손을 뻗어, 우물 속으로 손을 뻗어 그 안에 있는 누군가를  
꼬집어내봐  
무서워하지만, 그 존재는 너를 탓하지 않아, 그저 순수한 어린아이일 뿐이야  
곰팡이가 피어있는 것 같고 오랫동안 굶주린듯 뼈가 앙상해 보이지만  
네가 품에 안으면 편안한 표정으로 변할거야.  
네가 먼저 손을 뻗으면 저항하지 않고 품에 안길거야.

이제야 너에게 와서 미안하다. 많이 힘들고 많이 아팠지?  
이제는 걱정하지마, 내가 너를 지켜줄게  
네가 더는 의심하고 두려워하지 않도록 거듭 거듭 너를 찾아올게  
아프고 힘든것 모두 내게 주지 않을래?  
내가 대신 아플테니 모두 내게 주지 않을래?  
너는 다시는 아프지 않을거야  
너는 순수한 그모습 그대로란다

그 아이가 너에게 고마워하는 걸 느껴봐 그리고 그 아이가 애초에 아팠던 적이  
없음을  
그 아이가 아파하고 있다는 게 나의 착각이었다는 걸 깨달으려고 해봐  
빛을 상상해도 좋고 그저 사라진다고 상상해도 좋고 그애한테 고맙다, 안녕  
하고 보내줘  
보내주고 나면 아 원래 없었던 것이구나.. 하는 생각이 들지도 몰라.

너무나 아름다운 여름날들이네  
온세상이 폭염 태풍 지진 홍수로 난리인데 여긴 참 평화로워 감사할뿐이야  
누군가가 여길 지켜주는 것처럼  
그럼 오늘도 피스

## 25.실전! 용서하기 10편 -원망하는 찌질이

감동적인걸 보고,  
"뭐 저런 걸 갖고 감동이니 뭐니 호들갑을 떨어쥘냐?" 하는 생각이 드는지,  
아니면  
"세상이 아직 살만하구나. 아름다운 사람들이야." 하고 가슴이 뭉클해지는지  
자기 자신의 상황을 한번 점검 해 봐.

감동받지 못하고 싸늘한 마음이 있다면 많이 풀어내고 용서 해야 해.

용서한다는건 처음엔 원망하는 사람을 가지고 주로 작업을 하게 되지.  
어릴때 날 괴롭힌 동네형, 내게 관심 없던 아버지, 날 때린 엄마, 돈 떼먹고  
도망간 동업자, 바람핀 남편,  
날 성추행한 직장 상사, 군대에서 날 유난히 괴롭히던 선임 등등  
그담엔 가족들에게 사소하게 원망을 가졌던 것들도 풀게 되지.  
사실 풀다보면 가족들을 가지고 가장 많이 반복 작업을 하게 될거야.  
가족이 제일 자주 보고 제일 사랑하니까 제일 원망도 많잖아.

그담에 용서 작업을 하는 사람들이 잇기 쉬운게 정치인이나 연예인 등  
공인이야.  
특정 정치인에게 한심스럽고 밉고 때려주고 싶고 그런 감정을 가진다면  
용서해야지.  
그 정치인하고 상관 없어. 내 속에 누구든간에 꼬투리 잡아서 미워하고  
싫어하고  
미워하는 걸 너무나 즐기는 마음을 보고 그걸 제거해야 해.  
더는 내 삶의 경험은 돌이켜보면 크게 미운 사람 없다 싶으면 티비를 켜봐.  
정치뉴스 보면 미운놈들 투성이지.  
잘 보면 사람들의 미워하는 마음을 잘 일으키는 사람일수록 구독자 수가 많아.  
ㅋㅋㅋ

마음속에서 미운놈 먹살 잡고 싸대기 때려봐봐.  
계속 때리면서, 그 놈하고 하나가 되지 말고, 마음을 분리해서 멀리서 본다고  
생각해봐.  
때리면서 고소해하고 속 시원하다며 좋아하는 그 쯔생이같은 놈의 마음을  
봐봐.  
내 삶의 어려움을 그놈에게 퍼부으며 앞뒤 상황은 됐고 니놈 마음따위 알고  
싶지 않고 무조건 미운

그 마음이 뭔지 봐봐. 얼마나 웃기고 불쌍한 모지리인지 객관적으로 봐봐.

그 미워하는 마음을 계속 갖고 있고 싶은지, 아닌지를 결정해.

이거 계속 안 갖고 있고 싶다 하는 결론이 나면 선언을 해.

"나는 더 이상 이런 미워하는 마음 가지고 있고 싶지 않아. 나는 세상을 용서할거야."

하지만 이렇게 간단히 되면 좋겠지만 대부분의 사람들은

마음속에 원망과 울화가 너무 많아서 이것만으로 잘 안되기 때문에

욕도 하고 울고불고 속에 있는것 다 토해내야 그나마 용서가 좀 돼.

실전! 용서해보자 를 여러번 보고 화풀이만 하지말고 용서해서 마무리까지 하길 추천해.

어떤 사람이 부모에게 어렸을 적에 버림받아서 용서 못하고 있다고 하자.

어린 아이를 낳아서 갖다 버린 그 여자는 지탄 받아야 하고 용서받지 못할 대상일까?

만일 그 여자가 올바른 가정에서 행복하게 자랐더라면 자기가 배아프게 낳은 아이를 갖다 버리려고 했을까?

혹시 버렸다 하더라도, 그것이 그토록 원망할 일일까?

누군가는 나의 몸을 만들기 위해 나를 뱃속에 9달 품어주면서 무거워서

움직이기도 불편한 그런 시간들을 견뎌냈다면

그것만으로 그 누군가가 나를 위해 불편한 것을 참아주었으니 고마운 것 아닐까?

고마운 것만 생각하고 산다면 나도 누군가에게 고마운 사람이 되려는 마음을 낼 수 있을텐데

고맙지 않은 것만 생각하고 산다면 나도 누군가에게 고맙지 않은 사람이 되어 버릴지도 모르잖아?

내 인생 하나도 즐겁지 않아서 나를 낳은건 저여자 멋대로 한거니 하나도  
안고맙다 라고 한다면  
니 인생이 하나도 즐겁지 않은건 미안하지만 니 잘못이지, 저 여자 잘못이  
아니아  
니 논리대로라면 모든 고아들의 인생이 즐겁지 않아야 하는데, 즐겁고  
행복하게 사는 고아들도 있거든?

도저히 이해할 수 없고, 아이를 갖다 버린 여자는 나쁜 여자라는 생각이  
든다면  
역시 마음속에서 그 여자 먹살 붙잡고 욕 하고 위협하고 때려봐봐.  
그러면서 그 마음을 봐.  
그 여자도 행복한 사람이 아니었을텐데,  
그 여자를 욕하고 때리면서 누굴 미워하는 마음을 올리는 자기 자신을 똑바로  
봐봐.  
그 마음 갖고 있는게 자랑스러워?  
그 마음이 너가 계속 가지고 있고 싶은 마음인지 생각해봐.

어렸을 때 부모님이 나한테 화풀이하고 때렸다고 부모님 원망하고 있는  
친구들 있을거야  
부모님이 나를 20살때까지 키워 줬다고 치고, 하루 한끼만 밥을 차려 줬다고  
치면  
20년 \* 365일이니까 7300번을 밥을 차려줬네?  
인건비는 빼고 재료비만 한 끼에 2000 원으로만 쳐보면 14,600,000  
원이네?  
부모님한테 최소 천오백만원쯤 갚은 다음에 원망하고 있는거지?

기저귀 몇살까지 차나? 애 안키워봐서 잘 모르겠다만  
하루에 2번 갈아주고 4살까지 찬다고 치면 2200번정도 갈아줘야 되네.  
부모님이 네 똥오줌 냄새 2200번 넘게 맡은 거는 알고 원망하고 있는거지?

부모는 애기가 다르잖아, 부모는 애들한테 화풀이하고 때리면 안되지!!! 라고 하겠지?

부모가 애한테까지 화풀이 한다는건 그 부모의 마음속에 울분이 가득하다는 건데

그런 사람이 애 낳아서 기저귀 갈아주고 우는 거 달래주고 밥 차려주고 목욕 시켜주고

유치원 데려다주고 학교 보내고 나름대로 얼마나 답답하고 힘든 날들이 많았을까?

혹시 네가 못봐서 그렇거나 너에게 보여주지 않으려 해서 그렇지 부모님도 속으로 울화를 참으며 어느 날엔가는 울고 싶은데 울지도 못해 가슴을 부여잡은 날이 있지 않았을까?

우리 부모님은 안 그래!! 니가 뭘 알아? 내가 얼마나 당했는지 아무도 몰라!! 하겠지?

그래 바로 그 마음을 풀으라는 거야. 그거 목이 쉴 정도로 고래고래 밖으로 토해내란 말이야.

고래고래 토해내다가 풀썩 주저앉아서 내가 불쌍해서 엉엉 울정도로 몰입해 보란 말이야.

이 거지같은 세상, 왜 나만 당해야 하나? 하고 하늘에다 삿대질도 하고 화 풀릴 때까지 화풀이 해보라고.

그 마음 속으로만 품고 있지 말고 풀어내라고. 밖으로 나와야 뭐가 있는지 알고 갖다 버리지.

근데 제발 혼자 있는데서 해야 해, 주변사람 놀래키지 말고. ㅋㅋㅋㅋ

그리고 화풀이만 하지 말고 용서를 좀 해주라고.

이렇게 화나는 나 참 힘들었구나. 불쌍한놈 그래 너 내가 용서해줄게 이제 마음 놓아라

그렇게 애 때리던 엄마도 힘들었구나. 행복한 사람이 아니었구나.  
엄마는 완벽한 사람이 아니었구나 오히려 못난 사람이었구나. 그래  
용서해줄게 엄마도 불쌍한 한 인간이니까

기적수업에 나오는 대로 그 사람을 보고 바로 환상이며 그 안에 나와 똑같은  
신성이 있다고  
바로 볼 수 있다면 얼마나 좋겠어? 하지만 대부분은 바로 그게 안된다고.  
원망하는 사람에겐 파동에너지가 짹짹 들어차 있는데 너무 현실같지  
환상같다고 생각해봤자 자기 기만이지, 환상으로 느껴지지않고 나랑 완전  
다른 사람으로만 보일뿐인데  
욕심 부리지 말고 자기가 할 수 있는 수준까지 먼저 용서를 해야지.

엄마가 환상임이 인지되지 않는다면 엄마를 사람으로 보고 먼저 할 수  
있는데까지 용서해야지  
엄마가 아주 깨끗하게 용서되지가 않는다 그럼 조금만이라도 용서해봐야지  
조금이라도 용서가 잘 안된다 그럼 이해라도 하려고 애써봐야지  
엄마가 완벽한 부모가 아니었고 엄마도 못난 인간이었구나 하는것  
정도까지라도 이해하려고 해봐야지  
자꾸 이해하려고 하다 보면 어느 순간 용서도 되는거지, 안된다고 안하면 영영  
용서 못하는거

남편이 바람을 피웠다 도저히 용서가 안된다  
용서 하기 싫으면 같이 안 살면 되잖아  
애 때문에 살기는 살아야 된다, 그럼 미워하면서 살지, 안미워하면서 살지  
결정해야지  
남편하고 사이가 다시 좋아질지 아닐지는 일단 안미워하게 된 다음에 생각할  
일이잖아  
이 시발새키 니가 감히 날 배신해? 찢어 죽여버리고 싶다고 욕하고 발로차고  
마음 속으로 아무도 안보는데서 해보라고



화가 좀 가라앉으면 생각을 좀 해보라고 내가 남편한테 평소에 고맙다는 말을 얼마나 자주 했던가?

남자가 당연히 이것도 해줘야지 남편이 이정도는 당연히 해야지 이런 생각이나 말은 얼마나 자주 했던가?

혹시 나는 너무 잘했는데 남편 새키가 백퍼 문제야?

그럼 안살면되잖아. 애한테도 그런 놈 본보기가 안되니까 안사는게 낫겠네. 용서 하든 안 하든, 어느 쪽이든 나는 행복할 수 있어. 내가 행복한 길을 찾아봐봐.

이런 글 보니까 욕 하고 올라오는 사람들 있지? 뭘 개소리하냐 싶고. 밑에다 댓글로 욕하지 말고 어디 코인노래방이나 차안에 가서 혼자 풀으라고. 그거 풀면 훨씬 행복해진다고. 여기다 욕해봐야 다른 사람들이 보고 똑같이 니같이 답답해진다고.

니가 답답한 거 니도 싫을건데 왜 남들한테 니 답답한 거 주면서 사냐 이거야. 그렇게 살면 앞으로도 똑같이 답답하게 살아야 된다고.

가짜 너를 버려야 진짜 너가 드러나지.

진짜 너는 원망같은거 몰라. 고마운줄만 아는 예쁜 마음이라고.

원망이 가득한 마음속에는 세상의 아름다움 따위는 안 보여.

그런 거 안보여도 잘 산다고?

원망이 가득한 너의 마음은, 너를 원망할 사람들을 창조해내는 에너지야.

넌 이대로 나이가 들면 네가 원망했던 사람들하고 똑같은 짓을 하게 될거야.

너에게 잘못을 저지른 그 사람들도 태어날 때부터 그랬던 게 아니란 말야.

중요한 거니까 반복해보자.

너에게 잘못을 저지른 그 사람들도 태어날 때부터 그랬던 게 아니란 말야.

그 사람들도 원래는 멋모르고 순수한 어린아이들이었던 말이야.

근데 어쩌다 그렇게 된거지?

그 사람들의 시작점이 너하고 뭐가 엄청 달라서 그 사람들이 그렇게 됐겠냐고.

자 이 글 읽는 사람들은 용서를 실천하고 있는 사람이 많겠지만

글을 읽기만 하면서 자기랑은 상관 없는 척 여전히 같은 마음을 올리고 있는 사람도 많을 거 같아서

실천이 얼른 안되면 생각이라도 좀 달리 해봤으면 해서 좀 썬 어조로 글을 써봤어.

행복하자

그럼 오늘도 피스

## Chapter3. 수행 파고들기

### 26.의심을 올리는 마음과 견성의 중요성

안녕 친구들

오늘은 집요하게 따라다니며 의심을 올리고 괴롭히는 에고와  
견성의 중요성에 대해 이야기를 해보자

개별에너지체=카르마덩어리=개별영혼=파동에너지 라고 했지.

이거 자체가 에고인 건 아니고, 그 에너지덩어리가 충성을 다하는 게 에고야.

이 에너지덩어리가 곧 너인것은 아니야. 진짜 너는 신의 품속에 있는

그리스도의식이거든

(생명, 사랑, 전체인 것, 영원한 것, 변치 않는 것, 자유, 영원히 주는 것,

완벽한 소통 정도로 말할수 있겠다)

진짜 너를 찾는 건 너의 마음 깊은 곳의 염원이야, 네가 그걸 느끼든 못느끼든.

하지만 이 에너지덩어리는 마치 자기가 실존하는 것처럼 느끼고 개성을 가지고 싶어해,  
그리고 자기가 너라고 자꾸 너에게 강요해. 그래서 언젠가부터 너는 네가 그거라고 믿으며 살고있어.  
내가 원하는 수행은 이 에너지 덩어리 자체를 규모를 줄여나가다가 궁극적으로는 다 없애는 거야.  
그걸 없애는 만큼 그리스도의식으로 옮겨가게 되다가, 다 없애면 완전히 그 의식이 되는거지.

에고는 이 세상이라는 게 만들어졌을 때 그 세상을 돌리는 운영체제 같은 거라고 했지  
<그 세상의 운영체제에 헌신할 것인가> 아니면  
<그 세상 밖의 원래 내가 온 곳, 생명=신=그리스도의식 에게 헌신할 것인가>  
- 사이에는 마음이 있어서 그 둘 사이를 가르고 있어. 이게 의식이기도 하지.  
이 마음은 얇은 막처럼 진동하며 너의 선택에 따라 이쪽편 아니면 저쪽편을 보게 돼.  
그걸 택하는 자가 바로 진짜 너야.  
사랑이냐 두려움이냐를 택하는거지. 매 순간.

의식이 뭔가 대단한 것처럼 영성책에 자주 나오잖아.  
신의식을 체험해보면 의식 또한 진짜가 아니란걸 알게 돼.  
견성만 해봐도 의식이란게 가짜라는 걸 짐작은 할 수 있어.  
왜냐면 견성의 체험이 엄청 기쁘는데, 이세상에 없는 기쁨인데,  
의식에는 아무리 명상해서 고요한 집중의 상태가 되어도 그런 환한 기쁨같은 건 없단 말야?

의식자란 신의 기쁨을 모르는 존재야. 의식도 에고의 일종이란말야.  
의식은 신의 기쁨에 비하면 공허하고 허탈한 느낌이야.

고요한 의식상태가 그나마 갈등상태보단 나으니 멋지게 표현하고 싶으니 공이라고 표현한거지.

공은 영광스러운 행복한 어떤 지복의 상태가 아니야. 지복의 상태는 신의 품을 기억해 낸 상태야.

전에 말했듯 감동을 깊이 받을때 그 의식상태가 지복의 상태하고 좀 비슷해.

고요한 평온함하고, 감동받아 뭉클 마음이 움직이고 눈물이 나고 가슴에 사랑이 흘러넘칠 때

어때? 둘이 같아?

완전 다르지? 차이가 되게 크잖아?

이게 차이가 별로 없다는 사람은 살면서 감동을 별로 못받아본 사람 ㅋㅋㅋ  
사실 제법 있을걸, 최소 절반이상... 현대인은 너무 힘들게 살아서 마음이 많이 딱딱해서.

감동을 잘 못받는 사람은 자연의 아름다움같은 것도 눈에 잘 안 들어와.

마음속에 울분이나 한 같은거 풀면 금방 바뀌어서 감동 잘 받고 아름다움 잘 보고 그렇게 되니 걱정마 ㅋㅋㅋ

머리로 생각으로 안풀려, 말로 해서, 온 마음으로, 소리지르고 엉엉 울고 그런 거 많이 해야 해.

우리가 체득해야 할 상태는 고요한 의식의 상태가 아니라, 감동의 상태, 더 나아가 기쁨의 상태야.

의식이라는 저항을 매번 넘어서야 매번 기쁨을 향해 갈 수 있어.

이때가 마음, 의식의 얇은 막을 넘어서 의도적으로 신의 품을 기억해낸 때이거든.

신의 품에 대한 기억, 즉 사랑을 선택하자마자 사랑이 되어 세상을 사랑의 눈으로 보고

못나 보이던 사람이 예뻐 보이고, 사랑스럽고,

자기가 원래 사랑이었구나 하는 걸 새로 인식하지.

근데 영성서적 같은거 보면 사랑을 선택하라고 매번 그러잖아. 뉴에이지 같은거.

안타깝지만 견성을 하지 못한 사람들은 사랑이 되어서 사랑을 주는 그런 체험을 하기가 거의 불가능해.

살다가 뭐 부모님의 갑작스런 죽음이라든가, 사고라든가, 어떤 커다란 사건이 일어나서

충격으로인해 일시적으로 마음의 왕성한 의문올리기 활동이 섰다운 되었을 때나 좀 가능할려나

아까도 말했지만 파동에너지가 너무 두텁게 틈이 없이 꽉 둘러싸 있어서 사랑의 마음을 낸답시고 노력하지만 자기 식대로 에고의 사랑을 내면서 착각하게 되거든.

사랑인 줄 알면서 집착이나 결핍감을 끌어올려서 에고의 사랑 즉 살기로 상대방을 그려내니

결과는 상대방이 갈수록 건강이 나빠지거나 불행해지거나 날 싫어하게 되는 걸로 보이지.

걱정하며 잘해주는거, 내 사람이니까 다정하게 대해주는 거, 내 자식이니까 충고해주는 거 이런 거 사랑 아니야.

진짜 사랑을 했다면 상대는 시간이 갈수록 반드시 행복하고 건강하고 풍요로워지게 되어 있어.

그러니 비우고 또 비우는게 우선이야. 신의 사랑을 받아서 줄 수 있는 공간을 만들어야 해.

의식이 만들어낸 게 세상이고, 이 세상은 온갖 의심과 갈등을 불러일으키는 역할을 충실히 해내고 있지.

이 세상의 운영체제가 예고이고 예고는 죽음을 갈망하는, 죄책감에 대한 믿음이지.

예고의 속성은 여러가지가 있지만 의심이 그중 하나의 큰 속성이지.

이 의심이 갖가지 의문과 정신적인 고통을 불러일으켜.

온갖 의문에 잠을 설치 본 적 있을거야. 괴롭지?

그냥 의문스러워 할 뿐인데 왜 괴로울까? 가만히 누워있을 뿐인데말야.

의문을 올릴 때마다 에너지 파동이 활성화되면서 활발하게 전기 신호가 들어오니

말 그대로 에너지 낭비하고 있고 온몸에 전기가 도니까 괴롭지. ㅋㅋㅋ

약한 강도의 전기고문 받는거랑 같은거야.

그런 갈등을 자주 겪는 사람은 익숙해서 그게 괴로운 건지를 모르는데,

갈등하는 일이 현저히 줄어들게 되면, 갈등이 일어나면 무지 괴롭다는걸 새삼 인식하게 돼 ㅋㅋㅋ

갈등할 때, 의문만 많이 올라오고 답이라고 할만한 거 없잖아?

갈팡질팡 이건가 아닌가 이거 같기도 하고 저거 같기도 하고

이거겠다 아 아니면어떡하지? 저거로 할까? 저건 이게 맘에 안들고 이건 저게 안되고 ㅋㅋㅋ

이것도 안되고 저것도 안돼, 결국 답을 정하지 못하고 잠만 설치지

이런 상태가 어쩌다 있는 게 아니라 자주 있으면 인생이 사는게 사는게 아니지.

아무런 결정도 못하고, 결정한다 해도 곧 아쉬워지고

본인이 내린 결정은 전부 잘못된거고, 왜냐면 더 나은 선택지가 분명 어디에든 있었을테니까

본인이 만난 사람은 모두가 흠이 있지, 왜냐면 더 나은 인연이 분명 어디에든 있었을테니까

본인의 삶 자체가 자랑스럽지 않고 아쉽지, 왜냐면 더 나은 삶을 분명 어떻게든 살 수 있었을테니까

ㅋㅋㅋㅋ 우습지 않아 이런 거? 있는 건 지금 여기 뿐인데.  
수행은 이런 갈등을 일으키는 파동에너지를 제거해 나가는 거.

이걸 해야 되나요 저걸 해야 되나요 라고 묻는 마음은  
이걸 해도 안되고, 저걸 해도 안되고, 하는 마음이 묻는 마음이고

질문이 아닌 답인 마음은, 이걸 해도 되고, 저걸 해도 되는 마음인거야.

그래서 그런 질문은 의미가 없는거,  
왜냐면 이거 하라고 권하면 이거 이거때문에 안되요 할거고,  
저거 하라고 권하면 저거 저거때문에 안되요, 할테니까.

도가 좀 된 사람은 이걸 하든 저걸 하든 다 맞는거.  
자기 자신이 하는게 바로 답인 거.

수행 하다보면 자신이 잘 가고 있다라는 걸 알려주는 경험이 여러가지로  
오는데 제일 처음 오는게 견성이지.  
견성이 수행의 입문이고 반드시 성취해야만 하는 이유는  
견성을 하기 전까지 넌 진짜 너 자신을 기억해낸 적이 없기 때문이야.  
견성을 해야만 시간이 지나 의문이 다시 올라오더라도  
진짜 자신과 가짜 자신을 비교할 수가 있어서 하나의 지표로 삼을 수가 있어.

파동에너지 덩어리를 좀 지워내서 틈이 조금이라도 생겨서 그 틈으로 신성의  
빛이 비치게 견성이야.  
견성 후에야 어떤 의문을 품을때 그에 대한 답, 직관이 오게 되어 있어.

파동에너지가 짹 짹 들어차서 아무런 틈이 없으면 그 직관적인 답을 받는게 불가능에 가까워,  
왜냐면 파동에너지는 그 특성상 계속해서 뭉게뭉게 끊임없이 질문을 올리거든, 답이 아닌 질문.

따라서 견성을 한 적이 없는 사람은 어떤 의문을 품는다면  
그 의문이 전부 수행을 방해하는 거라고 여기고 다 무시해야 해.  
오직 견성을 해서 진짜 신의 빛을 얼핏 보기 전까지는 자기 감정 맷힌 거 버리고 푸는 거만 계속하는 게 좋아.

견성 대단한거 아니라니까.. 여기서 내가 글 쓴 후에도 2명이 견성 했잖아 벌써  
굼직굼직한 원한이나 배신감 정도만 소리지르고 울고 풀고 감정 토해내고  
용서하면 일주일~한달이면 충분히 되는 거.  
그리고 살다보면 말을 안하고 있어서 그렇지 살면서 그런 일 경험한 사람이  
제법 있어 수행 안하고도.

그게 그렇게 쉬운거면 누구나 했겠지 싶은건 고정관념이야  
절에서 스님들이 누가 욕하고 싶다고 욕하고 울고싶다고 우냐, 일반인보다 더 억누르며 살지.  
일반 수행자들도 대개 명상한다고 감정은 없는 척 안보고 근엄하게 위빠사나 같은 것만 하지.  
아니면 영성서적이나 찾아보고 과학적 분석이나 하면서 자기 감정은 또 없는 척 안보지.

저거 해낸 사람들이 있으니 나도 해낼 수 있겠다 하는 마음을 먹어야 너도 하게 되는거.  
나는 그렇게까지 안하고 싶으면 안하게 되는거. 수행자도 아닌데 내가 그거 왜해 하면 안하게 되는거.



하지만 하면 인생이 바뀌고 갑자기 의미가 넘치는 아름다운게 되어버리는거.

대로변에서 춤을 추며 세상 사람들아 날 좀 봐요! 난 깨어났다! 난 너무나 행복하다! 이렇게 외치고 싶은거.

내가 지금까지 살은건 살은 게 아니었다! 나는 이제야 눈을 떴다, 내 존재가 이제 시작되었다! 싶은거.

견성에 집착은 하지 말되 어렵지 않고 자연스러운거라 생각하고 많이 비워내길 바래.

또한 질문이 계속 올라오면 질문 없는 온전한 상태로 들어가려는 마음을 내야 해,

어떤 질문이든 그 질문에 대한 답을 계속 찾고 있는 건 쓸모없는 짓이야.

왜냐면 진짜 너 자체가 답이기 때문이지.

진짜 너를 찾으면 모든 질문이 아무런 의미가 없어져, 네가 답인데 질문이 무슨 의미가 있겠어?

하지만 역설적인 것은, 견성을 한 자는 아무런 의문이 없어지는데 - 적어도 며칠에서 몇주간은

견성을 못한 자는 온통 의문덩어리이고 계속 답없는 질문만 머릿속에 올린다는 거지.

신의 기억을 살리고 있는 순간

- 견성이든, 삼마디든, 고요한 평화로운 상태든, 어떤 영적 각성 상태에서는 의문이 떠오르지 않아. 의문이라는 것 자체가 없어. 그냥 완벽해. 확신의 상태거든.

그래서 수행에 정진한다고 계속 질문, 의문을 올리는것은

모든 질문, 의문이라는 게 사실 그냥 그 자체로 신을 부인하고 있는 상태이기 때문에, 허튼 짓을 하는거야.

(근데 나한테 질문하지 말라고 이런소리 하는게 아니니까 질문 하고싶음 해  
ㅋㅋㅋ

혼자 이건가 저건가 고민하지 말라 이거야)

자기 자신을 찾으려는 갈망, 이거는 정말 쓸모가 없는 짓인데  
왜냐면 자기자신이 바로 자기자신이 찾고있던 그것이기 때문이지

이게 말장난같아서 잘 와닿지 않을텐데,  
나는 이걸 깨달은 순간 크게 웃음이 터져서 한 40분 넘게 멈춰지지가 않았어.  
내가 이번 생에서만 나 자신을 찾아다니는게 아닐 거 아냐?  
전생 기억같은 건 잘 못하지만 분명 계속 찾아다니면서 뺄것 했겠지. ㅋㅋㅋ

글이 좀 두서 없이 썼네 쓰고 여기 덧붙이고 저기 덧붙이고 하다보니..  
재미는 별로 없는 글이지만 갈등을 줄이는데 도움이 되길 바래  
그럼 오늘도 피스

## 27. 상실감에 대하여

이번 글에서는 상실감에 대해 이야기를 해볼게.  
다들 살면서 연애하고 헤어지는 일 겪어보잖아.  
그 괴로움이 좀 불가사의할 만큼 힘든데 그게 좀 이상한 거라고 생각해 본 적  
있나 모르겠다.  
모르는 사람을 만나서 불과 일년, 이년, 삼년 사귀고 헤어질 뿐인데  
애착을 떼는게 왜 그렇게 힘든지 이상하다고 말이야.

나는 한참 젊었을 적에는 연애하고 헤어지면 아무렇지도 않았어.  
누가 좋아지는 일도 없어서 누가 나 좋다고 하면 만나주는 그런식으로 연애를  
했지  
헤어지고 나서도 아무 감정 안들었거든  
좀 심심한 것 정도?

약간 좀 소시오패스 같지 이렇게 말하니까?  
그런 점이 꽤 있었어, 남의 감정에 신경을 쓰지 않았었거든  
내 감정에도 신경을 당연히 안썼지, 아무 감정도 느껴지지 않았으니까, 그냥  
기계인간 같았어  
분노만 한번씩 느꼈는데 어떤 계기가 있으면 폭발하듯이 일어났다가 다시  
잠잠해지고 그런식이었어

나중에 돌이켜보니 어렸을 적에 가정불화로 인해서  
상처받지 않고자 마음을 닫아서, 내 인생을 직접 살지 않는 느낌으로  
관찰자 모드처럼, 직접 개입하지 않고 간접적으로 살고  
충격과 상처를 받지 않는 대신 공감이나 애정도 품기 힘들도록  
마음을 고통이든 기쁨이든 느끼지 않게 만들어놨더라고 스스로.  
그리고 이게 가족 모두가 공감 능력이 떨어지는 걸 보면 가족력으로 그런  
뇌구조를 타고난 것 같아.

그러다 사랑에 빠진적이 있었는데 누군가를 사랑해보니까 너무 행복해서  
죽고 싶더라고  
왜냐면 그게 오래가지 않을테니까, 그 행복의 한가운데서 죽어서  
다시 예전의 아무것도 없던 황량한 마음으로 돌아가고 싶지 않더라고.  
이것도 물론 이상한 생각이지, 심리적으로 미성숙하고, 행복할 수 없다고  
당연히 믿었던 거...

헤어지고 나서 마음에 금이 간 거 같은 기분이 들대?  
내가 원한 건 그 감정에 푹 빠져버려서, 마음이 산산조각 나길 바랬는데, 금만  
가서 아쉬웠어  
왜냐면 내 마음이 좀 이상하다는 걸 나도 알고 있었기 때문에  
감정을 잘 못느끼는 차가운 마음이 산산조각 나서 인간적으로 변하길  
원했었거든

엄청 사랑했는데도 헤어지고 나서 역시 아무렇지도 않았어  
감정이 기억과 함께 철저하게 구획별로 서류함같은 데 분류되어 각각 들어가  
있어서  
꺼내지 않으면 그만이었거든  
예전과 다른 점은 마음 밑바닥에 슬픔이 있다는걸 알 수 있었지  
하지만 꼬집어 올려서 느끼지 않으면 그만이었어  
세상은 회색이었고 무엇도 느끼지 않고 싶었지

견성을 했을 때를 죽는날까지 잊을 수 없어  
회색이었던 무미건조한 세상이 갑자기 총천연색으로  
버석버석 살아있는 소리가 나고 생생한 냄새가 나는곳으로 바뀌었거든

시간이 많이 흘러서 수행을 한참 한 후에 연애를 하게 되었어  
수행한답시고 연애 오랫동안 안했으니 되게 오랜만에 한거지  
개를 특별히 사랑한 것도 아니었어, 근데 그 전에 연애할때는 성품이  
인간적이지가 않다가  
이젠 좀 사람다워져서 헤어지고 힘든걸 처음 제대로 느껴본거야

사람 딱 미칠 거 같대?  
다들 이런 감정을 느끼면서 살아 있을 수가 있다니 믿을 수가 없었어.  
억눌러온 감정이니까 더 심하게 올라왔던 거 같은데  
연애하느라 소홀히 했던 수행에 다시 집중하며 수행 소재로 삼았어.

처음에는 헤어진것에 슬퍼하면서 기억에 붙은 감정을 다 지웠지.

근데 이상하게 더 깊이 더 깊이 내면으로 들어가면서 더 슬퍼지는거야  
슬픔에 허우적 허우적대고 정신을 차릴 수가 없었어 직장생활 하기가 너무  
힘들었어.

수행 초기에도 슬픔과 상실감을 다룰때 2년 가량을 거의 맨날 울고불고 했던  
적이 있단말야

그래서 그건 충분히 했다고 생각했는데 이번 거는 차원이 다른 상실감이었어.

아침에 일어나면 폭발적으로 울기 시작하는데 울면서 준비하고 출근하고  
집에 들어오자마자 또 울음이 터져서 미친 사람처럼 괴로워하고  
이유도 없어. 헤어진 애는 개랑 관련된 기억의 감정을 지웠을때 이미 생각이  
안났고

이건 그냥 아무 이유도 안 떠올라. 그냥 미쳐버리겠는거야

완전히 내자신이 산산조각나고 너무나 많이 망가져서 다시는 돌이킬 수 없는  
내 잘못으로 인해 모든 것이 다 잘못되어서 그 모든 것을 결코 다시 회복시킬  
수 없고

잃은 것이 너무나 크고 내가 잘못했다는 생각에 골백번 죽어서 죄를 갚아도  
갚아도 갚을 수 없는 죄책감이었어.

아무리 미안하고 미안하고 잘못했고 잘못했다고 죄를 빌고 괴로워해도 매번  
풀어내고 용서받아도

다음날 되면 그만큼 또올라와, 그 규모와 강도가 너무 크더라고

와 누가 나한테 좀 말 좀 해줬으면 그렇게 안힘들었을텐데

내면의 밑바닥에 그토록 무시무시한 상실감과 죄책감 이 있다는 사실을

내가 뭐가 잘못되거나 수행 잘못해서 그런게 아니라는걸 ㅋㅋㅋ

그땐 기적수업 만나기 전이라 ㅋㅋㅋㅋ

아무튼 그런 딱 정신나간 미친 상태가 반 년 이상을 갔어.  
난 내가 수행 잘못해서 정신이 나갔거나 부작용을 겪고 있는거라고 생각했어  
그정도로 진짜같았어  
그전에 온갖 감정을 다 다뤄봤지만 그렇게 정신 못 차리고 잠식당해본 적이  
없었거든

나중이야 알게 된 것은  
그전에 내가 그 미친 마음을 에너지 덩어리로 에너지 차원에서 몇년간 계속  
규모를 줄여나가고 있었는데  
연애에서 헤어짐이 트리거가 되어서, 또 그 에너지 덩어리가 규모가 감정으로  
느낄 수 있을 정도로 작아져서  
그게 풀려나면서 감정으로 느끼면서 나가게 된 거라는 거였어

전에도 말했지만  
어떤 에너지가 뭉쳐서 규모가 너무 크면 인식 자체가 안되고  
인식이 된 다음에도 전기 신호같은 에너지로만 느껴지지 감정으로  
못느끼거든,  
에너지로 규모를 한참 줄인 다음에야 감정으로 느낄 수가 있어  
처음에는 감정을 통해서 수행을 하다가 감정만으로 풀 수 없는 막대한  
에너지를 처리해야 하면  
몸에서 통로가 열리면서 에너지를 다룰 수 있는 몸이 되는게 차크라가 열리는  
거.

그후에 또 2년 정도를 더는 울지는 않아도 되는데 극도로 우울한 감정에  
허덕였어.  
어떤 느낌이나면 난 죽어야 돼, 죽어서 사라져야 돼, 제발 내게 죽음을 줘,  
죽여줘, 죽여줘  
하는 죽음에 대한 갈망이었어

야 이거 미치겠는게 수행을 그동안 한게 무슨 소용이 있냐 싶을 정도로 주체가 안되대?

그냥 살자. 잘하지 못해도 그냥 살자. 라고 하면서 하루 하루 버텼어

그때가 언제야 견성한지 10년, 차크라 다 뚫고 백회 연지 7년? 정도 된 때였던 말이야

근데 10년을 수행했는데 평화로워지기는 커녕 죽고 싶으니 이거 뭔가 잘못됐다 싶었을거아냐?

우울증 약이라도 먹어야 하나? 병원이라도 가야 하나?

이렇게 내 인생은 수행 잘못해서 망가지는 건가?

별별 생각이 다 들고 직장생활도 버겁고 일상생활도 내한몸 추스르기도 힘들었지

아무도 내게 무의식 밑바닥에 이렇게 있다고 말 안해줬다고 ㅋㅋㅋㅋ

그 어떤 영성서적에도 이런말따위 없었다고

이런 쌍놈의 깨달았다는 개놈의 시키들 왜 이런말은 아무도 안해? 데이빗

호킨스 이 시발새키 ㅋㅋㅋㅋㅋ

아니 그땐 감히 그런 생각은 못했고 정말 내가 심각하게 뭔가 잘못해서 정신을 망가뜨려서 부작용을 겪고 있는 줄 알았지

아놔 ㅋㅋㅋㅋ ㅋㅋ

그러다 기적수업 만났네, 그대로 써있는거야, 내가 겪은 거 너무 정확하게 묘사가 되어 있는데

와 진짜 얼마나 안심했는지 몰라, 읽는동안 또 줄줄줄 울었지

그런 무의식 밑바닥의 상실감과 죽음을 바라는 마음을 많이 해결하고 나니까 그다음부터 살기를 청산할 때마다 그 뿌리를 들어서 청산을 할 수 있게 되더라고

누가 미운걸 단순히 미운걸로 청산하게 되는게 아니라

그 뿌리인 죽음에 대한 갈망을 보고 버릴 수 있게 되더라고  
처음부터 감정의 뿌리가 뭔지 이론이라도 알고 수행을 하면 훨씬 빠르겠지.

그렇게 한 3년? 에 걸쳐 상실감이 많이 나가고 나니까  
인간관계에 대한 갈망, 희망, 연애, 성욕, 좋은 사람이나 좋은 배우자를 만나고  
싶은 감정이 싹 사라지대  
인간이 다 똑같이 여겨지고, 누구 특별한 사람으로 만들 필요가 안 느껴지고  
예전에 애착을 가졌던 사람들을 볼 때도 그 애착이 사라지고 그냥 사람으로  
보이대,  
처음에는 이게 좀 낯설었는데 곧 익숙해졌어

그리고 나 자신에 대한 애착이 사라졌어, 이것도 처음엔 좀 낯설대  
더이상 내가 인간으로 느껴지지 않더라  
역설적인게 인간성이 사라지는데 더 인간적이 되었어  
더 잘 웃고 훨씬 더 즐거워하고 아무하고나 친구가 되고

상실감을 다루는 것에 대해서는 나중에 한번 더 써야 할 거 같다  
왠지 오늘은 이야기 하다보니 개인적인 경험이 많이 나왔네  
뭐 그냥 올려본다 그럼 오늘도 피스

## 28.시공간을 붕괴시키는 자

안녕 친구들

온세상이 난리네, 유럽엔 홍수로 200명이 죽고  
홍수나 자연재해 안 난 나라를 찾기 힘들 지경이네  
홍수가 xrp 정보원들이 지난 몇달간 경고해온 거여서 흥미롭다.



그들의 찌라시로는 홍수가 오고나서 사회 경제적 격변이 있을거라고  
말해왔는데  
이건 외계인 찌라시의 최근 경고와도 겹치니 - 정전과 식료품 부족, 은행이  
문닫는거  
지금 다른나라는 지진, 폭염, 홍수, 화재, 정전, 소요사태, 식료품부족, बैंक런  
등등 다수를 겪고있는 데가 있어.  
약간의 현금과 쌀, 물, 차에 기름 만땅 채우기, 집에 남아도는 보조배터리  
충전해놓기 정도 해두면 나쁘지 않겠다.  
한국은 행정서비스가 잘되어 있어서 별일없이 넘어갈 확률이 크니 오버하진  
말고 ㅋㅋ

아무 걱정 하지 마, 좋아지려고 굴랐던 종기가 터지는 것 뿐이야  
걱정한다고 달라지는 건 아무것도 없잖아. 판단력이 흐려질 뿐.  
대환란 같은거 안 일어나. 대량학살의 시대는 한참 예전에 끝났어.  
사람들의 집단 의식이 지배당하고 통제당하는 것을 더는 받아들이지 못하기  
때문에  
변화를 받아들이는 자와 안받아들이고 저항하는 자로 극명하게 갈리는 걸로  
보일 뿐이야.

뉴스같은거 그만 보고 가족들, 좋아하는 사람이나 애완동물과 시간을 더 많이  
보내길  
날씨가 환상적이니 야외활동도 좋고  
아름다운 것, 감동적인 것을 자주 찾아보길,  
세상에 참 좋은 사람이 많고, 마음 따뜻한 일이 많구나 하는걸 자주 느껴보길

나는 참 괜찮은 사람이구나 하는 느낌은  
남들을 보고 저사람들 참 괜찮은 사람들이구나 하는 느낌을 가져야 가질 수가  
있는 느낌이야.

역설적인 거지만 한번 해봐. 하루만 날 잡아서 남들에게 마음속으로라도 칭찬하고 감탄해봐  
내 기분이 좋아지지. 왠지 뿌듯하고.  
네가 해온 인식이 네가 아는 너를 만들어온 거야. 너라는 인식 자체가 환상일 뿐이란 말야.  
환상일 뿐이기 때문에 의도하는 대로 바꿀 수가 있어.

상실감 2편을 쓰고 있는데 몇 번을 시도해도 자꾸 이야기가 다른데로 간다.  
받아들여지지 않는 거 같아.  
그래서 조금 돌아가야 할 거 같아. 다른 얘기 좀 할게.

제목이 참 거창하지? 시공간을 붕괴시키는 자라니.  
과대망상증 같잖아?  
근데 이게 과대망상이 아니고, 우리가 평소에 과소망상으로 사는거야.  
우주를 통째로 (본의 아니게) 만들어낸 ㅋㅋㅋ 위대한 존재가  
아무것도 아닌 작고 왜소한 존재인 척 살고 있는 거거든.  
시공간이라는 착시현상을 만든 자는 너야.  
네가 만든 것임을 알때 붕괴시킬 수도 있는거야.

삶에서 일어나는 사건사고는 모두 신의 품으로부터 떨어져나온  
최초의 충격을 반복하는 거라고 했지?  
그 충격으로 인해 있을 수 있는 모든 가능성이 다 한꺼번에 만들어진게  
우주이고 우리의 카르마야.  
다 만들어진 영화이고, 선택에 따라 무한 가능성으로 펼쳐지는 곳인거.  
게임 엔딩은 정해져 있지만 선택에 따라 여러가지로 펼쳐지잖아? 그거랑  
같아.

카르마에서 전생이란 얘기를 많이 하는데  
전생과 지금생과 후생은 모두 지금 이순간에 일어나고 있는거야.

시간이나 공간이 착시현상이라는 말은 많이 들어봤지? 이미 과학이 밝혀 놓았잖아.

지금 내 삶에서 눈앞에 주어진 것을 용서하게 되면  
그것에 해당하는 전생과 후생이 동시에 변화하는거지.

이를테면 누군가를 미워해서 그 미워하는 마음 때문에 몸에 병이 생기거나  
사고가 나는걸

그 누구를 용서한다면 질병이나 사고에 해당하는 장면이 잘려나가는 거야.  
그 마음파동이 갖가지 카르마를 만들었기 때문에 수많은 생에 해당하는 같은  
파동이 만든 장면이 다 사라지는거.

용서하는 자는 시공간을 붕괴시키고 있는건데

그 시공간이 자기자신 뿐 아니라 많은 사람에게 연결되어 있기때문에 세상을  
바꾸고 있는거야.

모든게 파동이고 크고 작음도 환상이니 내 주변이 변한다는건 세상이  
변한다는 거고

세상이 변한다는 건 우주 전체가 변하고 있는거겠지?

파동 하나가 중첩되는듯 수많은 것인 듯이 보이는 것 뿐 원래는 단 하나의  
파동이거든.

몸이라는 건 전체를 느끼지 못하고 순차적으로 조금씩만 볼 수 있는 제한된  
것이라서

소경이 코끼리 만지듯 조각 조각 더듬어 알 수 있을 뿐이라서 우리가 왜소하게  
느껴지는 것뿐이야.

편집증적으로 자기자신을 복제하고 기록하는 이 우주는 왜 붕괴되는 것을  
허용하는가 물어봤는데

이 우주는 마음 한켠으로는 이 환상이 괴로워서 그만 끝내주기를 간절히  
원해왔더라고.

그걸 위해 정말 오랜 시간을 기다려왔다고 하네.

네가 감동받고 행복해하기를 그래서 이곳을 변화시키고 궁극적으로는  
끝내주기를 원하고 있어.

미친소리 같지?

너를 만든 이는 그저 네가 행복하기를 원한다고 받아들여봐.

네가 행복해지는 것이야말로 이 우주 전체가 간절히 원하는 것이라고  
받아들여봐.

티비 보거나 음악 듣고 아님 자연을 보고 감동받아 뭉클하고 눈물이 날때  
그때 너만 바뀌는 게 아니라 온세상이 함께 바뀌는 거라니까?

그 감동을 물결처럼 퍼뜨리는 마음은 너의 몸이 아닌 진짜 너란 말이야,  
그 진짜 너는 한마음이고 모든 것을 공유하는 마음이야.

마음의 한 부분이 감동을 받으면 마음 전체에 그 감동이 전해지는거야.

감동 받았을 때를 생각해봐.

그전의 나와 그후의 내가 다르지?

아주 약하게나마 새로워진듯한 느낌이 있잖아. 주변 사람들이나 사물도 좀  
달라 보이고.

어 이게 이런 느낌이었나? 재가 왜일로 저렇게 이쁜짓 하네. 저게 원래 이런  
색깔이었나?

아까는 미운 사람으로 보였는데 용서하니 한순간 예쁜 사람으로 보이고.

그 감동이 아주 크게 와서 영성체험이라고 할만한 크게 오면

완전히 다르게 바뀐 세상에 공간이동을 해버린 느낌마저 들지.

피부도 왠지 더 반짝이고 얼굴빛도 환해지고 세포구성마저 달라진 기분이지.

맨날 쓰던 방인데 되게 좀 이상하게 달라진 다른 공간같은 느낌이 들지.

새로 태어난 자에겐 새로운 삶이 따르는거.

작은 새로움들이 쌓여서 많이 새로운 삶이 되고 새로운 내가 되는 거.

시간이 많이 지나면, 예전의 나를 생각하면 다른 사람의 삶을 보는 느낌으로  
변해 버리게 돼.

아주 미묘한 느낌이라, 감각이 개발되어 있지 않으면 잘 느끼지 못하는 것  
뿐이지만  
온세상 사람들이 무언가를 보고 동시에 감동을 느낀다면 그 세상이 통째로  
다른 미래로 점프하는 거야.  
되게 놀랍지 않아?  
그러니 너 한사람이 마음을 돌이켜서 이 세상을 아름다운 것으로 보고  
세상에게 아름답다고 말해주는 것이  
얼마나 막중하게 중요한 일인지 짐작이 가?  
네가 행복한 것이, 살아있어서 참 다행이라고 느끼는 것이, 아름다움의  
생각을 품는 것이  
그 무엇과도 비교할 수 없이 중요한 일이라는 걸 받아들여봐.

끌어당기기 같은데서 생각이 에너지다, 창조의 힘이 있다 이런 말 하지?  
환상을 깨고싶진 않지만... 그 창조의 힘의 원천은 살기야. 신성 이런거  
아니거든  
그래서 이 세상 속에서나 창조를 가능하게 하는거지.  
끌어당기기 한다고 신의 기쁨을 느낄 수 있고 이렇게 아니잖아.  
세상속의 재미일 뿐이잖아. 이것 저것 다 해보면 결국에는 질리게 되는거.  
돈이니 권력이니 여자니 이런 세상속에 있는 거가 좋은거라고 하는 그 마음은  
진짜 기쁨을 모르는 마음이니까 그렇게 하는거지  
신성의 기쁨을 단 한번만 느껴봐. 다시는 그보다 못한 만족감을 얻으려 애쓰지  
않게 돼.

끌어당기기나 창조를 할것이 아니라  
- 사실 이건 창조가 아니야. 그저 환상인 시공간을 당겼다 밀었다 하는것  
뿐이야.  
궁극적으로 달라지는 건 없어. 여러가지 중에 뭐를 언제 겪느냐, 빨리 겪느냐  
늦게 겪느냐,

얼마나 오래 겪느냐의 차이일 뿐이야. 지우지 못하면 결국에는 피하지 못하고 겪어야 해.

게다가 시공간을 당겼다 밀었다 하는 건 너가 무의식중에 늘 하고 있는 거야. 너의 생각도 단 1분만에도 미래로 갔다가 과거로 갔다가 미친듯이 왔다갔다 하고 있잖아.

예전 일 생각했다가 내일 일 걱정했다가 네가 보는 사람도 한순간도 지금 이순간의 사람이 아니야

네가 과거에 알던 그 사람이지. 지금 이순간 존재하는 그 사람 자체를 보는 일이 거의 없어.

네 마음은 마치 지금 여기에 있으면 큰일이라도 날 것처럼 계속 왔다 갔다 하고 있잖아.

무엇을 피하려고 그렇게 하는거지? 하는 생각 해본 적 있어?

도대체 얼마나 황망하고 두렵길래 그토록 미친듯이 지금 이순간에 있는 걸 피하려고 하는거지?

그런데 막상 지금 이순간에 있게 되면 어떤 기분인데?

그게 뭐 대단히 영적이고 어렵고 그런게 아니야, 힘든 일 끝나고 집에 와서 쇼파에 엮어졌을 때 생각해봐

앞일도 전의일도 생각 안하고 오직 내몸에만 집중하며 눈감을 때의 편안함과 평온함을 생각해봐

평온하고 안도되는 기분밖에 안느껴지는데 왜 마음은 현재에 존재하는 걸 미친듯이 피하려고 할까?

시공간을 밀었다 당겼다 할것이 아니라 그 시공간이라는 환상을 만드는 에너지파동을 없애버려야 해.

신성이 드러나도록.

끌어당기기 해봤자 어딜 갈건데? 여기 꿈속인데. 다 환상인데.

진짜 너의 능력은 환상 따위를 만들어내는 게 아닌데.

진짜 너라는 존재를 얼핏 보기만 해도 그 기쁨으로 우주가 폭발해버리는 거 같은 느낌인데.

그 끌어당기기 진짜 별거 아니야, 지구를 벗어나면 다 할 수 있는거야, 유체이탈하거나 자각몽해서 아스트랄계로 들어가면 생각하는 그 즉시 눈앞의 이미지가 바뀌고 창조가 되거든, 원래 우리가 다 가진 능력인데 지구가 물질이 조밀해서 늦게 창조되기 때문에 세뇌당해서 아무 능력 없는 줄 아는 우리한테 무슨 초능력처럼 와전된 것 뿐이야.

공간이동 같은거도 아스트랄계에서는 생각하자 마자 이동해 있어. 자각몽 꺾보면 알잖아.

다만 생각을 하자마자 창조가 되는데 그 생각이 무의식의 영역이기 때문에 보통 사람은 자기 무의식 안에 뭐가 있는지 잘 모르기 때문에 아스트랄계 자각몽 같은데서 자기도 모르게 괴물같은걸 창조해서 악몽을 꾸게 되버리는거지.

그걸 자기 생각이 만든거니까 자기가 물리치면 되는데 자기견지를 모르니 당하고 있는거.

그게 우리 삶과 정확히 똑같지. 삶이 꿈인데 그 꿈속에서 또 꿈을 꾸는거지.

영적체험같은 것 왠지 생소하고 힘들것 같다 나랑 상관없을 것 같다는 생각이 들면,

그저 감동을 좀 더 많이 받으려고 해봐. 자연의 아름다움, 사람들의 이타적인 마음을

더 잘 느끼려고 해봐. 매일 매일 조금씩 더 많이 마음을 열어봐.

하늘을 좀 더 자주 봐. 요새 대기가 맑아서 아주 아름답거든. 구름을 보고 바람을 느껴봐.

길가에 핀 작은 풀과 꽃을 봐. 그것에 네가 생명을 주었다고 상상해봐. 너에게  
고맙다고 하는 걸 느껴봐.

길가면서 서로 가족들끼리 이야기하고 웃는 사람들의 행복을 느껴봐.

뜻밖의 이타적인 작은 행동을 해봐. 나는 오늘 갑작스런 폭우가 내려서  
난감해 하는 사람에게 우산을 들려줬는데 별 거 아닌데 마음이  
산뜻해지더라고.

되게 별거 아닌거 있지? 그런걸 찾아서 해봐.

그 사람은 너를 위해 존재해. 너를 행복하게 해주려고.

그 사람을 행복하게 해줘서 네가 그걸 보고 덩달아 행복해지기 위해서 네가 그  
사람을 활용하는거야.

그게 사람을 올바르게 활용하는 거야.

너의 삶을 아름답게 만들어서 네가 그걸 보고 덩달아 자기 자신이 아름답다고  
느끼는 것

그게 너의 삶이라는 도구를 제대로 활용하는 거야.

그리고 용서를 하다가 예고가 저항해서 힘들때는

- 처음에는 평화롭다가 뒤로 갈수록 저항하거든

시공간을 붕괴시키는 자인 너의 본질을 기억하게 해달라고 청해.

이걸 '청함'을 기억해 내기만 하면 네가 이기는 거야.

당장 괴로운 감정이 다 사라지지는 않는걸로 여겨질지도 몰라, 하지만 네가  
느끼지 못할 뿐이지

차근 차근 그 고통스러운 감정은 지워져 가고 있어.

많이 지워지고 나서야 너의 무딘 감각이 겨우 느끼는 것 뿐이야.

감각이 기민해지면 지워지는 족족 다 느낄 수가 있어.

행복하자. 행복한데는 외적인것이 필요치 않아



그저 숨을 내쉬고 행복한 존재임을 기억할 때 행복해질 수 있을 때까지 행복을  
가로막는 것들을 비워내자.

그럼 오늘도 피스

## 29. 지금의 세상이 어느날 갑자기 끝난다면

안녕 친구들

dada 는 원래 친절하 사람이 아니고, 효율적이고 직설적인 사람이거든 아는  
사람은 알겠지만 ㅋㅋ

내가 살아온 인생 자체가 나 자신에게 친절하게 해가며 살은게 아니고, 나  
자신을 다그치며 빠른 발전을 해온 사람이라

그래서 글을 쓰려면 말투를 나름 상당히 순화해서 쓰는데말야.. 이번 글은 좀  
그냥 있는 그대로 쓸게

여기 좀 맛이 갔어도 구제가능한 놈들도 많이 보여서 말야 ㅋㅋㅋ

내 글 꾸준히 봐주는 너넨 나보고 뭐 인증 왜하냐는등 댓글 신경쓰지 말라는등  
너네한테만 신경쓰라고 그러는데

그래 그거도 고맙긴 하지만... 중간지대에 있는 사람들이 사실 더 중요한  
사람들이거든

내 글이 개념글에 계속 보이니까 뭐냐 이인간 하면서도 대충 훑어는 보고  
빈정거릴만큼의 관심이라도 그래도 조금 있고 이런놈들이 내겐 더  
중요하거든

어차피 너넨 운이 좋아서 좋은 길을 가고 있는거고 앞으로도 그 길을  
갈거잖아.

너네만큼 운이 좋지 않아서 지금껏 도움못받아 본 사람이 더 많거든

그리고 사람의 마음이라는게 손바닥 뒤집기같은 거여서

구제불능이라고 믿는사람도 한순간 마음 돌이키면 세상을 구할 사람이  
될수있거든

나도 한때는 내가 구제불능이라고 믿었었거든

우리가 살고 있는 지금 이 세상 말야  
중력이 이렇게 썩서 땅에 붙어살고  
뭐 하나 이루어 내려면 시간도 노력도 무지 들고  
이루어 봤자 그거 갖고 별로 만족감도 안들고 금방 다른거 해야 되고  
돈있는 놈이 장땡이고 없는 놈은 무시당하고  
돈 그거 벌어들였자 집에선 ATM 취급이나 당하는데 밖에선 개고생이고  
화가 나면 주변 사람에게 화풀이 해도 되고  
내 속마음은 시커먼데 웃는 낯으로 사람들 대해야 하고 또 그게 가능한 세상

미친 세상이라고 여긴.  
여기 진짜 참말로 정신 나간 곳이라고.  
진짜 엄청 말도 안되게 이상한 곳이라니까?  
아마 우주 전체 통틀어서도 이상한 축에 속할 거다  
제일 이상한 데라고 동물원 취급이나 안당하면 다행이지.  
여기서 살면서 올바른 마음을 갖고 살아가는 그게 더 이상한 일이란 말이야.  
쳐죽일 놈들을 용서하라는 글을 쓰면  
그런 글에 빈정대는 놈들이 "정상적인" 놈들이지  
좋다고 더 써달라고 하는 게 사실 이상한 사람들인 세상이라고.

근데 말이지. 이런 세상은 앞으로 얼마 가지 않을거야.  
이거 정상적인 세상이 아니란 말이야.  
차원 상승이니 에너지 변화니 이런 찌라시 다 갖다 버리더라도  
기술이 발전하면 이런 세상 구조는 사라지게 되어 있어.

200년 전 생각해봐. 수세식 화장실도 없고 공공 수도시설도 없고  
지금같은 병원이나 치과도 없고 항생제도 일반인이 다 쓸 수 없던 시절  
아동이라는 개념이 없어 어린이도 하루 12시간씩 쇠사슬에 묶여 노동했으며

보통사람도 12~16시간 일하며 노동법이라는것도 없던 시절  
재수없게 여자로 태어나면 교육도 못받고 참정권도 없고 집밖에도 잘 못나가.

지난 세기 기술 발전으로 인한 혁신을 생각해봐.  
뭔가 대단한 일이 일어나지 않아도 앞으로 세상은 지금보다는 좋아지게 되어  
있어.

앞으로 세상이 좋아질 것이 안 믿겨?  
어떤 사람들은 암흑도당이 어찌고 저찌고 말세 환란이 어찌고 저찌고 하는데  
인류의 역사를 잘 보라고.  
조작된 이 짧은 역사만 놓고 봐도 꾸준히 인류의 해방 쪽으로 가고 있다고.  
노동 시간과 종교로부터의 예속만 놓고 봐도 꾸준히 개인시간이 늘어나고  
있잖아.

시대를 더 거슬러 올라가서 암흑시대나 중세시절을 생각해봐.  
아파서 의사를 찾아가면 수은을 먹이고, 생 피를 뽑아 치료하던 시절  
아이 낳다가 죽고, 낳은 아이도 죽던 시절  
아이를 낳으면 누에고치처럼 둥글게 천에 싸서 벽에 걸어두던 시절  
하루 6번 교회에 가야 하고, 안 가면 마녀로 몰려 화형 당하고  
아랫것으로 태어나면 평생 윗사람 눈도 제대로 쳐다보면 안되고  
고문과 처형이 일상이고 축제같은 동네 행사이던 시절

대부분 사람들은 세상이 점점 더 지옥으로 가고 있다고 그러는데  
말은 똑바로 해야지. 옛날이 훨씬 더 지옥이었다고.  
그렇다고 지금이 지옥이 아니라는 건 아니지만.

암흑도당이 계속 이겨왔다면 왜 인류는 지난 수천년간 점점 더 자유로워졌지?  
인류가 계속 이기고 있는 거니까 느리긴 하지만 점점 더 자유로워지고 있다 가  
더 정확한 진단 아니겠냐?

인류란 어떤 미스터리한 종족이길래 저 미친 렵틸리언들의 압제에도  
불구하고 이기고 있는거겠냐  
혹시 이게 되게 이상한 거라고 생각 안해봤어?

그리고 인류가 이기는 거가 가속도가 붙고 있다고 생각 안해봤어?  
지난 세기를 봐. 혁명적으로 인류가 자유로워졌잖아  
옛날엔 보통사람은 글도 못읽었어. 지금은 누구나 많은 정보에 접할 수 있잖아  
자기가 태어난 동네에서 벗어나지도 못하고 평생 살았지 주어진 일만 해야  
되고

돈 버는 거 힘들다고들 더러운 세상이라고 하는데  
지금 우리가 아는 지구 역사상으로는 최고로 누구나 돈벌수 있는 세상이라고.  
컴퓨터나 스마트폰 한대만 있으면 자본이 없어도 돈 벌 수 있고  
자본이 없으면 소상공인 정부지원 대출이라도 받을 수 있고  
외국어 모르면 번역기 다 있고, 스튜디오나 장비 없으면 빌리면 되고

옛날하고 비교해 봐. 어디 평민 주제에 정부에서 돈 빌려서  
남들이 유튜브로 올려준 영상 보면서 공짜로 공부해서 창업 할 수가 있어?  
요새 청소년들 꿈의 직업 1위가 크리에이터잖아  
경쟁이 쎄서 힘들다고는 하지만 옛날엔 그런 기회 자체가 없었다고

세상이 이렇게 바뀌고 있는데 사고는 옛날식대로 하고 있으면 어떡해?  
새로운 세상에 맞는 새로운 사고를 해야 할 거 아냐  
앞으로 변화는 더 빠를거라고. 지금도 변화에 적응 못한자는 도태되잖아  
**이제 물질적인 추구는 거의 끝났다고**  
**물질적인거 다 해봤는데 별거 없다는거 사람들이 깨우쳐가고 있잖아**

요새 젊은이들 봐봐, MZ 세대 소비패턴좀 봐봐 소확행이란 말 나온지도  
몇년이나 됐잖아

요새 애들 대기업 들어가봤자 1년도 못버티고 나와버려서 기업에서 인재를 못구한다고

애들 생각 자체가 기성세대랑 다르자나, 물질이나 타이틀로 만족을 느끼는 애들이 아니라고

미래에 잘되고 이런 기약같은거에 만족하는 애들이 아니라

지금 현재 자기 마음이 솔직하게 만족스러워야 행복을 느끼는 애들이라고

그걸 뭐 집값이 비싸서 분노에 차서 그렇다 이런 생각하는 놈들은 지들 수준이 그래서 그렇게 생각하는거고.

애들은 애초에 마음에 집중하고 공정하길 갈구하는 영혼을 지녀서 그런거라고

교육을 좀 공산교육으로 잘못 받았으니 일부는 잠깐 멀리 갔다 올 수는 있겠지만

생각만 좀 고쳐지면 애들 사는 세상이 지금 세상보다 훨씬 인간적인 세상이 될거라고

내가 용서하라고 글 올리니까 강자가 어떻게 약자가 어떻게

복수해야 이긴다 용서하는건 굴종이다 이렇게 혼란스러운 사람들이 있는거같은데

기존 세상의 패러다임에 상처받은 사람들이 강자와 약자를 혼동하는거 어쩌면 당연한 일이지

기존 세상의 논리로 남을 압제하는 것이 강자가 맞지

용서하는 게 굴종이라는 넌 그만큼 네가 상처받았고 그걸 숨기고 싶어하는 걸 보여주고 있을 뿐이야.

용서하면 손해보는 거 같지? 왠지 자존심 상하고?

근데 용서 안하면 어쩔건데? 그놈 얼굴 볼때마다 속상한데 그게 강자냐? 내심 속으로는 찌질한 마음 올라오는데.

그게 어떻게 강자냐. 약자이지. 그게 바로 굴종이지.

그 놈 얼굴 봐도 아무렇지도 않고 내 마음 평온해야 내가 강하지. 그건 굴종이 아니지. 승리지.

세상의 피라미드 정상에 서야 강자가 되는거라는 게 기존 세상의 논리잖아  
학문이든 권력이든 최상층을 추구하는 사람은 거의 그런 생각으로 노력하는  
것일거야.

아니면 미쳤다고 힘들게 말도 안되는 거 머릿속에 꾸역꾸역 쳐넣으면서  
그 직업 관련 시험칠 때 말고는 쓸데도 없을 걸 외우고 앉았겠냐  
직장에서도 면상에 주먹 날려주고 싶은 놈한테 왜 웃는 낯으로 참아가며  
승진할 날만 기다리겠냐  
집에서 애들하고 놀아주지도 못하고 주말에도 직장상사 따라 등산이나  
쳐가고 있는데

근데 이런 세상이 이제 곧, 아니 어쩌면 어느날 갑자기 끝날 수 있다는 생각은  
한번도 안해봤지?

지금 임계점에 다다랐다는 생각 안들어?

기존 세상과 새 세상이 부딪치고 있는 증거가 너무 많은데?

세상이 지금 변화하고 있잖아. 점점 더 빠른 속도로 기존 패러다임이  
부서져가고 있잖아.

요새 기업들도 MZ세대를 이해하자며 임원들이 새파랗게 젊은 사원들하고  
주말 보내면서

방탈출게임 같은거 하고 개들 쓰는 앱 깔며 개들 따라다니면서 노는게 회사  
프로그램이라고.

비트코인 나온지 10년 조금 넘었을 뿐인데 가상화폐로 온세상 금융이  
물갈이되고 있잖아 이게 얼마나 빠른 변화냐고  
뭐 이것도 암흑도당이라는등 모르는 소리좀 제발 그만 하라고.

금융이 인터레저로 전송되면 세상에 돈세탁하던 놈들 금융범죄조직이  
발붙일데가 없어진다고  
누가 얼마 벌었고 얼마 받았는지 투명하게 다 공개되는 세상이 온다고.  
돈에 비밀스런 힘과 카르텔이 있었기에 사람이 돈의 노예가 되었던거지,  
돈에 비밀을 제거하면 사람이 돈의 노예가 될 수가 없다고.

요새는 AI 가 반도체 설계도 한다고. 그림도 그리고 소설도 쓰고.  
사람이 노동시장에서 경쟁하면서 서로를 넘어서려는 그런 시대 이제 곧 끝나.  
노동할 필요가 없어진 사람들이 뭘 하겠냐?  
행복해지기를 추구할 시간이 생긴 사람들이 옛날처럼 척 하면서 살고 싶어  
하겠냐고

세상은 강자와 약자로 나뉘니 밟고 올라서야 한다고 냉정해져야 한다고  
꾸역꾸역 서로를 밟고 살던 사람들이  
그 오래된 세상의 기반이 갑자기 사라져버리면 어떻게 살아야 되겠냐  
그런 사람들은 새로운 세상에서 적응 못하고 도태 되지 않겠어?

좀 더 나아가서, 속이 투명하게 다 보이는 세상이 되어 버리면 어떻게 될 거  
같아?  
우리 엄마 아빠 속이 이렇게 시커멓다고 자식들도 무서워 하지 않겠어?  
친구들 중에서도 내 속이 제일 시커먼거 다 보이는데 쪽팔려서 모임 하기도  
힘들어지지 않겠어?  
내 차가 제일 허름하다고 동창회 나가기 쪽팔리던 거하고 똑같아.  
사람이 비교하는 습성만큼은 아무리 좋은 세상이 된다 해도 금방 바뀌지  
않을거거든.

지구 말고 다른 행성에선 마음이 투명하게 보이고 텔레파시 하면서 살아서  
거짓말 못한다.

아스트랄계만 가봐도 생각하자 마자 눈앞에서 이루어지기 때문에 무슨 척 같은거 못 한다고.

척 같은 거 못하는 세상이 온다고. 무섭지 않아?

지금까지 척 하면서 살았는데 그런거 하나도 못하게 되면 어떻게 살거야?

누구나 다 니 속을 들여다볼 수 있어. 너 어떻게 살래?

시간 아직 남았을때 속에 있는 시커먼 것 좀 버리라고.

겉만 보이고 척만 보이는 눈알 좀 뽑아버리고 마음을 보고 의도를 보는 눈알로 좀 갈아끼라고.

솔직히 지금도 늦었다고. 미래의 주역이 될놈들은 지난 이십년간 다 해가지고 준비 다 해놓고 있다고.

아니면 그렇게 영혼을 타고났든가. 요새 어린애들 봐라. 눈빛이 어른들하고 달라.

타고나지도 않았고 준비도 안 해놓은 년 이런 글 어쩌다 봤으면

우연이라고 여기지 말고 혹시 그럴수도 있겠다 하고 생각을 좀 달리 해봐.

앞으로는 정신문명의 시대라고. 정신문명의 시대에서는 정신이 안멀쩡한 놈들은 도태되는거야.

정신 멀쩡하게 하는 방법 다 알려줬으니 열받는거 댓글로 욕하지 말고 어디 코인노래방 같은데 가서 좀 풀어라고 제발.

내 말이 믿어지지 않으면 혹시 그럴 수도 있다고 생각하고 세상 돌아가는 뉴스 같은거 좀 봐봐.

니가 아직 나이가 어리면 니 주변 사람들도 국제정세 이런거 잘 모를테니 주변사람 말 듣지 말고 니가 직접 세상 돌아가는 뉴스를 좀 봐봐.

역사도 공부를 좀 해보고 지금이 왜 변화의 시대라는 건지 생각을 좀 해봐.

눈 깜짝 할 새 후회할 날 온다.

그땐 니가 비웃었던 애들이 너를 비웃고 있을지도 몰라.



악다구니같은 세상 곧 끝나니 어떻게 하면 남을 짓밟고 올라설까 이런 생각  
그만하고

너 자신을 돌이켜보고 아픈 마음을 이젠 좀 바라보고 치유해보라고.

행복해지라고. 그게 그렇게 받아들이기 어렵냐? 진심으로 좀 행복해지라고...  
니 속에 있는 다 죽이고 싶은 마음 밖으로 끄집어내 풀어놓기만 해도  
후련해진다고.

남을 원망하는 자는 행복하지 못해. 마음의 상처를 치유해서 아무것도 걸리는  
것이 없어야 행복이지.

어디서 비슷한 놈이 와서 니한테 똑같은 짓 하면 또 옛날 상처 들쭉서질텐데.  
영원히 너의 행복은 외부 상황에 달려있는 그런 삶은 살아도 사는게 아니야.  
네 행복은 네 거니까 네가 챙취하고 지켜내고 보호해야지. 아무도 널 위해  
안해줘.

용기내서 좀 해봐. **방법만 맞으면 인생이라는 거 생각보다 금방 변한다.**

그럼 오늘도 피스

## 30. 끌어당김1

생각이 현실을 만든다, 창조한다 뭐 이런말 무지하게 많이 들어봤지?

끌어당기기 되게 많이들 하고 싶어 하잖아

**근데 막상 자신이 끌어당기기를 늘 하고 있다는 사실을 잘 인식하지 못하는 거  
같아서**

그에 대해 써본다

끌어당기기는 습득해야 할 기술이 아니고 우리 모두가 늘 하고있는 거야.

지금도 너는 자기자신의 생각으로 창조를 하고 있어.

자기자신에 대한 생각이 뭉게뭉게 전기신호로 네 주위를 둘러싸 있고  
이 전기신호가 너에게 그림으로 나타나 그게 너의 세상이 돼.

너는 언젠가부터 너자신이 그 신호를 주는 자임을 잊었어.  
그걸 기억해 내어서 자신이 창조자임을 알게 되는 것이 너의 감추어둔  
소망이야.

네가 어떤 생각을 할 때  
그 생각은 여기 물질계가 아닌 아스트랄계에서 생각을 할 때  
생각을 하는 그 즉시 이루어져.  
저기 가야지 하면 그순간 저기 있고  
그 건물 어디있지 하면 그 순간 그 건물이 눈앞에서 나타나.  
바다 보고 싶은데 하면 어느새 바다가 눈앞에 있고  
바다인데 파도 쳐야지? 하면 파도가 치고 있어.  
자각몽 꾀본 사람은 알거야.

자각몽에서 꿈임을 계속 알아차려야만 자각몽속의 주권적 창조 상태가  
지속이 되잖아?  
**그것처럼 이 세상속에서도 이것이 꿈이고 환상임을  
계속 알아차려야만 이 세상에 휩쓸리지 않고 주권적 창조상태가 지속이 돼.**

생각으로 순식간에 만들어지는 이것들은 모두 환상이야.  
너 자신도 환상이야.  
네가 아는 가짜인 너 자신은 너 자신이 만들어낸 생각이고  
진짜 너 자신은 신에 의해 생각되고 있어.  
신의 생각인 나를 기억해내는 것이 구도의 여정이야.  
신의 생각인 나는 신이 하는 생각이기에 신다운 완전하고 아름다운 생각이야.  
또한 나는 신다운 완전하고 아름다운 생각을 해서 신다운 것을 창조 할 수  
있어.

잠깐 뜬애키 했어. 난 이야기가 아름답다고 생각해서 말해봤지만  
어떤 사람은 자신이 신의 생각이라는 개념을 싫어할 거 같네. 그냥 넘어가자.

다시 돌아가서 자각몽처럼 똑같이 이곳에도 생각이 똑같은 강도의 힘을 가져.  
근데 물질계에서 바로 눈에 보이지 않으니까  
그리고 물질계 특히 여기 지구에서 안되기로 설정해놓은 것은 안되니까  
생각이 그만큼 대단한 힘이 있다고 믿지 않는데,  
생각은 실제로 창조하는 힘이야.  
생각 자체가 에너지파동으로 환상을 만들어내는거니까.  
생각이 뭉쳐서 맏히면 그게 감정이야. 그래서 감정이 창조력이 훨씬 쎄.

뭔 식상한 소리를 하냐고 하겠지?  
다 아는 얘기라고 할거지?

하지만 넌 평소에 어떤 말들을 하고 생각을 하고 어떤 감정을 가지지?  
자기도 모르게 불평 불만 하거나 저주의 말을 하거나 감정을 품지는 않아  
혹시?

너가 평소에 무의식중에 생각하는 것과 말하는 것과 느끼는 것  
바로 그 모습대로 너는 살고 있어.  
세상이 아름답구나 하고 느끼고 말하면 넌 아름다운 너만의 세상에 살게 되고  
세상이 불공평하고 무서운 곳이라고 느끼고 말하면 불공평하고 무서운  
너만의 세상에 살게 돼.

내 와이프 참 멋진여자다 라고 지속적으로 생각하고 느끼고 말하면  
너의 와이프는 멋진 여자로 너의 바람대로 너의 아바타 역할을 잘 해낼거야.  
내 남편 쌍놈의 새끼다 라고 지속적으로 생각하고 느끼고 말하면  
너의 남편은 쌍놈의 새끼같이 말하고 행동할거야. 네가 만든 아바타니까.

이게 뭔 개소리냐고?  
아니 여러분들 종종 영성서적 들먹이자나. 이런거 저런거 다 읽어봤다며.

근데 왜 현실에 적용시키면 받아들이기를 주저하냐?  
"내 와이프 내 남편은 현실이야, 꿈 아니야, 내 아바타 아니야"  
이렇게 생각 하잖아?  
그러니까 오늘도 와이프와 남편을 통제 못하는거고.  
내가 원치 않는 행동 하는걸로 보이는거고.

아니 책에서 많이 읽었다며. 다 안다며.  
근데 왜 적용을 안해. 우주가 홀로그램이라며.  
그럼 니 와이프 니 남편도 홀로그램인거지.  
니 자신도 홀로그램인거지.

두두둥!!!  
논리적으로 맞잖아?  
우주가 다 홀로그램이라며.  
그럼 니 자신도 홀로그램인거지.  
너가 키우는 개도 홀로그램이고 너네 엄마 아빠 다 홀로그램인거지.

아니 그게 아니면, 너자신 김아무개 박아무개는 진짜이고 이 우주는  
홀로그램이야?  
그럼 우주는 너 하나 빼고 다 홀로그램인건가?  
아님 너네 가족 빼고 다 홀로그램인건가?  
아니자나 홀로그램이라며 우주가?  
그럼 우주안에 존재하는 티끌 하나 인간 하나하나 남김없이 홀로그램인거지,

그럼 우주에서 일어나는 일도 전부 홀로그램인거지, 전부 가짜인거지.  
니 감정도 홀로그램이고 니 생각도 니 말도 전부 홀로그램인거지.  
니 감정도 생각도 말도 우주 속에서 일어나는 거잖아?  
니가 존재하니까 니 감정도 생각도 말도 존재하잖아?  
너는 우주속에 존재하니까 너의 감정도 생각도 말도 홀로그램이잖아?

아니 잠깐만.. 감정과 생각과 말은 창조력이 있다면서?  
근데 홀로그램인 내 감정과 생각과 말이 홀로그램 말고 다른 무엇을 만들수가 있겠어?  
그럼 홀로그램 우주가 홀로그램 우주를 만드는건가?  
자기가 자신을 만드는거야?  
그게 아니면 그 우주를 만든 이는 도대체 누군데?  
신이 우주를 만든거 아니었어?  
그럼 신도 홀로그램이야?

자 자 진정해 신은 우주를 만들지 않았어  
우주는 너자신이 만들었다고 얘기했잖아  
미친 너의 마음이 만들어냈다고.  
그리고 미친 너의 마음 역시 홀로그램이야. 꿈이야. 꿈 꾸고 있는 거.  
그래서 기적수업에 "꿈꾸는 자는 곧 꿈이다" 라는 말이 나오는거야.

"생각은 생각하는 자의 품을 떠나지 않아."  
미쳐서 만들어버린 너의 세상의 환상적 모습도 너의 생각속을 떠나지 않아.  
이걸 에너지차원에서 말하면,  
너의 개별 에너지장 속에 있는 에너지파동이 너의 생각인 것이고  
이건 즉 너의 생각 즉 에너지파동은 네 에너지장 속에 있는거지.  
이 말을 뭔가 멋지고 예술적으로 말한 것 뿐이야.

세상이 나를 불공평하게 대했으니 내가 이런 생각을 하게 된거야!  
내 남편새끼가 쌍놈같은 짓을 하니 내가 이런 생각을 하게 된거야!  
라고 생각하잖아?  
그건 착각이라니까.  
반대로

너가 그런 생각을 무의식 차원에서 품고 있으니 정확하게 그렇게 보이게 되는거라고.

너의 감정=에너지파동 덩어리 는 세상에게,  
"난 니가 이렇게 원해!! 이렇게 행동해라!! 이렇게 행동하란 말이다!!"  
라고 외치고 있어.  
어찌나 귀청 떨어질 정도로 강압적이고 맹목적으로 외치는지  
너도 들을수만 있으면 아주 깜짝 놀랄걸?

사람들이 유난히 자기를 좀 불편해 하는거 같다 이런 사람 있지?  
그런 외침을 남보다 좀 더 시끄럽게 하고 있어서 그래.  
이 환상 속에서 에너지체 개개가 각자 자신만의 에너지 방송 신호를 송출하고  
있거든.

이해가 잘 안가면 너 자신의 마음을 거대한 에너지덩어리라고 생각해봐.  
그 에너지는 열기설기 파동으로 구성되어 있고 각 파동마다 너의 인식에 따라  
전기신호가 들어와.  
전기신호가 들어오는 파동은 그 파동에 해당하는 그림을 의식이라는  
스크린에 비춰.

스크린에 나타난 그 그림이 괴로운 세상의 그림이라고 치자.  
너는 네가 전기신호인 인식을 먼저 했다는 사실을 잊었기 때문에  
그저 그 괴로운 그림을 보고 세상은 괴로운 거구나 하고 인식을 해.  
그래서 또 괴로움에 해당하는 전기신호에 너의 인식이라는 전류를 공급을 해.  
그러면 다시 괴로움에 해당하는 그 그림이 강화되거나, 다른 괴로움의 그림이  
생기지.

이걸 계속 반복하는 거야.

**이걸 얼마나 자주 어떤 방식으로 무엇을 소재로 반복하느냐가**

개인의 카르마가 되지.

## 31. 끌어당김2

카르마는 그래서 곧 개별에너지덩어리, 개별에너지체, 개별영혼이야.  
이 개별에너지체라는 환상, 에너지파동을 다 지워내지 못하는 한 카르마에서 벗어날 수 없는 것이지.

카르마는 전생 지금생 후생이 동시에 한꺼번에 일어나고 있기 때문에  
-시간이 환상이라는 이야기도 어디서 많이 들어봤지?- 네가  
개별에너지덩어리속에서 특정 파동을 지우면  
그 파동이 만들어내는 환상이 너의 카르마 속 전생, 지금생, 후생에서  
한꺼번에 다 지워지는거야.

또한 카르마는 이세상 사람 모두의 덩어리 그림이야, 우리 모두가 다 얽혀  
있는거고  
너는 그 카르마 덩어리 중에서 일부 길만을 택할 뿐이지만  
그렇지만 너의 선택이 네 주변 사람들의 인생에 영향을 주기 때문에  
다른 사람의 그림도 함께 지워지거나 변하는 거야,  
그 다른 사람의 카르마는 또 다른사람의 카르마와 연결되어 있으니 그들의  
것도 변하지?  
그래서 넌 너자신의 카르마 뿐 아니라  
이 우주의 카르마를 통째로 변화시키고 있는거야.

너는 자신이 전류공급자라는 사실을 잊었기 때문에 그림을 자기가 만들지  
않았고,  
누군가 만들어 준 그림으로 알고 어느새 그 안에 빠져서 누군가 다른 이를  
탓하고 있어.

이런 이야기 뭐 자기가 세상이라는 환상을 만든다 파동이 세상을 만든다  
이런거

영성책에 흔하게 나오는 얘기잖아?

맞잖아? 이런 얘기 어디선가 하다못해 뭐 유튜브에서라도 봤잖아?

요새는 과학자들도 우주가 인간의 의식이 만든 홀로그램이라고 말하잖아  
근데 왜 읽을 때만 그럴듯하고 자기 삶에 적용을 못할까?

그 답은 당연한거지.

적용을 안 해봤으니까!

남의 얘기인 것처럼 자기꼴로 받아들이지 않으니까.

본인이 세상의 창조자라는 걸 인식하려고 해보지 않았으니까.

이거 혹시 내가 만든거 아냐? 라는 의심 안해봤으니까.

당연히 남이 만든 세상이고 남이 만든거라고 믿고 있으니까.

너의 말이나 생각이 세상을 만들고 있다고 진지하게 믿지 않으니까.

**엄청 어려워서 못하는게 아니라, 그저 생각을 안해본 것 뿐.**

**생각을 못해봤으니, 적용도 못해봤을 뿐.**

그런데 이 세상은 왜 이렇게 나는 아름다웠으면 좋겠는데 사회 구조가 이모양  
이꼴일까?

집단 무의식 차원에서 우리는 같은 현실을 맞이하니까.

인류라는 집단 차원에서의 창조가 이루어진대로 살고 있는거지.

하지만 사회 구조를 당장 고치지 못하더라도 내 주변 환경만큼은 바꿀 수  
있지.

내 주변 환경을 바꾸어나가서 그런 사회 구조가 더는 필요치 않다고 인식에서  
받아들이지면



그런 사회 구조가 바뀌겠지.

지금 사회 구조가 이모양인 건, 엄연히 우리 모두의 책임인거지.

암흑도당 때문이라고?

암흑도당도 우리의 무의식 속에 있는 꿈속 캐릭터지.

암흑도당이 꿈속 캐릭터가 아니라 진짜라고 말하고 싶은 마음 이해는 가지만,  
내가 이런 끔찍한 거 안 만들었다 부인하고 싶은 그 마음 감정적으로 공감은  
가지만,

암흑도당도 우리의 꿈속 캐릭터라고 인정을 해야,  
그 꿈을 우리가 바꿀 수 있게 되지 않겠어?

네가 이걸 무서운 거라서 내가 감히 손 못대는 거라고 인지하면, 손 못대게 돼.

왜냐면 너의 말과 생각과 감정은 창조력이 있다니까?

특히 감정은 응집된 생각이기에 창조력이 더 세지.

무서워할수록 그 일로부터 자유로워 질 수 없는거야.

그 창조력은 우주(라는 환상) 전체를 만들어낸 힘이 있는 창조력이야.

대단하지 않겠어?

"암흑도당만큼은 진짜이고 나는 힘없다" 라고 선언한다면

너의 세상만큼은 네 생각 그대로 된다니까?

암흑도당도 내 꿈속의 캐릭터고 나는 이 꿈의 주인이다, 라고 선언한다면

너는 그 말 한 번의 강도만큼은 너의 주권을 찾아오는거.

그런 주권을 우리가 찾아와서 물질계에서 눈에 보이게 되는 밀도가 될 때까지  
계속 유지할 수 있다면, 암흑도당 없는 세상이 우리에게 다가오게 되는 거.

무슨 말도 안되는 개소리냐? 하겠지?

전제를 깔아줬잖아. 니 생각은 창조력이 있다니까.

니 말은 창조력이 있다니까.

니 감정은 더 창조력이 세다니까. 응집된 생각이니까.

이런거 내가 혼자 주장하는거 아니잖아. 요새는 뭐 상식이잖아.

암흑도당이 있어야 한다고 믿는 우리의 마음이 암흑도당을 만들어 냈어.  
암흑도당이 없어도 된다고 믿고 그걸 물질화될만큼 유지한다면 없는 세상이  
창조돼.

암흑도당 말고 뭐 다른 거 집어넣어 볼까?

"가난한 내 주머니사정만큼은 진짜이고 나는 힘없다" 라고 선언한다면 그대로  
된다니까?

가난한 내 주머니사정은 내 꿈속의 그림이고 나는 이 꿈의 주인이다, 라고  
선언한다면

너는 너의 주권을 찾아오는거.

그런 주권을 너가 찾아와서 물질계에서 눈에 보이게 되는 밀도가 될 때까지  
계속 유지할 수 있다면 가난한 네 주머니사정따위 없는 세상이 너에게  
다가오게 되는 거.

"나의 이 질병은 진짜이고 나는 힘없다" 라고 선언한다면 그대로 된다니까?

이 질병은 내 꿈속의 그림이고 나는 이 꿈의 주인이다, 라고 선언한다면

너는 너의 주권을 찾아오는거.

그런 주권을 너가 찾아와서 즉 질병 없는 너 자신을 마음으로 보고 물질계에서  
눈에 보이게 되는 밀도가 될 때까지  
계속 유지할 수 있다면 질병 없는 네가 너에게 다가오게 되는 거.

근데 왜 이렇게 생각해도 잘 안되냐고?

여긴 3차원 물질계이고 이원성의 세계니까.

좋은 생각 하는 그만큼 나쁜 생각이 올라오고

믿음이 올라오는 그만큼 의심이 올라오니까.

아 왜 이렇게 만들어 냈냐고?

원래 지구가 그런 이상한 짓 하려고 만든 거 같아 내 생각엔.

변태같은 그런 짓 하려고. ㅋㅋㅋ

그걸 뭐 학습이니 배움이니 멋진 것처럼 그럴듯하게 포장하지만

이런건 전에도 말했지만 "뉴에이지의 학대하는 부모" 랑 같은거.

우주가 통째로 에고의 작품인데 그 중 제일 꼴통인거 만들어 놓은 거.

아 왜 하필 나 이런데 왔냐고?

이런 쌍 변태같은 짓 해야 된다 그래야 죄를 씻는거다 라는 죄책감이

너라는 개별 캐릭터를 마음의 스크린에 투사하고 있는거지.

이런 죄책감 안느끼게 되는 마음상태가 된다면 이런 지구에 안와도 되게 되겠지.

아니면 지구가 좋게 바뀌든가.

그러면 어떻게 원하는 걸 끌어당기기 해?

가지고픈 것에 대한 믿음은 유지하고 그럴때 올라오는 의심은 지워버리면 되지.

의심은 어떻게 지워?

의심이 올라올 때 그게 두려움임을 객관적으로 알아차리고 인식하여 놓아주면 되지.

의심-두려움이 너무 감정적으로 강하게 느껴져서 객관적 인식이 안되고 휘둘리게 되면

그 의심이 온 뿌리를 찾아서, 이를테면 어렸을 적을 떠올려봐서

그런 의심-두려움의 감정을 느꼈던 사건을 찾아 정화하면 되지.

밀도 높은 감정은 강도 높은 창조력이기에

그 사건 당시 느꼈던 밀도 높은 감정을 지워 버리면

내가 어떤 믿음을 가질 때 올라오는 의심-두려움의 강도가 그만큼 약해지지.

(정화 방법은 실전! 용서해보자 1,2편 참조)

한번으로는 안 되지, 사람의 잠재의식은 층으로 되어 있어서  
거듭 거듭 어떤 기억이 아무렇지 않아질 때까지 정화를 해야하지.

그렇게 하면 무조건 백프로 다 통하냐면

안타깝지만 그건 아니야 왜냐면 카르마라는 원형이 있어,

네가 태어날 때 어떤 길대로 가기로 약속을 해서 네가 이미 존재하는 그 위에  
너 자신을 덮어쓴건데,  
그 길은 선택에 따라 평행우주가 나뉘어지는 무수히 많은 가능성이 있는  
길이야.

그 길 안에서 이룰테면 하필 그 질병이 모든 선택지가 다 나타나는 길인  
경우는

너는 선택의 여지 없이 그 질병을 겪기로 약조를 하고 왔기 때문에  
그 질병이 사라지지 않아.

하지만 그 질병을 겪을 때의 감정적 고통만큼은 제거를 할 수가 있어.

자신의 소망이 카르마 내에서 평행우주 상에 있다면 그 결론을 선택할 수  
있는거지.

이룰테면 질병이 낫는 선택지가 존재한다 하면 그 선택지를 이루어내게 되지.

또한 이 지상에서 약조한 뭐 이룰테면 중력을 거스르지 않는다든가

이런 것도 카르마상에 있기 때문에

카르마를 완전히 다 깨지 않는 이상은 그 법칙을 거스를 수 없는 거지.

인류역사상 사람들의 의식이 이렇게 다채롭게 나뉜 시대가 있었을까?  
교육을 받을 수 없던 시절에는 거의 대부분 피지배계층은 비슷한 생각을  
했을테고 말야  
지금은 서로가 바라는 세상, 서로가 상상하는 세상이 너무 많이 다르다는 걸  
댓글을 보면서 많이 느껴.

자 너는 어떤 세상을 창조할래?  
침승의 표를 이마에 맞고 다함께 죽는 처절한 세상?  
평화로운 환경에서 모두가 공정한 삶을 살아가는 세상?  
당신의 소원이 이루어지이다.  
그럼 오늘도 피스

## 32.수행법에 대해 반복되는 질문 답변

빛보려고 노력하는 거, 무슨 소리 들으려고 하는 거, 참선, 위빠사나, 선정,  
화두,  
제3의 눈 열기, 송과체 열기, 앉아서 하는 명상들  
다 쓸모 없다고 도리어 해가 된다고 정신 망가진다고  
글에서 몇 번이나 이야기 했는데 계속 비슷한 질문이 들어와서  
최근에 댓글단 거 올린다 이거 글 올려놓고 누가 또 질문하면 이 글 링크  
보내주려고...

ㄴ 그거 다 쓸모없는것이야... 인간의 정신이 창조력이 있어서 집중하면 그런 신비체험 뭐든지 다 할수있어 근데 진짜 수행이 아니야.. 진짜 수행은 그런 아스트랄계를 보는게 아니야, 신의 능력을 갖게되는거야. 빛을보든가 투시나 텔레파시 순간이동 이런능력은 아스트랄계에서 영혼들 누구나가 갖는능력이야, 죽으면 누구나 하게되는거임.. 신의능력은 사랑할수 없던걸 사랑하게 되는거야, 그게 신의 능력이야, 두개는 완전히 다른거야.

ㄴ 그거 아스트랄계 보는거라니까.. 아스트랄계랑 신계랑 다른거라고.. 상식적으로 생각을 해봐 신계의 빛이 인간의 눈에 보이겠는지.. 육안의 눈에나 육의 빛이 보이는거야, 아스트랄계의 눈에 보이는 빛은 아스트랄계의 빛이 보이는거고, 수행하는 사람들 거의다 잘못하고 있는거라고 그런거 아무리 해봤자 카르마에서 못벗어나..

ㄴ 너가 내말을 안믿으면 어쩔수없는데... 나는 하여간 말해주는게 내 의무라서 말해주는거야. 너 그런거 노력해도 안보이는게 다행인거거든:: 아집과 집념이 강할수록 보이는거야 그건, 정신집중을 해서 환상을 만들어내는거라고.. 그런거 오래 하면 정신 망가져. 내가 수행터에서 그런수행 하다가 온사람 못봤잖나.. 부지기수로 봤는데.. 그런거 오래 하다가 온 사람일수록 에너지체는 시커매갓고 잠재의식 조금만 열면 괴로워서 진짜수행 시키면 일반인보다 더 못해. 수행은 그런거 하는게 아니라니까.. 무의식속에 있는 죄책감과 고통을 봐서 정화를 해야만 해. 선정이나 위빠사나나 빔명상이나 니미따나 다 소용없는 뽕짓거리란말야..

ㄴ 수행을 너무 다들 엉터리로 하고 말도안되는거 하고있는걸 하도 많이 봐가지고 나는 수행쪽에는 열정도 안하고 굳이 일반인들 보는 이런데서 글쓰고 있는거거든.. 니가 내말 안믿으면 어쩔수없는데 .. 빛보는 그런거 하는거보다 내가 권해주는 무의식 보는거는 취향에 안맞고 괴로워서 못하겠거든, 차라리 삶을 부처님인든 예수님이든 높은존재에게 바친다고 생각하고 자비로운 마음을 내면서 현실 눈앞에 있는 과제에 충실하며 매순간 성실하게 사려고 노력하는것이 백배는 더 수행이 돼.. 수행터에 수행자들은 에너지 시커멓고 어디 건물에 계단청소나 김밥집에 김밥마는 아주머니가 에너지가 훨씬 맑은경우가 부지기수로 많단말야..

ㄴ 그런거 하는게 왜 수행에 도움이 안되고 도리어 해가 되나면.. 잠재의식이라는게 고통덩어리고 그걸 어떻게든 피하려고 발악하면서 사는게 우리의 인식의 매커니즘이란말야 그래서 가ėt 도둑이라고 하는게 현재의 감각에 집중하는거야 근데 현재에 집중한다고해서 무의식에 접근하게 되지는 않아 그냥 더 업보를 쌓지는 않게될뿐이지, 카르마를 지우지는 못해. 이거보다 더 나쁜게 빛보려고 애쓰는 명상인데 이런 적극적으로 현재에 집중할때 느껴지는 미묘한 불안감이나 고통조차도 피하려고 하는 방식이란말야. 그럼 이게 수행이겠냐 아니면 거꾸로 업식 쌓는거겠냐? 아무리 말을 해줘도 수행 오래 한사람은 말이 안통하더라. 아직 안보일때 그만두길 권해. 보이면 몇년이고 인생 낭비 한다고..

카르마 지우고 싶고 다시 안태어나고 싶으면 용서하는 거 딱 하나밖에 없다  
하기싫음 어쩔수없지 그것도 자기 선택이니까. 하지만 출구는 분명히 하나  
뿐이다.

이세상이 얼마나 정교하게 절대로 탈출 못하게 만들어져있는지 무의식을  
못본사람은 상상도 못 할걸?

무의식이 얼마나 강도가 세고 막대한 에너지인데 이걸 가만 앉아서 명상해서  
뚫어? 말도안되는 소리지

졸도하고 까무라치고 온몸이 땀으로 다젖고 몇달이나 코피나고 눈물콧물  
나고 토하고

이런 걸 몇년이나 해야 그 에너지가 조금이나마 닳인다고.

내면적인 고통이나 남들의 고통, 자기 삶에서 바뀌야 될 점, 실제적으로 할 수  
있는 일들은 외면하고

편하게 앉아서 자긴 별로 주는거도 없이 뭔가를 얻으려는 마음으로 근엄하게  
앉아서 명상하는건데  
이 세상에서 탈출하는 게 그런 마음 갖고 될 거 같냐?  
세상 속에 있는 방식으로는 세상 속에서 탈출 못 해, 세상 밖에 있는 방식으로  
해야 한다고...

세상 사람들이 죽어도 안 하려고 하는 걸 해야만 벗어날 수 있어 용서 말이야  
그게 별거 아닌거 같지? 세상에서 제일 하기 힘든 일이라고, 평생 그 무엇도  
용서 못하고 죽는 사람도 많다고...  
예수님이 왜 이웃을 사랑하라고 원수를 사랑하라고 강조했겠냐  
명상해서 되는 거면 빚보기 명상이나 제3의눈 열기 하라고 신약성경에  
써있겠지

## Chapter4. 쉬어가는 이야기

### 33.이야니-가슴차크라 열기

안녕 친구들

우선 나는 [기적수업] 학생으로 [우주가 사라지다] 시리즈를 참 좋아해.  
그 책에 나오는 거랑 이 이야니 책에 나오는 거랑 세부사항이 좀 다른데도  
있어 특히 예수님에 대한 게 달라.  
나는 개인적으로 [우주가 사라지다]에 나오는 성령의 이야기가 가장 이치에  
맞다고 생각해

그래서 글을 쓰기전에 내가 괜히 혼란스럽게 하는거 아닌가 좀 망설였지만

[우주가 사라지다]에서는 의식이 상승하면서 일어나는 몸변화에 대해서는 아무 말이 없잖아  
그건 몸이라는 게 어차피 환영일 뿐이니까 무시해버린 것이겠지?  
근데 내가 직접 겪고 직접 본 바로는, 이 신체변화가 하나 하나가 확실한 체계가 있고 원인과 결과에 의해 정확하게 일어나더라고

몸이 가짜라고 해도, 진짜인 사랑을 느끼고 이루어 내는 건 결국 진짜인 신체를 '통해서' 일어나기 때문에  
사랑을 통과시킬 신체의 여러 단계를 현명하게 잘 겪어내야 하고, 당황하거나 방해하면 고생하거나 시간이 오래 걸리거든  
신체변화를 아예 말 안한다는게 의문이었어 아무것도 모르는 사람은 그런 과정이 올 때 두려워서 거부해버리게 된단말야

근데 이 이야기 관련 책에서는 핵심 메시지 뿐 아니라 이런 신체변화도 정확하게 말해줘서  
수행하면서 내가 개인적으로 겪은 것들, 자질구레한 의문사항들이 통하는 점이 많았고  
글쎄 내가 영성책을 많이 안봐서 그럴수도 있지만 어쨌든 나는 이런 글을 다른 데서 보지 못했기에 소개 해본다

책은 아쉬타르 쉬란이 지은 것 중에 <비전 입문의 길> 1,2편과 <힐링 카르마> 총 3권을 위주로 써 본다.  
이 책들 앞쪽에는 에너지의 생성과 우주의 구성 원리에 대해 자세하게 써 있다  
근데 그런 게 우리에게 별 의미 없고 난 이론보단 실용을 좋아하는 편이라 그런 부분은 싹 넘어갈게.  
책에서 나온거는 파란색 글씨로 쓸게 글고 내경험 좀 써도 괜찮겠지..?



심장과 척추 사이에 탁구공만한 공간이 있는데 여기가 신적 의식이 발현되는 곳이다

이곳이 진공관이 되어야 한다 근데 대부분은 이 진공관이 형태가 뒤틀어져 있거나 잡다한 먼지가 끼여 있다

이 진공관이 맑게 비워져서 외부의 빛이 들어와 여러분이 악기가 될 수 있게 관리를 해야 한다

그 방법은 욕망을 버리고 비우는 것인데 두려움, 집착, 분노, 슬픔, 질투 크게 이 다섯 감정들이

에너지파동으로 카르마를 형성하며 여러분의 원 파동에 끈끈하게 들러붙어 있다

이 파동들이 꿈과 같은 애매모호한 형상들을 만들어내게 되어 여러분의 (가상) 현실을 이룬다.

원래 다른 행성에는 카르마를 개인이 담당해야 하는 것이 아니다 (그룹에게 책임이 있나 봄)

그러나 지구는 유일하게 다양성이 살아있는 곳이며 특별한 곳이다

지구에 한해 개인이 자신의 카르마를 책임지기로 한것으로 이것은 좁고 어려운 길이다

이 감정들을 비우고 정화하면 신체 중 아래쪽 차크라가 정화되기 시작한다 이때 물질에 집착하던 마음으로부터 벗어나려 하기 때문에 현실상황들에 물질적 어려움이 오고

인간 관계가 끊기며 철저히 혼자가 된 듯한 시험이 따른다

대부분은 이 과정에서 물러나거나 실패한다

그럼에도 이겨내고 자신과의 싸움을 계속하는 자들은 신체의 위쪽 차크라들을 우리가 맡아준다

(아래쪽 차크라에는 무거운 감정이 몰려있고 위쪽 차크라는 영성이나 영적 지성이 있는 곳인가 봄

그래서 비우기만 하면 영적인 직관같은 거를 보내줘서 도와준다는 뜻인 거  
같음)

이것이 성공하면 7개의 차크라가 열리며 크라운 차크라(백회) 까지 열리게  
되면

아래쪽에서 들어온 에너지와 위쪽에서 들어온 에너지가 가슴차크라에서 만나  
합일을 이룬다

이 가슴차크라에서 합일로 인해 그리스도의식이 자리잡게 되며 이것은 한때  
잃었던 것을 되찾은 것이다

그리스도 의식이 깨어난 사람은 머리로만 사랑하거나 욕망으로 사랑하는 게  
아닌

가슴에서 우러나는 신적 사랑을 하게 되며 그때 여러분이 신적 인간을  
완성하는 것이다.

이 신적 인간을 완성하기 위해 애초에 인간 뿐 아니라 가상우주가 만들어졌던  
것으로 이것은 여러분들의 의무이다.

이 책은 백회를 여는 걸 무진장 강조 하며 그걸 깨달음이라고 말함  
음.. 백회를 연 사람으로서 이거는 전혀 공감이 안감 백회 열어도 할일이  
태산이던데 오히려 안에 드러운 감정 다 쏟아져 나오드만..

백회 연 다른 사람들도 봤는데 뭐 대단치들 았았는데.. 인간적인 결함도 아직  
적잖이 있고

뭐 신적인 지혜를 쓰고싶음 갖다가 잘 쓸 수 있다는 거는 맞기는 맞는데, 그럴  
수 있다는 걸 매순간 기억해 내려면 시간이 꽤 지나야 함

백회가 한번 열린게 달히진 않지만, 정신 차리고 살아야 하는건 다른  
사람들하고 똑같음 정신 안차리면 대충 살게 됨

막 갑자기 신적인 강인한 정신력으로 모든게 맘대로 되고 이런거하고는  
거리가 멀

아래쪽에서 들어온 에너지와 위쪽에서 들어온 에너지가 가슴차크라에서 만나  
합일을 이룬다

라는 부분 옛날에 백회 열렸을 때

우선 백회가 터지듯 열리면서 하복부 에너지가 고압호스 폭발하는 느낌으로  
정수리로 솟구쳐 나갔는데 이건 순식간에 완료되었고

그 몇시간 후에 가슴 왼쪽에서 독이 무너지듯 터져서 활화산같이 에너지가  
분출되서 나갔는데 이게 하루 중 반쯤 계속되었고

그게 완료된 후 밤에 자는데 백회와 회음 차크라에서 각자 또다른 에너지가  
들어와 가슴차크라에서 원을 그리며 합쳐졌다

나간 에너지와 들어온 에너지는 서로 느낌이 완전히 달랐다 전자는 뜨겁고  
살기라면, 후자는 청명하고 부드러움

그렇게 원을 그리며 합쳐지는 게 몇 바퀴 돌더니 곧장 영체가 몸밖으로 나와서  
확 퍼져서 잠시 의식체로만 존재해 있었음

그리고 그 담날 아침부터 온몸의 기혈이 뚫렸고 신체 능력이 급격히 좋아짐  
새로운 신체를 얻은 것 마냥

너무 에너지가 넘쳐서 마구 달리고 막일을 했는데 지치지 않았고 이 상태가  
지속되었음

잠은 4시간 정도만 자게 되었고 기운이 넘쳐서 기분이 넘 좋았음

게임아바타에서 게이머로서의 의식전환이 일어난다고 했잖아, 이후 한동안  
세상이 게임화면처럼 보였음

그니까 카르마 파동을 상당량 지워내고 나면 의식전환이 일어나는거지  
나머지도 살면서 닦아야 하고

절반을 지우면 그렇게 된다는 소문이 있던데 내가 체감한 바로는 한

20프로밖에 안되는 거 같음 그니까 나머지 지워야 할것이 80프로 있는 느낌  
양적으로야 반반일지 모르겠는데 뒤로 갈수록 응축된 에너지를 다루게 되서  
느낌상 그런거같음

사람이 어떻게 갑자기 성인군자같이 되겠냐 그전에도 노력을 많이 해야  
도달하지만  
이후에도 하루하루 성실하게 살면서 조금씩 더 자기맘에 드는 인간이 되어  
가는거임

이 전환된 전체의식은 일시적이며, 잠시의 체험이고, 나같은 경우 반년 후  
다시 한 번 전체의식으로 전환되는 각성이 오고,  
그 후부터 이런 전체의식이 기본세팅값이 되었는데, 물론 아직 카르마를 다  
뉘는게 아닌지라 출렁 출렁 했음  
처음엔 원래의 내 의식수준과 새 의식수준간의 격차가 너무 커서  
때로는 내가 이중인격자같이 느껴졌고 때로는 감정이 지옥과 천국을 오가는  
듯했음  
시간이 많이 지나서 감정 파동을 많이 뉘아낸 후에야 격차를 느끼지 않고 삶을  
좀더 내가 원하는대로 살 수 있게 됨

이렇게 두개의 에너지가 가슴차크라에서 합해진다는거를 아무도 내게  
알려주지 않았는데 이 책에 나와있어서 신기했음

이 책에 따르면 에고가 죽어야 백회가 열린다고 했는데 막상 나는 에고의  
죽음을 겪었다고 생각도 안했음  
물론 두려움은 지속적으로 엄청 이겨냈지 정말 죽을만큼 힘들기는 했어  
근데 마음이 괴로운 건 견성할때 집중적으로 겪었어서 그런지 백회 열 때는  
몸이 괴로웠음 ㅋㅋㅋ  
근육통이 너무 심했어 때로는 걷지도 못해 기어다녔음 ㅋㅋㅋ  
막판엔 30분만 수행하면 그렇게 됨 몸의 기혈이 덜 뚫려서 못나가고 쌓이거든  
야밤에 매 시간 기어서 밖으로 나와 아파서 억 억 소리내며 피티체조 해서  
풀고 다시 수행하고 그랬음

뭐 영성책같은 데서 결정적인 순간에 에고와의 죽음을 겪게된다 이러자나

그래서 그게 뭐 어느 근엄한 죽음의 순간이 딱 찾아오고 그걸 자기가 한번에  
겪어내고 이런걸로 알더라고  
근데 에고라는게 한꺼번에 그렇게 한번에 죽는 게 아냐 왜냐면 그게 고구마밭  
같은 거여, 고구마줄기 막 엮여 있자나  
고구마 묶음 캐냈어도 또 조금 옆에는 또다른 고구마 묶음 있잖아 그런거야  
어 고구마 줄기 캐냈다! 이게 끝인가 보다 해버리면 옆에 땅 안 후벼파니까  
끝인줄 알게 되는거임

에고가 죽는 과정 자체는 직접 겪을 수가 없음, 왜냐면 죽을 때 에고가 죽지  
내가 죽는게 아니거든  
실제로는 죽도록 두렵고 힘들다가 두려움을 넘어서는 순간 난 이미 승리자가  
되어 있기에 죽음의 고통을 겪지 못함

그래서 딱히 수행이란 게 뭐 어디 산속에 들어가서 하는게 아니라  
살면서 두려움을 이겨내는 모든 것이 다 의식성장이 되는거임.. 하나하나가  
다 재산이 됨  
내가 자꾸 앉아서 명상수행 하지 말라고 하는데.. 명상 수행은 좀 나중에  
하는거야 왜냐면 대부분 제대로 할만한 집중력이 없어  
집중력은 머리 좋아서 하는게 아냐 잡다한 파동이 없어야 집중력이 있는거야  
근데 두려운게 많은 사람은 잡다한 파동이 많은거지

우선은 자기가 두려워하는걸 파악하고 그걸 뛰어넘어야 함  
어둠이 무서워? 그럼 어두운 골목같은데 들어가서 혼자 있어보고 안죽네?  
별거 아니네 해보고  
취업 못해서 친구들 보는게 무서워? 그럼 먼저 친구들에게 연락해서 밥 한끼  
얻어먹어 보고 안죽네? 별거 아니네 해보고  
돈 없어서 무서워? 그럼 백화점 명품관 허름하게 입고 가서 초라함과 두려움  
느껴보고 안죽네? 별거 아니네 해보고

남자가 혹은 여자가 무서워? 그럼 일부러 어디 모임 같은 데 가서 좀  
얼쩡거리며 말도 걸어 보고 거절도 당해 보고 안죽네? 별거 아니네 해보고  
고소공포증 있어? 그럼 의자 하나 놓고 위에 올라가서 관찰아지는지 보고  
그담엔 식탁 올라가서 해보고 그담엔 옥상 올라가서 해보고

두려움이 올라와서 막 죽겠는데 피하지말고 그냥 느껴봐,  
별거 아니네? 안죽네? 한다니까? 이거 별거도 아닌데 지금까지 피했네? 계속  
속으면서 비참하다고 느꼈네? 할거야

분노나 짜증나는 거도, 나한테 분노나 짜증을 일으키는 사람이나 일이 있으면  
일부러 그거 찾아가서 대면해야 함  
상사때문에 짜증나? 그럼 그 상사 줄줄 쫓아다니면서 왜 내가 짜증이 나는지,  
상사가 구체적으로 어떤 행동을 할 때 화나는지 관찰해보고  
살면서 상사랑 닮은 사람한테 당한 적 있는지, 아님 부모님이나 친척이 상사랑  
같은 점이 있어서 괜히 미운지 그런거 알아보고  
연관된 사람이 있으면 다 용서하고, 담날 상사 만나서 좀 덜 미운지 또  
느껴보고  
상사하고 술도 한잔 해보고 밥도 같이 먹어보고 정말 그렇게 미운 사람인지  
싫기만 한지 느껴보고  
진짜 변태같은 놈이다 밥 같이 먹었더니 개짓거리 더하네 싶으면 또 그렇게  
저놈이 그러면 그렇지 하면서 나쁜 놈 만들어내려는 내 마음 들여다보고  
덕분에 수행했네 감사하네 자세히 보니까 귀엽네 이러면 청산 끝난거임

부모랑 사이 안좋아? 매번 나한테 뭐라해서 그동안 화내면서 피했다면 이젠  
부모가 내앞에서 막 면박줄때  
그냥 가만히 듣고 있으면서 내가 어떤 기분인지 느껴보고 아 이렇게 비참한  
느낌이라서 피했구나 하는거 느껴보고  
내가 왜 이런 비참한 기분이 들게 만드는 일을 내 삶에서 겪고 있을까 어떻게  
해야 할까 하고 내면에 질문해보고

부모님한테 "말씀을 그렇게 하시면 제가 마음이 되게 비참하고 서러운 기분이 들어요" 라고 못했던 말을 해보고

부모님 면전에서서는 차마 말을 못하겠으면 혼자 방에 들어가서 아무도 없는데서 입밖으로 말을 해보고 어떤 기분인지 느껴보고

예전에 했던 이야기들과 중복되는데 뭐 그냥 올려본다 글이 여러편이 될거같네 다음에 또..

## 34.이야니 이야기 관련 추가 잡설 - 전생 등

이야니 이야기에서 전생이 있니 없니 이런거 또 얘기가 나오던데

그냥 내 글이니 또 내 맘대로 주절거려보면

나는 전생을 알고 싶어해본 적이 없고 아카식레코드에도 관심 1도 없어서 사람들이 전생에 대해 왜 알고 싶어하거나 중요시 하는지 잘 이해가 안가

그런 걸 알려면 일부러 시간내서 정기적으로 앉아서 명상을 해야 하더라고 근데 그런 게 쓸데없는걸로 여겨지거든

커다란 지구 역사 맥락이라든가 이 정도는 뭐 인간성 형성에 영향을 줬을테니 알면 좋긴 하겠지만 세부적인거 알 필요가 있나?

알면 도움되는 것도 있겠지 근데 일부러 시간내서 그걸 알려고 명상하고 그럴 필요는 없다 싶어서..

현생이 수행으로 인해 바뀔 때, 내가 살았다고 착각하는 수많은 생이 한꺼번에 변하고 있는거기에

전생도 내가 살았다고 착각하는 모든 일이 다같이 편집되고 변하는거라서 전생을 어느 시점에서 어디를 볼지에 따라 달라질 수 밖에 없는데

그렇게 계속 변하는 걸 과연 실체가 있고 내 과거라고 의미를 두거나 나라고 부를 수가 있는걸까?

현생을 집중해서 살살이 뒤흔들면 그걸로 족하다고 생각해 대부분 그것도 다 못하는데..

글고 내가 (적어도 가상)우주를 만든 자이고 우주의 기록 그 자체인데 우주의 수많은 생 중에 일부만 나면

나머지는 내가 아니라는 건데 그게 좀 말이 안되지아 수행이란 남을 남으로 여기는 맘을 없애는건데

그것도 잘 안되어서 매일 노력해야 될까말까 한데 나와 남을 가르는 전생에 대해 관심 가질 필요가...

그럼 너는 수행한다면서 전생도 모르고 몇 번 태어났는지도 모르고 아카식 레코드도 안보고 뭐하니 그럴텐데

어차피 몸뚱이 죽으면 다 기억하게 될거 굳이 지금 할 필요는 없다는거지.. 잊고 사는 건 그럴만한 이유가 있어서 잊은 거라는 거지

내가 하는 건 집착을 떼는 거를 주로 하지 카르마 자체가 집착이기도 하고.. 물론 남들도 이런 거도 하고 저런 거도 하고 그러겠지 난 게을러서 이거 하나밖에 못하겠더라고 이거도 내맘대로 잘 안되는데..

여기까지 내맘대로 주절거려봤고 각자 알아서 자기 맘대로 생각 합시다 ㅋㅋ

그담에 이야니 이야기 중에 휴거 관련해서 좀 더 덧붙이면

7년 중에 전 3년 반은 암흑집단이 좋은 사람들인 척 경제적으로 풍요롭게 해주고 기술도 전수해주고 되게 잘해준대

자신들을 재림예수인척 천사인것처럼 속일거고 바티칸 성베드로 대성당에서 제2의 신성 로마 제국을 시작



또 뉴욕에 파괴된 쌍둥이 건물에 새 빌딩 지어서 사무실 삼고 단일 세계  
정부를 만들고 미국을 무너지게 할거래  
그담에 후 3년반동안은 본색을 드러내서 지옥이 되게 할거라고 하는군

그러니 혹시 앞으로 언론에서 말하기로는 외계인 납치 사건이 일어난 후  
천사나 예수님이 오고 계사라가 이뤄지거나 기본소득을 준다고 하고 지구가  
풍요로운 곳이 되었는데  
경제활동과 신분인식을 위해 손등과 이마에 빔 같은거로 눈에 안보이는  
표식을 할거다  
그러면 편하게 물건도 사고 재산도 안전하게 보안이 되고 신분인식도 되고  
편할거다 이거 받아야 기본소득도 받는다  
이런식으로 홍보하면.. ㄹ됐다 예전에 dada 가 쓴 사이비같은 그 글이 진짜네  
하면 될듯 ㅋㅋㅋㅋㅋㅋ

나도 알아 이상하게 들리는거 ㅋㅋ 신성 로마 제국이라니 ㅋㅋㅋㅋ  
나도 이런 암울한 미래 믿기지 않아 그냥 이 책의 다른 메세지가 좋아서  
이부분도 알려주는거야

그담에 쌤 유튜브 새거 올라왔길래 여기에다 붙여서 올려본다  
내가 보기엔 쌤이 표정만 봐도 좋은쪽으로 많이 변했는데, 집중력도 생기고  
영어도 유창해지고 채널링 말도 빨라지고  
같은 걸 보면서도 눈빛이 지저분하다 사기꾼이다 댓글들을 보니 사람들이  
이렇게 서로 보는게 다르구나 싶네  
쌤이 사기꾼 아니더라도 채널링 자체가 사기일지도 모르지 ㅋㅋ 강 재미로 봐

9월 21일~10월 6일까지 워크인이 이루어지며, 자기가 혹시 워크인 당했는지  
어떻게 아냐 라는 질문에  
워크인때 새로 들어오는 영혼은 뒤통수를 통해 들어오기에 뒤통수 아래쪽이  
전보다 평평해지는 것으로 알 수 있다고 한다

말덱 행성이 8만년 전 파괴되었을 때 (나도 잘 모르는데 지금 화성과 목성 사이 소행성대가 말덱의 파괴 흔적이라고 하던가)  
거기서 많은 영혼을 지구로 유입시키면서 지구에 상상력이 가능하게  
실험적으로 마음을 개조시켰다

상상력이란 다른 3차원 행성에는 허락되지 않은 것으로 원래 4차원에만  
있다고 한다  
인간을 신과 같은 창조력을 가진 존재가 될 가능성을 주고 싶어서 상상력을  
주었다고 한다  
상상을 일정 시간 집중해서 할 수 있으면 그게 창조라고 한다 그래서 상상력을  
가진 자는 창조자인것이라고 한다  
그러나 대부분 인간은 뭐든지 스스로 창조해낼 수 있다는 사실을 모른다고  
한다

요새 왜이렇게 잠을 안재워주냐 ㅋㅋ 잠이 안와서 잡다한 글을 써봤다  
그럼에만

## 35. 감정을 정면 돌파하기

안녕 친구들  
수행법에 대해 꾸준히 질문 댓글이 있어서 또 정리 해본다

내가 한 수행방법은 글쓰기나 말하기로 생각과 감정 파헤쳐서 버리기,  
용서하기, 운동하기  
에너지체가 된 후에 수행방법은 에너지 맷힌부분 집중해 느껴서 파동으로  
느끼거나 감정으로 느껴서 내보내기 정도야  
(이거는 누가 알려줘서 한 건 아니라서 딱히 수행법이라고 볼수는 없을 거  
같아)

특정 명상법이나 호흡법같은거 해본적 없어서 모르고 경전은 성경 신약 한번 읽어본 게 다고 기적수업 도움 받았고

옛날에 종종 다닌 수행터의 수행 방식도 딱히 호흡법이나 명상법같은거 없이 감정 올려서 버리고, 싸이코드라마같은거 해서 자기 감정 대면하는거, 운동하는거였어

자기 감정 볼 때 호흡법이나 자세같은건 아무 상관 없었고 감정이 가짜라는 거 외에 이론적으로 배워야 하는 것도 없었어

먹는거나 생활방식같은 거에 딱히 신경 쓴거 없고 비타민 c 메가도즈는 몇 년 했었고

자연히 채식위주로 가게 되었지만 딱히 뭘 가리진 않았고 고기나 과자 같은 거 먹고 싶어지면 먹고 싶은 만큼 먹었어

돌이켜보면 물을 좀 많이 마셨더라면 몸변화 있을 때 아픈 일이 적었을 텐데 하는게 좀 아쉬움 만성탈수였던거 같음..

수행하거나 건강에 관심있는 사람은 꼭 순수한 물을 하루 2리터 마셔주길.. 현대인들 대부분 만성탈수야

그리고 내게 가장 도움이 되었던 건 수행법이나 앉아서 하는 감정, 에너지버리기 보다

하루 하루 자기자신에게 부끄럽지 않게 성실하게 살려고 매일 노력하는 게 제일 도움이 되었어.

하루 하루 제정신으로 잘 살기 위해서 수행을 했던거지, 수행을 하는 거 자체가 목적이 아니었어

왜냐면 내겐 견성이 좀 극단적으로 뒤집히는 큰 체험이어서 새로 얻은 기쁘고 이타적인 의식상태가 기존의 이기적이고 찌따같던 의식상태와 너무 심하게 차이가 나서,

하루 하루 올바르게 살아가기 위해서 큰 도전이 필요했거든,

자꾸 전의 의식상태로 돌아가려고 하니까, 안그러려고 발악을 하다보니  
ㅋㅋㅋ 진짜 발악이었어, 절박했어, 그전으로 절대 돌아가고 싶지 않았거든  
매일 열심히 일하고 감정 보고 일기 쓰고 산책 하고 운동 하고  
발걸음 하나 내딛는 것도 성스러워지려고 노력하게 된거지  
성스럽다는 단어가 좀 이상하게 들릴지도 모르겠는데, 그런 기분으로  
하루하루 살았어 그땐..

이게 사실 내가 지금 나이가 들어서 물질적으로 전보다 풍요로워지니까  
취쁨도 없었던 청년기에 매일 열심히 살았던 때가 의식성장이 더 빨랐던 거  
같고  
나이드면서 어느새 정신적으로 해이해 진 거 같아서  
지금의 내가 어떤 부분은 좀 아쉽고 반성도 되고 다시 그렇게 열심히 살 수  
있을까 싶고 그때가 그리고 그래.

감정만 버려도 수행이 되는거고, 반대로 감정을 안버리고 각종 수행법을 하면  
... 이부분에 대해 이야기 여러번 했는데  
그래도 댓글 보면 수행법, 명상법에 대해 질문들이 나오는데 나는 계속 똑같은  
소리 할 수밖에 없어  
내 방식이 절대진리라서 그런 게 아니라, 나한테 물어보니까 나는 내 생각을  
말할 수밖에 없잖어 ㅎㅎ  
나한테 물어보지 말고 본인이 좋은대로 하면 돼, 잘못된 게 어딴겠어?  
조금 시간이 더 걸리는 방식으로 해도, 그게 본인에게 필요해서 그러고 있을  
수도 있잖아. 다 배우는게 있을텐데.  
근데 굳이 여기서 나한테 내 생각을 물어보니까 난 계속 똑같은 소리 하게  
되는거지 ㅋㅋ  
다시 내 의견 말하면 주변 사람이나 세상 일에 크게 걸리는 게 없을 정도로  
감정을 버리지 못한 상태에서  
가만히 앉아서 특정 수행법을 하는 건 정신적으로 위험하며, 영적 에고를  
키우는 일이라고 봐

왜냐면 감정이 고통이라서, 고통을 직면하는 걸 피하기 위해 집중하다 다른 정신세계로 빠지기가 쉽거든

수행 뿐 아니라 매일을 살아가는 것도 마찬가지야

‘지금 이순간을 최선을 다해 살아내겠다’라는 마음가짐이 없으면 이것도 고통을 피하고 있는 상태야.

나중에는 너무 행복하기 때문에 이렇게 엄격하게 하지 않아도 되는 때가 와, 하지만 의식이 역전하고 그걸 확립시키는 초중반까지는 자신에게 엄격하지 않으면 수행 자체가 안돼

운동도 처음에 근육 만들 때 신경 쓸 거 많고 나중에는 유지만 하면 되잖아 그런거랑 비슷해

처음에 길을 나서 그 길로 가는거거든, 근데 길을 낼 때, 냈다가 덮었다가 하면 길이 아예 안생기겠지?

고통을 피하려고 의도해서 피하는 게 아니야, 대부분 자기가 고통을 피하고 있다는 걸 알아차리지 못하고 있어.

왜냐면 우리의 생각, 감정이라는 인식 그 자체가 고통 회피 매커니즘이거든. 고통을 직면하면 그 매커니즘이 죽어.

그 매커니즘이 죽고 계속 죽다보면 진짜가 드러나.

따라서 가만히 명상한답시고 집중을 하는데, 혹은 삶을 살고 있는데, 고통을 혹은 미묘한 감정을 직면해서 보고 있지 않는다는 것은,

곧 자동적으로 고통을 회피하는 매커니즘을 돌리고 있다는 이야기고, 이게 여기 몸뚱이 가진 자의 기본 세팅이야.

그 세팅을 거꾸로 돌려야 하기 때문에 초반부에는 괴로울 수밖에 없어. 단순하지만 쉬운 건 아니야.

그래서 자기 감정 안보고 특정 수련법을 오래 한 사람은 그동안 고통 회피 매커니즘을 적극적으로 돌리는 수행을 했기 때문에

자기의 감정과 고통 직면하게 하는 수행을 시키면 처음엔 화내지 않으면  
도망가. 너무 괴롭거든.

예전 수행터에서, 쓸데 없는 거 시킨다고 막 화내거나 야밤에 남들 잘 때  
도망간 사람 적잖이 있었어.

웃기잖아? 비싼 수행비 내고 와서 자기 감정 좀 보라는 게 뭘 전력 달리기  
하라는것도 아닌데 왜 도망까지 가?

근데 본인들은 여지껏 자기가 존경받으면서 해오던 걸 정면으로 부인해야  
되니까

기존의 자기의 노력이 헛수고라는걸 깨달아버리면 공허하고 화나고 속았다는  
생각에

여긴 이상한 곳이다 위험한 곳이다 도망치자 이렇게 체면이고 뭐고 없게  
되는거지 ㅎㅎ

세상 속에 폭 빠져 있는 사람도 마찬가지. 가공식품과 화학물질 범벅이 된  
음식을 먹고

뇌파를 전자파 교란 시키는 전자기기를 늘 주변에 갖고 거기에 빠져 살면서  
남들이 뭘 입고 뭘 먹고 어떤 집에 사는지 물질적인 잣대로 남과 자기자신과  
비교하면서 살고

어제와 내일에 대해 습관적으로 근심걱정 하던 사람들도, 여지껏 고통을  
피하면서 살았으니

마찬가지로 그런 흐름을 거꾸로 돌려야 하는거야

그래서 사실 신변정리와 습관정리를 좀 마음먹고 하기 전까진 진짜 수행이 잘  
안될 수밖에 없어 방해요소가 많잖아.

몸 자체의 파동이 고통의 파동으로 구성되어 있고 우리 의식도 고통에서  
나온거라 자신이 고통을 피하고 있다는 자각을 못해,

고통을 피하고 있는 놈 눈에 자기 자신이 보이진 않지? 원래 자기 자신은 자기  
눈에 안보이는거잖아?

그걸 뛰어넘은 다른 수준의 내가 그 고통을 회피하는 놈을 볼 수가 있는 거지.

그래서 그 고통을 회피하는 놈이 보인다면, 보고 있는 그 자에겐 고통을 직면할 용기가 있다는 이야기야.

고통을 직면할 용기가 있는 자에겐 고통은 고통이 아니게 돼.

따라서 고통을 직면할 용기를 먹고 보려고 하는 순간, 고통은 사라지고 없어.

이게 말장난같이 들리겠지만 이 부분을 여러번 읽어봤으면 좋겠어.

마음으로 받아들여 질 때까지 천천히 읽어보고 생각을 해보길 바래.

고통은 직면하고 정면돌파하지 않고 있다면 회피하고 있는거 둘 중 하나뿐이야.

내 말이 안 믿어 지더라도 난 어쩔 수 없이 내가 아는 대로 말하는 거야, 고통을 정면으로 직면하고 있지 않은 모든 상태는 고통을 회피하고 있는 상태야.

이거 말고 고통이 없는 세상에 의식이 머무르는 경우도 물론 있지 근데 그 의식상태는 고통을 많이 직면해야만 한번씩 휴식처럼 머무를 수 있게 해주는 상태니까 여기서 말할 필요가 없을 거 같아.

근데 고통스러운 걸 직면하면 그게 고통스러울 거 같아서 피하게 되는거잖아? 생각만 해도 거부감 들고.

근데 그 반대야. ㅎㅎ 고통스러운 걸 회피하기 때문에 고통스러워 하고 있는거야.

뭔소리야 이게? ㅎㅎ 천천히 잘 봐봐

고통스러운 걸 직면하면, 잠깐만 괴롭지 곧 고통스럽지 않은 가볍고 즐거운 상태로 넘어가거든, 금새 기분이 좋아지거든

하루 중에 남은 시간은 마음 즐겁게 보낼 수 있단 말야? 최소한 얼마간이라도?

근데 고통스러운 걸 회피하면 계속 어딘가 마음 한구석은 미묘하게 기분이 나쁘고 고통스럽고 불안한 상태로 있게 돼.

다른 걸 해봤자 마음 한구석이 괴로우니까 집중도 잘 안되고 그렇게 즐겁지도 않아.

근데 여기서 잘 봐봐 안 겪을 수 있는데 왜 겪어? 감정이라는 게 희한하게 관성이 있어, 하던대로 하려고 하거든?

고통 회피란 정확하게 보면 곧 고통을 피하는게 아니라, 실은 계속 고통을 겪고 싶어하는 마음 아니겠어?

그리고 고통을 겪고 싶어하는 마음은 고통에 대한 집착과 사랑 아니겠어? 이상하잖아? 괴로운데 그걸 왜 더 선호해? 잠깐 힘들고 넘기면 되는데 왜 계속 괴로워하고 싶어해?

아 내가 이렇게 미묘하게 불안해하는걸 해결을 안하고 계속 불안해하고 무서워하고 계속 답없고 갈등하고

이런걸 내가 좋아하는구나, 내가 여기에 중독되어 있구나, 관성이 있구나 하는걸 알아차려야 해

마음의 괴로움, 미묘하게 두렵고 불안함, 몸 어딘가가 괜히 찌뿌둥하고 무기력함, 이런게 다 고통이 있다는 걸 좀 보라는 신호야.

나 좀 봐줘, 나 아파, 나 좀 어떻게 해줘, 하고 자기 자신의 어느 부분인가가 말하고 있는거지.

이때 자동적으로 사람들이 하는 일은 대부분 스마트폰을 붙잡고 그 안에 빠지지. 보는 게 괴로우니까.

계속 외면해 와서 죄책감이 쌓였으니, 보면 자기가 나쁜 놈 되는 거 같거든 기분이? 그래서 안 보는게 마음 편한 거야.

네 안의 어떤 외면받은 너 자신이 얼마나 오랫동안 너한테 이런식으로 자기 아프니까 좀 봐달라고 불렀을까?

아픔을 볼 용기는 곧 사랑이야. 용기를 내면 사랑하게 되는거야.



그 안으로 확 파고 들어가서 끌어 안아버려 그 아픈 마음을 안고 녹여 버리는거야  
정면돌파 해내지 못하면 시간을 질질 끌면서 조금씩 오래 아플 수밖에 없어  
화끈하게 해치울거나 야금야금 할거냐의 차이인데, 야금야금 할거라고  
마음을 먹으면 무슨일이 생기냐면  
예고한테 이미 겁먹고 있는거잖아? 그래서 싸움 자체가 안돼 당연히 예고가  
이겨 백프로야  
승리의 유일한 방법은 자신을 믿고 용기를 가지고 파고들어 화끈하게  
정면돌파 하는거야.

이게 유일한 방법이라는 걸 안 믿고 싶을텐데, 안 믿어도 난 어쩔 수 없어 내가  
아는 걸 이야기 하는거야  
승리하는 방법은 소심하게 깔짝거리는게 아니라 적진에 파고드는  
정면돌파야.

사랑으로 품으라고 하니까 혹시 너무 좀 간질간질해? ㅎㅎ  
씨게 나가도 똑같아  
사랑은 곧 용기야. 사랑의 반대는 두려움이기에 용기가 곧 사랑이야.  
두려움 잡으러 내면으로 파고들어서, 무서워 땀 뻘뻘 나고 벌벌 떨리는 나를  
무시하고 그 안에 확 들어가서  
너 잡으러 왔다 이 개새끼 나와! 어디갔어 나와! 하면

어느새 두려움은 사라져 있어.  
어 어디갔지? 원래 없었네? 속았구나! 하게 되지  
두려움이라는 걸 느끼는 내자신이 환상, 착각이었구나 하는걸 깨닫게  
되는거야  
이런 걸 반복하다 보면  
아 원래 두려움이라는 건 없는거구나, 있는건 두려움이 있기를 원하는 내가  
있구나,

없는 건데 만들어내서 죄책감 느끼고 또 그 죄책감 피하려고 딴짓하고  
그런 이상한 욕구를 가진 이상한 나를 잡아 없애야 되는구나 하는 걸 알게 돼.

이것과 관련된 기적수업에 나오는 문구 하나 인용해 볼게.  
지각의 기본 법칙은, 너는 거기 있다고 믿는 것을 보며  
그것이 거기 있기를 원하기에 그것이 거기에 있다고 믿는다

근데 어떻게 두려움 안에 들어가냐고 묻겠지? 안에 들어와있다고 믿으면 돼  
의식세계에서는 믿음이 원동력같은거야, 믿음은 실재하는 포스야

제일 쉬운 건 들어왔다고 믿으며 몸에 집중해, 심장에 집중하는 게 제일 쉬워,  
생명력 느끼기 쥔 쉬운게 심장이거든  
무서워서 회피하던 걸 직면해서 무서운 감각이 올라오게 한다  
(공포영화를 보거나, 고소공포증 있으면 의자에 올라가거나, 등등 전에 예로  
들어준거)

-> 무서워 죽겠다

-> 심장에 집중 심장이 안느껴지면 그냥 가슴에 집중

-> 무서운 감각을 느껴, 죽을 거 같이 무서운 그 느낌

-> 느끼면서 그건 내가 아니라 감정 에너지 파동, 나의 카르마라는걸  
인식하려고 애쓰

-> 그 느낌이 어느정도 느껴지면, 두려움과 싸우기 위해 그쪽 진영에  
들어와있다고 믿고 그 안으로 확 쳐들어간다고 상상

-> 잠시 그걸 꺼안거나 붙들고 기다려봐 더 깊이 느끼려고 해봐 그걸 사랑으로  
껴안아준다고 생각해도 좋아

죽을거같아도 이거 다 가짜이고 난 이걸 넘어설거라고 다짐해봐 난 이거보다  
더 위대한 존재라고 맘속으로 말해봐

-> 잘되면 몸이 떨리거나, 눈물이 나거나, 괴롭거나, 땀이 나거나, 가슴이  
뭉클해지거나, 슬프거나 등등

신체변화와 가슴에서 찌임 하고 감정적 반응이 있어 때로 감동이나 작은 깨우침이 오기도 해

- > 그걸 피하지 말고 계속 느껴서(느낌=직면=회피하지 않는것) 몸에서 내보낸다고 믿어, 눈물 나면 참지 말고 울어
- > 마음이 좀 후련해지면서 가벼워지고 홀가분할때까지 반복
- > 그러면 이렇게 얹혀있는 파동이나 파동덩어리가 하나 청산이 된거야.
- > 자신의 주요 카르마인 경우 수없이 많이 반복

분노로 바뀌 볼까?

화나서 회피하던 걸 직면해서 화나는 감각이 올라오게 한다  
(미워하던 놈 얄미운 얼굴을 떠올리든가, 내게 한 폭언이나 배신을 떠올리는 등,  
감정이 안올라오면 그놈에게 하고 싶은 하소연이나 욕설을 입밖으로  
꼬집어내서 하는거임.

"그때 2018년에 네가 나한테 좋은 사업 기회 있다고 했잖아, 그래서 내가 너  
따라서 이수역까지 같이 갔잖아.

네가 그때 뭐랬냐 내가 진짜 좋은 친구니까 나한테만 좋은거 소개해준다고  
하면서 나 곱창전골도 사줬지,

너 따라서 어딜 들어갔는데 현관에 웬 신발이 그렇게 많은지..."

이런식으로 아주 구체적으로 일어났던 일을 입밖으로 꺼내서 말하다보면  
점점 감정이 올라오게 되어있음)

-> 미워 죽겠다

-> 심장에 집중, 심장이 안느껴지면 그냥 가슴에 집중

-> 미운 감각을 느껴, 그새끼 아구창 박살내고 싶거나 죽이고 싶을만큼 미운  
그 느낌,

-> 느끼면서 그건 내가 아니라 감정 에너지 파동, 나의 카르마라는걸  
인식하려고 애쓰

-> 가슴이 답답한 게 풀릴 때까지 소리를 마구 지르고 욕해, 소리 못지르는  
상황이면 땀 운동 해서 땀 빼

(필수적으로 혼자 공간에서 해야 하며 가족들에게 비밀로 해야됨 안그러면  
가족에게 자기도 모르게 화풀이 하게 될수가있음)

-> 분노 일으키는 놈과 한판 붙으려 그쪽 진영에 들어와있다고 믿고 그안으로  
확 쳐들어간다고 상상

너 안죽어, 그거 덮어쓴다고 위험하고 그러지 않으니까 걱정말고 분노 속에  
빠져들어가봐, 더 화내고 싶으면 감정표현 더 해

-> 잠시 그 분노를 꺼안거나 붙들고 기다려봐 더 깊이 느끼려고 해봐, 그걸  
사랑으로 꺼안아준다고 생각해도 좋아

죽을거같아도 이거 다 가짜이고 난 이걸 넘어설거라고 다짐해봐 난 이거보다  
더 위대한 존재라고 맘속으로 말해봐

용서해야 된다고, 용서할 수 있다고, 이젠 그만 놓아주라고 자신에게 거듭  
말해봐

-> 잘되면 자존심이 놓아지면서 내가 꼭 그런놈까지 용서해야 되는거냐고,  
나자신이 서럽고 불쌍해서 털썩 주저앉아 울음이 터지거나,  
몸이 떨리거나, 괴롭거나, 땀이 나거나, 가슴이 뭉클해지거나, 슬프거나 등등  
신체변화와 가슴에서 찢어지고 감정적 반응이 있어, 때로 감동이나 작은  
깨우침이 오기도 해

-> 그런 모든 감정을 피하지 말고 계속 느껴서(느낌=직면=회피하지 않는것)  
몸에서 내보낸다고 믿어, 눈물 나면 참지 말고 울어

-> 마음이 좀 후련해지면서 가벼워지고 흥분할때까지 반복

-> 그러면 이렇게 얹혀있는 파동이나 파동덩어리가 하나 청산이 된거야.

-> 자신의 주요 카르마인 경우 수없이 많이 반복해야 함

분노는 어느정도 에너지를 소진하기 전까진 계속 화가 나는 경우가 많음,  
그래서 반드시 땀 나는 운동을 하여 뿔뿔하지 않게 해야 함

어휴 왜이렇게 길어 힘들다 놀러나가야지  
그럼 다음에 또 ㅋㅋ 피스

### 36.인성과 신성의 얇은 간격

안녕 친구들

이야니 가슴차크라 열기로 이어서 글을 쓰려고 하다가  
이야니가 내용이 좀 논란의 여지가 있는부분이 있잖아 그래서 제목은 그렇게  
안달고  
어차피 내용이 평소에 내가 수행글 쓸 때 했던 말들하고 흡사해서  
그냥 그 책의 핵심 주제와 같은 글들을 써보려고 한다

그 책을 내가 첨엔 또 흔한 뉴에이지겠지 하고 우습게 여기고 대충 봤는데  
보면 볼수록 내용이 범상찮아서 영성에 관심있는 사람들은 이야니 1,2 편  
일독을 권함  
특히 영성에 관한 내용은 그 어디서도 볼 수 없는 찐 내용임

그럼 이 글은 그 찐 내용과 연관있는 이야기를 해보도록 하겠음

지난 글과 예전 수행글들에서 감정 파동 에너지 청산하는 방법들을 알려줘  
왔는데  
참회가 중요하다는 이야기도 했고  
그렇지만 막상 그런 청산이 제대로 되면 어떻게 되는지 감정적으로 자세하게  
알려주진 않았는데  
여기에 대해 써봄

처음에는 내 잘못은 없고 상대방만 잘못된 거라고 당연히 믿고있지

근데 감정을 풀다 보면 내마음속에도 비슷한 이기심이 있었다는 게 보임  
혹은 완전히 내 잘못이 없는 경우, 사건 이후 이 문제를 핑계로 인생을  
엉망으로 살면서  
자신은 잘못 없다며 핑계대고 면죄부로 활용하며 사는 모습이 보임

맨 처음 예고의 모습을 제대로 보는 경우는 꽤나 충격임  
자기가 알고 있던 옳은 자기자신이 와르르 무너지잖아

모든 사람은 자기 자신이 옳고 정당하다고 철썩같이 믿고있음  
예고의 특성은 오만함임  
이것을 파헤치면 예고가 간파 당하잖아?  
간파 당하는건 예고이고, 간파하는 건 진짜 나이기 때문에  
이것을 반복하면 예고가 하나 하나 죽어 나가고 진짜 내가 드러나는 거지

이런 때 그냥 아~ 내가 틀렸구나 재가 그렇게 나쁜놈이 아니네. 이정도로  
깨닫는 경우가 있고  
세상에 이럴수가, 내가 철썩같이 옳다고 믿었는데 이렇게 오만했다니!! 정말  
잘못 살았구나  
내가 무책임하고 교만하고 너무 잘못 했구나. 내가 더 나쁜 놈이었구나.  
이런 나자신을 모르고 나는 무슨 짓을 해왔단 말인가? 내가 이렇게  
피해자인줄만 알았지 피해를 끼치고 있는줄은 몰랐구나, 내가 가족 누구  
누구에게 이렇게 잘못해온 건 못 보고  
다른 누구누구에게 피해 입은 것만 봤구나. 하고  
내장이 꼬이는 듯이 고통스럽고 사람에 따라서는 토해버리거나, 바닥을  
뒹굴며 울부짖다 실신해버리는 경우가 있단 말야?

과장하는거 같지? 감정을 뱃속까지 토해낼 수 있는 여건만 되면 이런 경우가  
적잖이 있다  
침에 소리를 많이 질러야 함, 대부분 호흡기관이 막혀 있어, 기혈도 다  
막혀있지.  
그래서 억지로 좀 밖으로 끄집어 내 주면 도움이 됨

그럼 이렇게 자기자신의 예고의 실체를 명확하게 본 경우라면 사람이 완전히 변한다

얼굴이 맑아지고 겸손해지고 사람에 따라서는 견성을 하기도 하고 병이 낫기도 하고

더 상냥해지고 책임감 있어지고 상당히 인간적인 모습이 되지

‘인성’이라는 말은 우리가 아무렇게나 안쓰는 말이잖아

인품이 좀 되어야 인성이 좋다 라는 말을 쓰잖아? 인간이라고 다 인성이 있다 라는 단어를 붙여주지 않잖아.

근데 생각해보면 이상하지 인간이니까 인성대로 살고 있을 텐데 왜

인성이라는 게 아무나 다 못 가진 게 되냐고

그건 사실 인성이란 실제로 쓰일 때는 신성에 가까운 단어라서 그래

왜냐면 사람의 내면에 신이 있기 때문이지

이 개념이 그렇게 낯설지 않을거야 하지만

예를 들어 예수님이나 부처님이 아니면 뭐 다른 절대적인 신이 본인에게 오면 기분이 어떨 거 같아?

가짜 말고 진짜 ㅋㅋ 그래서 이것저것 이야기도 할 수 있고 같이 산책도 하고 밥도 먹고 그럴 수 있으면

아무런 거리낌 없이 재미있게 놀 수 있을 거 같아? 당연히 상대방은 너의 마음 속을 다 들여다 볼 수 있어

네가 살면서 해온 온갖 실수들과 음흉한 생각들도 다 알아 지금 무슨 생각 하는지도 알고.

너한테 와서 그분이 무슨 말을 하고 어떤 표정을 지을 거 같아?

너한테 누구누구야 그동안 너무나 자랑스럽게 잘 살았다, 우린 기뻐하며 다 보고 있었다 할 거 같아

아님 야 이놈아 지금까지 뭘 한거냐? 실망이다 할 거 같아? ㅎㅎㅎㅎ

사람에 따라 아예 자기 옆에 와 줄 거 같지도 않은 사람도 있을테고

자기가 해온 온갖 잘못들이 먼저 떠올라서 왠지 쾅기는 사람도 있을테고

오 완전 좋다! 궁금한거 다 물어봐야지 싶은 사람도 있을 것 같네 ㅎㅎ

그담에 이제 그 예수님이나 부처님같은 절대자가 외부에 있는 게 아니라  
자기 자신이 그 존재와 똑같은 존재라고 상상을 해봐.  
너 자신이 그리스도라고 상상을 해봐.  
어떤 생각이 들어?

만일 종교적인 예수님이나 부처님을 모셔 왔다면 불경스럽게 여겨져서  
거부감이 들겠지  
하지만 예수님도 너희도 나보다 더한 것을 할 수 있다고 했고  
부처님도 나는 경전 잘 모르지만 같은 것을 설파한 것으로 알고 있어

내 길고 재미없는 글을 시간 들여 봐주는 사람들은 이런 개념을 받아들일 만할  
테니  
받아들일 만하다, 혹은 이미 알고 있는 개념이라고 봐

그럼 네가 그리스도라는 건, 네가 지금 인간의 몸을 갖고 있고 지구에 살고  
있는 것과  
상관 없이 어쨌든 넌 그리스도라는 것이겠지?  
그리스도인데 인간의 몸을 좀 쓰고 있다고 해서 그리스도가 아니게 되는 건  
말이 안되잖아?  
그리스도인데 자기가 그리스도인 게 기억이 좀 안 난다고 해서 그리스도가  
아니게 되는 건 말이 안되잖아?

그럼 네가 아무리 여기 이곳에서 별 드러운 일을 겪고 망가진 기분으로 살고  
있다고 해도  
아무리 누굴 해치고 싶고 세상 득만 보고 싶고 고마운 사람도 없고 돈 한 톨  
없어도  
여전히 너의 정체는 그리스도라는 거임

이건 네가 한국인인데 뉴질랜드에 가서 영어 쓰고 살고 있다고 해서 한국인이  
아닌 건 아닌거랑 똑같은 거지.  
글고 너가 한국인인데 뉴질랜드 가서 살다 보니 자기가 뉴질랜드인이라고  
착각했다고 해도 여전히 한국인인 거랑 똑같은거임.



뉴질랜드인이 되려고 아무리 용써도 한국인의 DNA 가 변하지 않는거랑 똑같은거임.

근데 너는 왜 그렇게 스스로가 뉴질랜드인같고 한국인같은 기분을 가질 수 없냐 하면

지금까지 뉴질랜드인이 되고 싶어서 마오리전사에게 하카춤을 전수받고 매일 그 춤을 추고 있으니까 그렇지 ㅋㅋㅋㅋ

그럼 어떡하면 되냐면

일단 하카 춤 매일 추던 거부터 좀 그만둬야 되지 않겠냐?

왜 내가 그동안 이런 짓 해왔을까 이유를 좀 알고 쓸데없는 짓인 거를 깨달아야 그런 짓 더는 안하겠지?

그담에 한국인이란 어떤 존재인지 그 정체성을 알아보고 그에 맞게 살려고 해보겠지

한국 음식도 먹어보고 이런저런 한국 전통놀이도 해보고 한국 옷도 입어보고 내가 이래서 진정한 마오리족이 되려고 노력해왔어도 늘 마음 한구석은 어색했구나 하고 깨달아보고

나중에는 여건이 되면 한국에 와서 한국인으로 살게 되겠지.

근데 그리스도의식을 되찾으려면 내가 그리스도다 라고 선언한다고 바로 되는 것은 아니고

내가 그동안 이렇게 이기적으로 안하무인으로 살았구나 하고 거듭 참회해야만 되는 것이지

이 참회 과정을 그나마 알려주는 데가 불교 절수행 정도 있는거임

보통 사람은 참회 라는 단어 자체에 거부감을 가지더라고

근데 가짜 자기자신을 벗어내려면 절절한 참회가 핵심이야, 이게 없으면, 오만함 때문에 더 가질 못해

다시 한 번 언급하지만 예고의 핵심은 오만함이거든

내가 옳다 라는 무의식적인 확신을 모든 사람이, 말 그대로 모든 사람이 갖고 있거든

평소에 자아성찰이 좀 되어야, 감정 풀어서 버리는 수행을 해도 참회가 좀 됨 완전 오만함 그 자체로 살았다면, 참회하는 데 시간이 좀 걸림,

감정풀기 하라고 하면 니놈이 죽일놈이라며 고래고래 소리만 계속 지르다  
탈진하는 사람도 있음

감정 쏟아놓기가 핵심이 아니라고 했잖아, 감정 풀어 놓으면서 그 자기 자신을  
보면서

그 모습이 이상하다는걸 깨우치는 게 핵심이라고 했음

미운 놈 마음속으로 때리면서 때리는 그놈이 이상한 놈이란 걸 보고

그런 못난 자신을 계속 유지하고 싶은지 아닌지 택하라고 했음

잘 안되면 입밖으로 말을 해, 내 감정은 그게 아니고 휩쓸리고 있더라도 일단  
척이라도 하면서 말을 해,

이건 내가 나이길 바라는 내가 아니야, 나는 이걸 버릴거야 라고 말을 해,

나는 이거보다 더 위대한 존재야, 나는 이거 버릴 수 있어, 달라질거야 하고  
말을 해

입 밖으로 말 하는게 해보면 대단히 위력이 있음

괴로워서 눈물 콧물 줄줄 흐르는데 계속 말하다 보면 그 마음이 내려놓아짐

핵심대로 효율적으로 수행하려고 각오하고 풀어놓기 하면, 풀자마자 바로  
깨우쳐진다, 오래 안걸려

계속 화만 나고 몸만 힘들고 왜 안되냐고 하면

자기가 계속 화내고 싶어서 그러고 있는거야, 화내는게 안전하게 느껴지거든

화내는게 안전하다고? 그렇지 안전하지

왜냐면 기존의 자기자신을 유지할 수 있으니까

자기자신을 파헤쳐서 깨어서 버리는걸 해야 하는데 자기자신을 유지하고  
있으면 수행하고 있는 게 아님

냉정한 말 좀 할게 좋은 말만 한다고 잘되는건 아니니까.

시도해도 잘 안되고 계속 포기하는 사람은 계속 그런 자세로 세상을 살았을  
거야

뭐든 갈썩갈썩 조금 해보다가 안되면 외부 요인이나 남들을 탓하면서.

그런 자신이 부끄러워야 돼.

그런 자신이 부끄럽다는 걸 지금껏 깨닫지도 못하고 있었다는 걸 알아야 돼.

온전한 사람 구실 못 하고 산 것이 부끄러워야 하고.  
남들한테 (물질적으로든 정신적으로든) 빌붙어 산게 부끄러워야 하고.  
자기자신이 부끄러워서 제정신 갖고 사람답게 살기 위해 수행을 하려고 해야  
수행이 되지,  
뭔가 지금의 나랑은 다른 잘난 내가 되고 싶어서, 아님 뭐 삶에서 뭘 좀  
얻으려고 수행 하면  
애초에 예고가 하고 있는거라서 그 이기심 깨달을 때까지 수행이 안됨

자기 의지로 자기자신을 없애버려야 하니 이게 참 아무나 할짓이 아니지  
이게 그리스도를 발현할 수 있는 가능성은 모두에게 있지만 모두가  
그리스도를 살려낼 수 있는건 아니거든  
하지만 노력하면 안되는거 없다 다 됨

요새는 에너지 들어와서 잠재의식 다 열어주니까 참말로 수행하기 좋은때임  
보통 잠재의식 못열어서 수행이 안되는거거든, 여는 거를 제일 힘들어함  
억지로 감정 떠올리려고 운동하고 말하고 이런거 안해도 늘 감정이 올라와  
있는 상태일거임 ㅋㅋㅋㅋ  
이렇게 올라와 있을 때 계속 버리면 땡잡는거고, 못버리고 계속 매달리면 몸  
아프고 고생하는거..

뉴에이지같은 데서는 주파수를 올리고 좋은 기분을 유지하면 다 되는 것처럼  
사기치는데  
진짜 수행은 가차없다, 인과관계가 명확하고, 아주 정확함, 하다보면  
과학적이라는 생각이 들거임  
그 뜻이 간절해서 하늘에 가 닿을 만해야 의식의 극적인 변화가 있어  
그리고 하늘은 생각보다 냉정하다 내 노력이 올바르게 안다면 인정해주지  
않음  
내가 좋은대로 내맘대로 한다고 되는것이 아님 저쪽에서 정해놓은 방식에  
맞춰야 인정을 받게 됨

어떻게 살다보니 이런데서 이런 글까지 쓰게됐나 싶는데 뭐 어찌다 보니  
이렇게 됐네, 그럼 다음에 또만나요 ㅎㅎ

### 37.한국인=거지옷 입은 왕족

우선 지금부터 할 이야기는 본인이 수행하면서 내면적인 메시지를 받은 담에  
오랜 기간 더 소통하며 알아낸 거지,  
누구에게 주입받은 게 아님을 밝힘  
내 글 봐온 사람이라면 내가 수행터에서 사람들이 하고 있는 빨짓들을  
빨짓이라고 내생각 그대로 말해온 것을 알거임  
나는 뭘 한문 찌끄리며 이론 설교하는 도인들 안좋아함 한문도 모름. 그런거  
보고 말해주는게 아님을 밝힘  
난 어떤 집단에도 소속되어 있지 않으며 내가 다른 도인들하고 비슷한 소리를  
할수도 있지만 그럴 수밖에 없는게  
한국인은 도 좀 닦다 보면 한국인 풀더가 열리기 때문에 한국에 대해서는 다  
좀 비슷한 소리를 할 수밖에 없음 ㅋㅋㅋ

아직 대학생정도면 잘 모르겠지만, 세상 좀 살아 본 사람은 알거임  
이 세상에 사기 기법이 얼마나 많은지. 보이스피싱부터 시작해서 물건  
팔아먹는거도 사기 투성이고  
세상 올바르게 건전하게 살아가는 사람이 바보 될정도로 온통 사기 투성이임  
못배운데만 사기꾼들이 있는게 아니라 잘배운놈들 돈많은놈들도 전부  
돌아가는게 사기임

그나마 지구에서 사기가 덜한데가 여기 한국이고 한국사람들임  
최근들어 사기가 많이 늘어났지만, 가만 보면 거의 조선족에 의한 사기가  
 많다는 걸 볼 수 있음  
분열시키고 갈라치기 하는것도 거의 특정집단에 의해 이루어지지,  
한국인들끼리는 최소한 서로 의도적으로 사기치고 살지는 않음

부익부 빈익빈이 심해지면서 최근 10년새에 사기가 늘어나긴 했지만 원래  
이러진 않았음.

지금처럼 살기 힘든 와중에도 종종 대단치않은 아줌마 아저씨들이  
서로 챙겨주고 훈훈한 덕담을 하고 소탈하게 서로 위해주는걸 길가다가도 볼  
수 있거든

이게 한국사람들끼리는 늘 이러니까 원래 그런 줄 아는데,  
하나의 민족 집단이 공통적으로 이런 모습을 띤 건 세계적으로 흔한 일이 아님  
어디 자연경관이 아주 좋은 지중해 섬같은데서나 있을법한 일이지, 이렇게  
바쁜 나라에서 있을법한 일은 아님

원래 한민족의 건국이념이라든가 한국인의 특성이 다른데랑은 좀 다른  
홍익인간, 제세이화 들어봤나

홍익인간 = 널리 인간을 이롭게 하라, 세상 만물을 널리 이롭게 하는 참된  
사람이 되라

제세이화 = 이치를 바로세우고자 함은 진리를 따르는 것이다, 하늘에서  
이루어진 것이 땅에서도 이루어진다

이거 그냥 건국이념 정도로 별거 아닌걸로 알았을텐데

신의 마음을 느낄 수 있게 되면 이 건국이념이 신에게서 나온 것임을 알 수  
있음

실재계에서 생명, 신성의 빛은 모두가 공유하며 널리 퍼지는 것이거든

홍익인간개념은 실재계에서 온 개념임

이 가짜 세상에서 한국인의 마음속엔 진짜 진리의 씨앗이 들어있음

한국인들은 우주를 좀 바꿔보려고 절대계에서 투입한 종족의 후손들임

환인이 절대계의 신임. 환인은 인간이 아님, 신의식임.

환인이 애국가에 나오는 하나님인 보우하사 할때의 그 하나님 즉 신성임

한민족에게 하나님은 여호와가 아니라 배달국, 고조선, 고구려, 고려 등에서  
전통적으로 제사를 지내던 환인 하나님임  
유대인의 신 여호와와는 한국인이 따를 만한 급이 아님, 환인 하나님에 비하면  
그냥 지방신 정도임  
한국인의 가슴속에는 환인의 코드가 들어있기에 한국인이 하나님을 부르면  
자동적으로 환인 신의식을 부르는 것임  
그리고 환인은 절대계 최고신임. 환웅은 서자라니까 그거보단 급이 낮겠지  
ㅋㅋㅋ

개천절 알지?  
하늘이 열린 날이라고 하잖아?  
환인의 서자 환웅이 내려온 날임.  
다른 건 다 잊고 우리 역사도 정체성도 잊었는데 이 날이 달력에 남아있는건  
참 신기한 일임  
난 바로 이 날 신의식이 왔음 이 날이 내겐 특별함 내 인생이 크게 바뀐 날 중  
하나니까.  
나는 날짜 개념이 없어서, 개천절같은 국경일이 아니면 날짜 기억도  
못했을거임

다른 사람들은 백회 열고 거진 하루 이틀 후 신의식이 왔는데  
나는 반년이나 지나서 이 날에 그 일을 겪었음  
전에도 말했지만, 기쁨으로 온몸이 폭발해 버리는 듯한 압도적인 체험임  
이런게 앞으론 보편적이 될텐데, 빨리 많은 사람들이 이 기쁨을 겪었으면  
좋겠음  
앞으로 20년도 안되서 그런 때가 올거라고 생각함  
정말 여러번 말하는데 이게 그렇게 어려운 것이 아님. 나중엔 집단적으로  
우후죽순 터져나올거임

올해 들어 그 생각이 자주 나길래

왜 하필 개천절임? 기다렸다가 일부러 개천절 날에 그렇게 해준거 맞죠?  
하고 물어봤더니 이런 저런 걸 알려주더라고 ㅋㅋㅋ 알려준다기보단, 그냥 알게되는거지.

솔라스툼 기간동안 나도 이런저런 자질구레한 깨우침이 있었음 ㅋㅋ

암튼 이 개천절은 환인을 기리는 제사날이었는데  
나중에 역사가 왜곡되고 나라의 위치가 추락하며 국력과 지리상 위치가 조선  
반도로 몰리면서  
개개인적으로 조상에게 제사를 지내는 걸로 바뀐것임

역사를 좀 공부해보면 조선은 고구려나 고려의 가치를 잊지 못했음을 알 수  
있음

조선왕실은 화교집단이 아니었나 의심하는 사람들이 있을 정도로 한국인답지  
못한 모습을 보이고 있음

조선왕조실록 읽어본 사람은 알겠지만 왕실 혈통이 싸이코패스들인가?

싫을정도로 잔혹한 동족상잔의 역사임

고려 말기까지 봐도 조선시대같은 노비제도, 남존여비, 칠거지악 같은 건  
존재하지 않았음

그런건 한민족의 건국 및 통치이념이 아님

이 환인에 대한 것은 신화처럼, 왜곡되고 공격받고 있으며 잘해봤자  
외계인이다 정도로 말해지는데

환인은 외계인 같은 게 아님, 절대계의 신의식임. 환인의 서자가 지구에  
왔다고 기록되어 있는데

그 절대계 의식을 몸뚱이가 있어야 지구에 와서 구현할 거 아냐 그래서 서자가  
왔다고 기록된거임

그러니까 환인이라는 절대계 신의 명을 받고 그 아래계급 신이 육화해서  
지구에 온거지.

옛날엔 관련 역사서가 많았는데 근대 들어 다 없어지고 매장당하고 민족적인 특성을 없애려고 해왔음

일제강점기 시절 6년간 20만권의 역사서가 도난 및 훼손 당했음

이들은 전국적으로 샅샅이 사찰 등을 뒤지며 역사책을 모아서 불태우거나 일본왕실도서관에 가져갔음

일부 학자들이 일본왕실도서관에서 몰래 필사해 온 것들을 보면

환단고기 같은 우리 옛날 역사가 거짓이 아니란 걸 알 수 있음

이 환단고기를 가짜로 만들기 위해 환단고기해석을 허황되게 미친놈처럼 보이게 과장해서 뿌린거임

실제 우리의 역사가 맞음. 한민족의 역사는 만 년 이상임

난 환단고기 안읽어봤음 나도 자세한 건 모름 그저 이렇게 알려주길래

궁금해서 최소한의 리서치 정도 해본거임

한국인에겐 한국인만의 정보폴더 같은게 있음 수행하다보면 그게 열림

궁금하면 한국 전통문화나 진짜 역사 같은거 좀 찾아보기 바람

수행해서 한을 좀 풀어서 가슴이 울리는 사람은 좀 느낌이 올거임

이런것에 집착할 필요는 없고 그냥 참고만 하되

적어도 한국인은 스스로를 수치스러워 하는 걸 이제 좀 그만 둘 때가 되었음

자기가 누더기 옷을 입고 있다고 거지인 줄 아는 왕족같은 존재들이기 때문임

한국인들은 가슴에 끝없이 넓고 넓은 사랑을 품을 수 있게 만들어진 종족임

온세상을 품을 수 있는 넓은 마음자리가 있는 종족임

에너지장 자체도 비교할 수 없이 큼 겉으로 아무리 하찮아 보여도 에너지 구성이 다름

하지만 깨어나기 전에는 그 마음자리에 한이 가득 채워져 있을 수밖에 없음

한은 큰 사랑이 되기 위한 재료임. 미움이 사랑으로 바뀌는거임



수행해본 사람은 원말인지 알거임 더 미웠던 사람을 풀해보면 더 큰 사랑이 있는거  
한을 다 털어내고 빈 자리를 만들어 온 세상을 품어야 되는 게 한국인의 운명임  
지금은 초기라서 일부 사람만 깨어나고 있지만 때가 되면 한꺼번에 깨어날 것임

난 이걸 2007년에 봤는데, 수행이 힘들어서 물러날 때마다 이걸 보여주더라고  
나름대로 수행하는 이유가 되었음, 통일한국에서 사람들이 집단적으로 깨어나는 걸 봤거든  
요새 통일 메시지를 자주 주는 걸 보면 사람들이 좀 알아야 할 때인거 같아서 이야기함  
뭐 알만한 사람들은 이미 알고 있는 거라서 새삼스럽지도 않을거같긴함..

전에도 말했지만 한국인이 깨어나면 이 괴로운 세상이 다 끝남 이 매트릭스의 맨 끝이 온세상의 한국화임  
한류가 이번세기 들어 더 부흥하고 있는 게 이런 이유 때문임 앞으로 더 속도를 올려 빠르게 퍼질것임  
이거 국수주의가 아님 왜냐면 홍익인간이라는 비지구적인(?) 절대계의 이념을 퍼뜨리면  
이 고통과 괴로움 투성이이고 우주의 희생양인 지구 전체가 좋게 바뀌는거임

한국은 지구의 고통의 축소판이고 지구는 우주의 고통의 축소판임  
한국인만 이 절대계 사상을 퍼뜨릴 수 있는 게 아님 이런 홍익인간 사상을 받아들여서  
자기나라에 퍼뜨리면 한민족과 똑같아 지는거임  
우리 건국이념은 차별같은 개념이 없음 인간을 사랑하는 이념임

내 말이 사이비 같아서 거부감 들고 이상하게 들리기도 할거야  
그냥 논리적으로 생각을 해봐  
통째로 사기이고 죄책감의 투사물인 이 3차원 찢은 고중력 지구에  
어떻게 예고의 가치에 반하는 홍익인간, 제세이화의 사상이 있을 수가  
있는지.  
어떻게 한국만 역사적으로 말도 안되는 무슨 울트라소닉부스터 경제성장을  
했는지.  
왜 미친 한국인들은 온갖 성인병 걸려 가며 미친속도로 희생적으로  
경제부흥하고 자녀교육 시켰는지

이상하지 않아? 생각을 해보면 되게 이상한 거임  
한국만 분단국인 것도 이상하지 않냐?  
남한은 이렇게 선진국이 되고 북한은 21세기도 한참인데 아직도 굶고있고  
총살당하고 너무 극단적이잖아?  
파동의 성질인 음과 양을 극적으로 보여주는 거 같지 않아? 세상을 대표해서?

온 세상이 경제적 이념적으로 고통받고 있는데 통일이 갑자기 되면 뭔 일이  
일어날 거 같냐?  
북한에 정치교화소, 수용소 같은거 북한이 운영하는 거 아니다.  
북한 체제 자체가 김일성왕조가 운영하는 게 아냐. 개들은 그냥 꼭두각시고  
공산주의 세력이 운영해 온거야.  
그 증거로 위구르나 티벳 등지에도 똑같은 형태의 정치교화소와 수용소가  
운영중이다  
중국 돈 안 들어가면 북한 끝나. 이런 교화소, 수용소도 중국 돈으로 운영하는  
거고  
이건 내 의견이 아닌 탈북자 박연미씨의 진술이다 관심있음 박연미와 조던  
피터슨 인터뷰 검색해봐

게다가 북한 경제는 현재 남한에서 유입된 탈북자 가족들의 돈으로 굴러가고  
있고

중국에서는 결혼 못하는 노총각들에게 탈북여성이 제공되어서 사회혼란을  
막아주기 때문에

이렇게 양측의 이해관계로 인해 탈북을 계속 용인하고 있는거야.

지금 남한의 돈과 남한의 문화가 북한에 계속 유입된지가 좀 되었어.

이렇게 분단이 되어 있는 건 이 매트릭스에서 최후의 버프를 받기 위해 준비된  
거야.

자꾸 메시지 주는 거 보면 그렇게 멀지 않은 거 같은데

이런건 짐 로저스같은 사람도 주장하고 있는 내용임

뿌리가 좋은 한국인이 왜 이모양 이꼴로 남탓 하면서 서로 욕하고

잡아먹을듯이 이렇게 사냐면

한 이라는 개념 있잖아 한국인은 화병이라는 게 있는 종족이고 괴로우면

가슴을 치잖아

자기를 가리킬 때 가슴을 가리키고 괴로우면 가슴이 답답하다고 하는 종족이

다른 종족은 없음

일본인같은 경우 저요? 할때 손가락으로 자기 머리를 가리킴 서구인들도 이런

경우가 많음

온 세상 분노를 다 느끼는 게 한국인들이니 얼마나 힘들겠냐? 이정도로

사는것만 해도 사실 대단한거임

한국인은 가슴센터에 한이 가득히 들어가 있음 그리고 이 한은 한국인만의  
것이 아님

한국인은 마음자리가 굉장히 큼 다른 인종과 거의 10배 정도 차이가 남

에너지장이 크다는 소리임

이 마음자리가 에너지 저장고 같은 곳인데 지구인의 전체 화를 다 저장하고

있는데가 한국임

지리적으로도 그렇고 인종적으로도 그럼 한국은 전세계 선악의 축소판이자  
대결장임

이 정도로 한이 가득하고 오랫동안 정체성을 왜곡시키고 억눌렀으면,  
폭력범죄며 온갖 끔찍한 일들이 많아야 하는데  
역설적으로 전세계에서 치안이 제일 좋은 곳이 한국임  
아동학대나 싸이코패스형 범죄가 최근들어서 일어나는 일이지, 2010년  
이전에는 드물었음

한국 말도 가만 봐봐 이상한게 한두가지가 아님  
일단 주어가 없음 그리고 능동 수동도 없음 성별구분도 관사도 없고 접속사도  
관계사도 없고 어순도 없음  
이게 사실 말이 안되는 거임 언어라는 게 규칙의 모음인데 규칙이라고  
할만한게 최소화된 언어인거임  
듣는 외국인 입장에선 원소린지 알려면 상당히 공부를 해야함 근데 우리끼린  
그냥 알지

우리 조상들은 텔레파시가 되는 종족이었음 한국어는 언어가 필요없는  
곳에서 필요해 의해 분화한 언어임  
다른나라 말에는 없는 마음과 연관된 단어가 많음 고차원 언어임  
의성어, 의태어 같은거 잘 봐봐 수준이 다름

에너지장만 보더라도 한국인들은 되게 희한한 종족임 다른 민족과 너무  
차이가 나  
일루미 애들은 선 쪽이든 악 쪽이든 이런걸 다 알고 있을거임 개들은 영능력  
갖고 태어난다고 하더라고  
악 쪽은 한국인들을 재우기 위해 온갖 짓들을 하고  
선 쪽은 한국인들을 깨우기 위해 온갖 짓들을 해오고 있는걸로 보임  
한류가 퍼지는 걸 보면 선 쪽이 이기고 있는 걸로 보이고

결국 상위차원에서는 둘이 한 팀이라는 얘기가 있는데 아마도 맞을 거라고 봄

최근에 떡밥 찌라시 중에 As Above, so below, Wise man travels East  
라는 문구 기억나냐

이 East 가 한국임 일본이 아님, 일본이 한국 금을 보관해줬기 때문에  
대리자일 뿐임

이 거대한 저장고를 가진 자들이 자신들이 찌질한 희생자가 되기를  
강요당해왔다는 걸 알게 되고

시대를 주도할 수 있는 저력을 가진 자들이라는 걸 깨우쳐버리면 뭘 일이  
일어나겠냐?

강 게임 끝나는거임 오셀로처럼 확 뒤집히는거지

물론 아직 멀었지 갈 길도 멀고

11월에 정말 좋은 이벤트가 일어난다 해도 그건 한국인들이 만든 게 아니거든  
한국인이 깨어나야만 이 게임이 끝남

그래서 꽤 통이 크고 흐름이 장대한 게임의 끝이 될것임

통일이 된 후에도 한 오십년은 걸려야 마무리 될것임

한국인 특성이 이러니 감히 건드리면 ㄹ되는거 알기때문에 다른나라는 6월부터  
시행 한 백신패스도

눈치보다가 자기들 계획 로드맵의 최종 마감인 11월 직전에 급히 추진하는  
거임

혹시 시위라도 할까 싶어 눈치 계속 보면서 온갖 여론전 하고 굶신굶신 하면서  
나름 되게 힘들게 전체주의로 야금야금 바꿔온거임 지들딴에는 엄청  
비굴하게 해온거임

이게 우리 입장에선 지금 이정도만 해도 이 개새끼들이 ㄹ같이 군다고  
느끼지만

다른 나라 어떤지 한번 봐봐라 경찰들이 경찰봉으로 시민들 후두려패고 피  
철철 흐르고

백신 안맞은 사람은 pcr 검사 사흘에 한번 해야 되고 마트에 매대 다 비어있고  
주유소 가도 기름 못넣어  
미국만 제외하고는 올해 초부터 전체주의와 경찰국가가 거의 완성수준임  
락다운도 우린 한번도 안했잖아 다른나라는 작년부터 했잖아 집밖엔 쓰레기  
버릴때만 나갈수있고 그랬어  
한국서 이런 탄압같은 일 있어봐라 백신 맞았든 안맞았든 상관없다 온 나라가  
뒤집어지지  
지금 헬스장 이용 못하는 것만해도 사람들이 난리고 인터넷 한시간  
안된거 갖고 난리였는데 ㅋㅋ

조선시대 때 그렇게 온국민을 노비화 해놔도 사람들 나라 잃을 거 같으면 의병  
승병 일으켜 싸운게 한국인들이야  
이런 민족의식을 말살시키기 위해 온갖 노력들을 다 해왔는데도 가슴속에  
뜨거운 불길이 있는게 한국인들임  
세상 누구보다도 주도적이고 주인의식이 있으며 아무리 밟아도 어떻게든  
살아가려는 의지가 가득한 게 한국인들임  
한국, 한국인 이라는 단어를 마음으로 느껴봐라. 가슴속에 뭔가가 느껴지잖아  
외국 나가서 한국인이라고 무시당하는 건 절대 못참는 게 한국인들이야  
국뽕이라고 욕하는 놈들은 한국인 디엔에이가 적은 놈들이라서 그런거임  
ㅋㅋㅋㅋ

ㅋㅋㅋ 이걸 믿어야 되나 말아야 되나 할텐데 아무튼 재미는 있었지?  
그럼 다음에 만나요 ㅋㅋ

## 38.교착상태 & 열등감 청산하기

지난 이야기 재밌었지? 사이비스럽다고 거부감 느끼는 사람도 있을텐데 그거  
그들의 오랜 작업결과야. 환빠니 국뽕이니 욕하고, 물타기하면서 허황된 정보

막 섞어놓고 우리 역사를 사이비 종교 교주 같은걸로 취급해놓아서, 누가 진실된 주장을 해도 듣지 못하게 만들어 놓은거지.

그 증거로 일본극우 재특회 소속으로 보이는 댓글을 지우지 않고 남겨 놓았으니 뭐라고 하는지 찬찬히 봐봐. 댓글 보다 보면 전부터 짚고 넘어가고 싶은 점이 있었는데 가짜세상이라고 이런저런 일이나 사람들을 가짜라고 무시해버리면, 나 자신의 실체도 무시하게 되어버리기에 조심해야 해. 여긴 외부세상을 보고 느끼는 인식이 곧 자기 자신에 대한 인식이 되어버리는 곳이거든

남들이나 외부세상이 환영이고 내가 만든 그림이라는 전제는 알아차리고 있어야 하지만, 그것들을 대할 때 마음으로 정성스럽게 대해야 나 자신도 귀한 사람으로 인식해서 행복해지게 되는거야.

외부가 가짜고 나도 가짜면 아무것도 할 것이 없잖아? 왜 살겠어? 너는 껍데기야, 신성이야? 허무하고 쓸모없는 존재가 되려고 수행하는게 아니라 귀하고 귀한 존재임을 기억해내려고 하는거잖아.

너! 네가 귀하고 귀한 존재라니까? 네안에 엄청난 존재가 잠들어 있다고. 아 그런데 왜 그렇게 못느껴? 지금껏 이걸 들어보지도 못했거나 들어도 안믿었으니까 ㅋㅋㅋ 뭘 자기가 npc 게임캐릭터고 이세상 다 쓸모없고 여기 미겔에서 그런소리 해도 휩쓸리지 말라고. 그건 네가 아니라 네 껍데기라고, 게임캐릭터 버리면 진짜 네가 드러나

수행은 책임지는 거랬자나? 자기생각을 책임지고, 자기감정을 책임지고, 자기자신을 책임지고, 자기가족을 책임지고, 나아가 자기가 만든 세상까지 다

자기걸로 받아들이고 책임지는 거... 이 모든 게 내면적으로 이루어진다는 점이 수행이 처세술과 다른점이지. 내면이 시작점이자 끝이고 모든것이니까.

하지만 지금껏 다 팽개치고 살았다면 어떻게 한번에 갑자기 책임이 저지겠냐? 남이고 뭐고 내가 아파 죽겠는데. 일단 나부터 좀 살고 봐야지 않겠어? 자기 자신에게 가혹하지 말고 스스로에게 좀 잘해주고, 감정 많이 풀면 좋겠어.

남자들도 자존심 버리고 사람 없는데서 어린아이처럼 좀 울어봐봐. 마지막으로 그렇게 감정 표현하면서 울어본 게 언제야? 여자들도 그렇지만 남자들도 남자라서 말도 못하고 참는 게 많잖아?

감정 좀 풀어서 마음 좀 쉼길 수 있다면 이왕 꿈을 꿀거면 멋지고 즐겁고 주도적인 꿈을 꾴야되지 않겠냐? 꿈이니까 아무거나 꾸다 그냥 냅둔다 언젠가 깨겠지 하면 절대 깰 리가 없는거야. 그렇게 방임하면서 어떻게 자신이 꿈꾸는 자임을 확실히 자각할 수가 있겠어?

꿈이니까 강 냅두고 있는 이런 교착상태에 자꾸 빠지는 사람들은 어렸을 때 가족에게 방임당해서 마음의 상처를 입은 기억이 있는지 살펴보고 그걸 청산해봐봐. 그걸 닦다보면 사실 나자신이 나를 (내 감정을) 방임하고 있는 지금의 내모습이 그 과거의 기억으로 둔갑해서, 안들키려고 내가 피해자인 척 정체를 숨기고 있는거구나 하는 걸 볼 수 있을거야.

상대방이 막 화낸다? 어, 이거 꿈이지! 내가 만든 꿈이니 내 책임이네... 나도 화가 같이 나려고 하는데 그 감정에 집착하려는 걸 포기하고 성령을 기억해내. 그러고 가만히 성령의 눈을 통해 보고 있으면 사랑스럽거든? 심통난 아기가



성질부리는 거 같이 귀여워 보이지. 사랑스럽게 보이면 상대가 화 안내거든  
갑자기 확 풀리면서 서로 피식 웃게되지. 아님 내가 휩쓸리지 않고 애교  
부려서 상대방 화 나는 거 풀어줄 수도 있는거고...그런 것도 이게 꿈임을  
또다시 인지하는거 아니겠어?

근데 상대방이 막 화내는데 이거 꿈이니까 화내든 말든 나랑 상관없지 내 속이  
썩냐 니 속이 썩지 하고 나 자신의 마음도 안느끼고 감정을 느끼기를 거부한  
채 그냥 쳐다보고 있으면 교착상태인거야 이걸 그냥 정신이 멎때리고  
있는거지. 두려움을 깨지 못한 수행의 교착상태, 공(사실은 공이 아니라  
맹한거임ㅋㅋ) 상태.

나중에 기혈이 다 열려서 자동 파동추적/제거 시스템이 작동 되면 그냥 보고  
있어도 자동으로 몸에서 알아서 잡아서 내보내는데, 그 전에는 절대 그렇게  
안되니 적극적으로 감정을 느끼고 마음으로 껴안아야 해. 교착상태는 항상  
두려움으로 인해 자신이 소극적으로 행동하고 있다는 걸 뜻해.

분리되지 않은 마음은 창조자 마음과 같기 때문에 매우 적극적이야. 신성의  
빛, 신성의 마음이라는 걸 뭘 되게 아무것도 안하고 가만히 있는 암전한 건줄  
아는 사람 많더라. 이것도 공=맹 상태가 최고 의식상태인줄 알아서 생기는  
대표적인 오해인데 그걸 넘어서서 기쁨과 감사의 버석버석 살아있는 상태가  
신의 상태인거고, 기쁨 없는 의식상태는 분리감, 에고야.

적극적으로 막 운동하고 땀내서 소리도 막 질러보고 감정표현 일부러 과장도  
해보고 그러면 교착상태 깰수있어.

그담에 하나 더 짚고 가고 싶은 것은 이 세상속에서 다룰 수 있는 것들, 돈이든

연애든 가족이든 직업이든 무엇이든간에 꿈의 내용물을 적극적으로 다룬다고  
그걸 실재화해서 벗어나지 못하는 거 아니냐 하는 두려움은 가질 필요 없어.  
너의 본질은 영영 다칠 수 없는 완전함과 자유이기에 그런 생각은 소심한  
생각이야. 나는 혼자가 아니다, 내 뒤에는 하나님이 계신다 라는 걸 마음으로  
받아들이고 맘에 드는 걸 하면 돼. (하나님이 마음에 안들면 참나, 예수님,  
부처님, 가이드, 천사, 뭐든지 맘대로 부르세요. 하나님이란 거대한 힘, 포스,  
파워, 법칙같은 거지 인격신이 아님)

그담에 열등감에 대해 좀 다뤄 볼 거야.

우선 이해해야 할 점 두가지가 있는데

1. 평소 열등감을 자주 느끼는 사람은 마음속에 계급의식이 있으니 그걸  
보라는 신호야. 계급의식이란 어떤 하나가 다른 것과 같지 않고 위에 있거나  
아래에 있다는 의식이지. 참된 마음의 세계, 생명의 세계에서는 계급이 없어  
모두 다 한마음이야. 그래서 계급의식은 분리감이야.

2. 열등감은 우월감의 다른 표현이기에, 둘 다를 봐야 청산이 올바로 돼.  
하나의 파동의 양 끝인데, 보통은 한번에 하나만 감지하게 되기에 두 개가  
같은 것인 걸 잘 몰라. 즉 평소 우월감을 많이 느끼는 사람은 열등감을 감추고  
있는거야. 어떤 것을 가져서 우월감을 느끼고 있다는 것은 자기가 실제로는  
그걸 가질만한 존재가 아니라는 믿음을 뜻해. 모든 걸 가진 존재면 좋은거  
가진 거 당연하잖아? 대수로울 게 뭐 있어?

월 가지든지 그게 고맙게 느껴질 순 있지만, 남들보다 내가 이걸 가져서  
(돈이든 지위든 외모든 가정환경이든 그 무엇이든) 특별하다 잘났다

자랑하고싶다 우월하다 이런 감정을 가질 이유가 없거든 자신이 이 물건이나 지위에 비해 부족하다 라는 열등감이 있으면, 그걸 우월감으로 둔갑시켜서 감추려고 하게 돼.

자기도 자기 자신을 속이는 거지. 열등감 인정하기 싫으니까.

그 마음이 이상한걸 안보고 계속 우월감 내뿜으면 파동이란게 양극성이 모두 같은 힘이 있기 때문에 한쪽으로 쏠아온 마음의 무게만큼 저쪽에도 동일하게 쏠는거라고나 할까? 시소처럼 뒤집히면서 숨겨져온 열등감이 현실화되면서 가진 것을 한번에 말아먹는 현실이 창조되지.

뭔가를 자신이 좀 과분하게 갖고 있는 상태인 거 같다 싶으면 아이고 어떻게 부족한 내게 이런걸 주셨을까. 감사합니다 잘쓰겠습니다 하고 그 가진 것에 대해 감사드리는 마음을 내야 그게 계속 유지가 되고 더 좋은 것도 가질 수 있는거고 나 이거 갖고있다 날 봐라 나 잘났지? 하면서 그 물건 이용해서 사람들 후리고 내 우월감 채우려는 것은 그 물건의 본연의 가치를 존중하는 마음이 아니잖아? 그건 창조자다운 마음이 아니거든 그래서 그 물건을 더는 못 가지는 상태가 될 가능성이 커지는 거지.

반대로 말해서 지금 뭘 못 가졌는데 갖고 있는 것처럼 아이고 감사합니다 하고 느낄 수 있으면 그게 현실에 실현되는 거지 이게 사람들이 그렇게 좋아하는 씨크릿인데 이 씨크릿을 제대로 실현하는 사람이 거의 없는 이유는 신성이라는 포스, 파워는 곧 사랑 이거든? 사랑으로 모든 걸 창조해 내는 거야 이게 가짜 환영이라고 해도 결국 그 배후에 있는 힘은 다 똑같단 말야? 진짜가 있어야 가짜도 붙는거기 땀에 그래서 가슴을 일단 한을 좀 풀어서 비워서 다른 마음 파동이 적어야 그걸 좀 할 수가 있어,

근데 그렇게 가슴이 비면 이미 감사한 마음이 들어서기에 더 이상 뭘 달라고 하지 않는 마음자세가 되는거고 이런 게 시크릿의 역설이지 ㅋㅋㅋ  
가능해지면 필요 없어지는 거.

그 답에 평소 열등감만 느끼고, 자기가 잘난 거 없어서 우월감은 잘 못 느낀다고 생각하는 사람이라도 우월감을 말로 표현해서 풀어보는 걸 해보면 계급 의식에 찢은 우월감이 나올 거야. 남에게 지시나 명령을 들어서 듣기 싫고, 기분 나쁘다, 열등감 올라온다 이걸 깊이 파고 들어가면 결국 기적수업 초장에 나오는 '권위' 문제인데,

신을 배신하고 자기만의 세상을 만들었잖아? 그래서 내 세상 속에선 신 노릇 하고 싶은 거잖아. 그러니 항상 진짜 신에게 예민하거든? 내가 진짜 신에 의해 만들어졌다는 걸 인정하지 않으려고 하고. 그러니 내가 만든 내 세상 속 나의 창조물들도 똑같이 나를 창조자로 인정하지 않으려 하는 거지.

이거 중요한 개념임 여러 번 읽어서 꼭 이해하기 바람

그래서 나는 부모가 마음에 안든다, 부모에게 고맙지 않다, 내 부모도 아닌 거 같다 이런 사람은 그런 신을 부인하는 마음을 부모로 자신의 세상에 투사해 놓은 거고, 시부모나 장인장모 직장상사가 맘에 안든다 이런식으로 윗사람에게 반감 가지는 거고 마찬가지로 권위 문제인 거임. (아... 시부모라는 단어 쓰니까 파동 확 올라오네.. 여자분들 진정하세요...시부모는 권위문제 + 여자로서의 열등감 이 버무려진 것임 나중에 다룹시다)

그럼 어떻게 풀면 되냐면 우월감이든 열등감이든 이 계급의식을 밖으로 표현해서 몸밖으로 밀어내듯이, 싸이코드라마 하듯이 해도 되고 입밖으로

## 소리를 내서 하면됨

연산군이 되었다고 생각해봐 넌 왕이야, 폭군 왕. 전생이란 환상 속에서 꼭 왕이 아니더라도 산적 두목이더라도 우두머리였던 적이 누구나 있을 거거든? 계급 의식과 우월감을 끌어올려서 말해봐, 야, 이 버러지 같은 것들아 천한 것들. 니네가 살아서 뭐해? 쓸모없는것들 한심하고 하찮은 것들. 밥값도 못하는 것들. 너네 다 죽어야 돼. 벌레만도 못한 것들. 그렇게 살 바엔 그냥 죽어라. 더러운 것들. 최대한 감정을 실어. 최대한 한심하고 하찮게 여기고 싶은 마음을 끌어올려 봐. 그 마음을 더 갖고 있고 싶지 않고 버린다고 생각하면서 표현하면서 느껴주면 돼.

느낀다는 건 뭐냐면 너의 신경계 감각계 경락 이런 게 다 예고의 신경망으로 활용되고 있었는데 네가 의식해서 걱정해서 꼬집어내서 가짜인 거 알면서 느껴줌으로 인해서 일부 신경망을 너의 것으로 주도권을 되찾아오고 있는 걸 뜻해. 이런 식으로 하다보면 감정이 고조되고 소리도 지르게 되고 결국 이것이 살기인 걸 알게됨

월 플든지 간에 주절주절 말하다가 끝에 가면 난 아무 잘못 없고 니가 잘못이니 니가 죽어야 한다 이렇게 되거든 ㅋㅋ 예전 실전! 붙은 글들 본 사람은 알지? 그렇게 하다 보면 참회가 되기도 하고, 직장상사라든가 상대방만 나쁜 놈인 줄 알았는데 내가 내 식대로 보고 있었구나 하는걸 알게 되는 거지. 인식이 바뀌니 그려내는 그림도 달라져서 이렇게 여러번 풀어보면 나를 괴롭히던 직장상사가 있었다 해도 곧 부서가 바뀌거나 여러가지 이유로 자주 안 얹히게 돼.

우월감은 결국 열등감이기 때문에 우월감으로 분노를 좀 풀었다면 그다음엔 열등감도 해결해야 해. 열등감은 열등감+그로 인해 버림받을까 하는 두려움을 표현해주면 돼. 하다 보면 내면적인 감춰뒀던 바램이 느껴질 텐데 그런 마음도 표현해줘.

내가 이렇게 무능한 걸 사람들이 다 알아버리면 어찌지? 무서워 죽겠어. 아무 것도 못 하고 이렇게 버려질 것 같아. 재는 저렇게 잘났는데 왜 나는 이것도 못하고 저것도 못하지? 쓸모없어서 도태될거야. 무서워. 이렇게 뚱뚱하고 못생겨서 아무도 날 사랑해주지 않으면 어떡하지? 내가 이렇게 못나도 날 좀 사랑해줘. 내가 이렇게 부족해도 있는 그대로 날 인정해줘. 내가 이렇게 쓸모없어도 날 버리지 마. 나도 관심받고 싶어.

이런 걸 말로 표현하려면 용기가 좀 필요하거든? 꼭 말하면 진짜 찌질한 사람이 되는 것만 같고. 근데 그게 에고의 저항이야. 에고가 죽지 않으려고 그러는 거 해 본 사람은 알거임. 표현해야 사라짐. 이런걸 표현하다 보면 그 두려움을 느끼게 되면서 눈물이 나고 그러면 울어서 밖으로 내보낸다고 생각하고 많이 울어.

가슴속에 쌓인 한이 굉장히 많아, 네가 살아서 쌓은 것보다는 조상 대대로 감정체 세포 속에 쌓인 한이야, 조상이라는 단어가 싫으면 전생이라고 봐도 무방하겠지 뭐든 어쨌든 다 그림 속 인물들이니까. 어쨌든 정말 많이 울어야 이 미친 세상에서 건강한 정신 상태를 갖 할 수가 있음 ㅋㅋㅋ 아무리 강조해도 부족함

(안 울고 해도 되는데 무지 오래 걸림)

가짜인 걸 인지해야 되서 감정 느끼다가도 자꾸 집중이 안되고 산통이 깨지는 거 같으면 감정 느끼는 데만 집중해도 좋아. 느끼는 게 더 우선이야. 몰입해서 그 속에 빠져들어 버려. 어둠 속에 적극적으로 뛰어드는 거지. 너의 실체는 결코 다칠 수 없어, 빠진다고 위험하거나 하지 않아 걱정 말고 빠져들어. 의도적으로 빠져든다는 건 뭐야? 두려움이 없는 의식이고, 가짜임을 알고있는 고차원 의식을 뜻하기에 의도적으로 빠져서 그안에서 허우적거린다고 자기 정체성을 잃는일같은 건 안생겨.

이런 무능함에 대한 두려움은 머릿속으로는 누구에게든 예외 없이 다 이런 말이 울리고 있단 말야? 재벌이라도 이런 생각 올라오거든? ㅋㅋㅋㅋ 몸 가진 자의 디폴트 목소리란 말야. 근데 이걸 인정하면 진짜 무능해지는 거 같고 큰일 날 거 같잖아? 그래서 계속 마음으로 거부하거든. 반대로 그걸 인정해서 표현해버려야 내 몸에서 그 에너지파동이 나가게 돼.

이게 참 역설적인 건데 해본 사람은 알 거야. 그 감정이 있음을 인정하고 받아들이면 그 인정하는 의식은 상대적으로 고차원 의식이기에 저차원적인 감정을 깨어 부수는거거든. 무능하게 느껴지는 마음과, 그걸 느끼기를 거부하는 마음은 둘이 똑같은 팽팽한 교착 상태를 이루어서 그 상태가 깨지지 않고 지속되는 거거든. 그걸 받아들여 버리면, 아 이거 사라져버리네? 가짜구나, 실체가 아니었구나, 괜히 지금까지 고통받았네 하고 알게 돼.

어때? 교착상태와 열등감 결국 비슷하지? 왜냐면 두려움이니까... 에고의 속성은 두려움이지 그게 분노로 표현되기도 하고, 여러가지 양상을 띄는 거지

그럼 오늘은 여기까지 ... 다음에 또 만나요

### 39.우울증 없애는 법

우울증 있는 사람들 물 많이 마셔봐 하루에 2리터 미네랄워터 + 소금  
1티스푼하고같이

우울증은 뇌가 원래 물을 수력발전해서 이온으로 전기신호 만들어내서  
에너지발전을 하는데

만성탈수 상태가 오래되면 뇌가 제대로 작동을 못해서 호르몬 조절을 못하면  
우울증 와

인체는 하루에 호흡으로 1.5리터의 물을 버리게되고, 소화로 2.5리터의 물을  
쓰기 때문에 (소화로 쓰는 물은 재사용)

매일 하루 2리터의 물이 새로 투입되지 않으면 만성탈수로, 세포가 전부  
절박한 상태로 조금이라도 다른 세포에게 물을 빼앗으려고  
지옥같이 투쟁하며 발악을 하면서 살게 되어 있는 구조거든  
인체는 세포의 모음이니 심리적으로 당근 쪼들리며 살게됨  
체격이 크거나 비만이면 더 마셔야 하고.

열심히 살려고 하지 말고 그냥 살자고 생각해봐

그냥 살아도 돼. 그러다 좋아지면, 또 열심히 살면 되지

글구 하루 날잡아서 그날은 우울증 약 먹지 말고, 코인노래방이라든가 차몰고  
멀리 나가든가

어디 사람 없는 데 가서 억울한거 입밖으로 꺼내서 그때 했어야 했는데 못했던  
말 같은거.. 욕도 하고 고래고래 소리 질러봐

소리 지르다가 울고 싶으면 주저앉아서 엉엉 울어 많이 울어

억울한거 다 풀릴때까지 해봐 용기내서 하루 두시간씩 일주일만 해보면 많이  
좋아질거야



감정을 너무 억누르고 착하게 살려고 해서 우울증 걸리는거.. 너무 억누르면  
병된다 풀면서 살아..

## 40.음식에 대한 이야기

안녕 친구들

건강과 병에 대해 글을 몇개 써볼까 해

우선 식습관 이야기를 좀 해볼게

식습관에 대해 그렇게 강조하진 않았잖아? 자연스럽게 건강하게 먹게 된다고  
했지

근데 수행을 빨리 하고 싶다는 사람도 댓글 보면 종종 보여서 정리를 해볼게

뭐든지 너무 따지지 말고 너무 몰입하지 말고 중도를 지키는게 좋아

되게 먹고 싶으면 먹어, 먹고 수행하면 되지

근데 딱히 좋지 않은 걸 알게 되면 그래도 전보다는 덜 먹게 되잖냐 그래서  
써봄

음식 분류부터 먼저 해봄..

이런거 분류하면 댓글 박터질거 생각하니 쯔م 그런데..

그냥 참조만 해 제발..ㅋㅋㅋ 나도 모든 음식을 다 알진 못해

오랫동안 수행하다 보니 내게는 이렇게 느껴졌다 이런거야 주관적일 수 있어

다만 이건 의외다 왜 이렇게 느껴지지? 하고 궁금해서 이런저런 음식이나

건강 관련 책을 많이 찾아보긴 했어

관심 있는 사람은 알칼리음식 산성음식 이런거 검색해서 찾아봐봐

그게 내 몸이 분류하는 거랑 많이 일치하더라고

먹으면 성욕, 결핍감, 불안, 두려움, 분노를 증폭시키는 음식들

음식을 플라스틱 등 인공적인 용기에 담아 전자렌지에 돌리는 경우 - 그냥  
독을 먹게되는거랑 같음

이 경우 인공적인 용기보다 전자렌지가 사실 더 나쁨, 전자렌지 쓰지 않는  
것이 좋음..

궁금하면 마이크로파가 세포에 어떤 영향을 미치는지 검색해보기 바람..

물론 플라스틱등 인공적인 용기에서 환경호르몬이 나오는 거도 영향이 있음..  
불임을 유발함

만성탈수인 경우 - 하루 2리터의 순수한 물을 마셔야 함 호흡과

배변만으로도 인체는 하루 1.5리터 이상의 물을 소비함

음식보다 사실 물이 더 중요함 더러운 거 물로 씻잖아? 물은 정화기능이 있음

하루 2리터 마셔.. 이 얘기 열번은 한거같다 ㅋㅋㅋ

웅진코웨이나 엘지정수기처럼 역삼투압필터가 달린 대부분의 정수기 물은  
산성수로 이걸 인체에는 독에 가까움

산성수는 미네랄이 없는 물인데 인체에 산성수가 들어오면 미네랄 부족해서  
뼈에서 칼슘같은거 빼서 씬.. 골다공증 됨

그리고 미네랄 없어서 뇌에서 수력발전을 제대로 못하기때문에 신체능력도  
떨어지고 우울증 오기 쉬움

+ 끓인 물을 둥글레차나 보리차같은 거를 물 대신 장기 음용하면 해로움.

만성탈수됨. 가족전체가 아픈 경우 이런 경우가 많음

알칼리이온수>미네랄워터>생수=수돗물 순서대로 나옴. 돈있으면 알칼리수  
돈없으면 생수+소금 (소금에 미네랄 들었음)

탄산음료, 공장에서 가공된 모든 종류의 가공음료와 과일주스 (100% 생과일  
주스는 괜찮음) 애들 다 산성수임

인공감미료 (특히 아스파탐)

술, 담배 특히 소주, 맥주 (와인이 제일 덜함)

닭고기, 소고기 (소고기 기름이 특히 영향이 큼, 먹고 싶다면 얇게 썰린 걸로  
구울 때 기름을 좀 제거하면 나음)

커피 (인스턴트보다 에스프레소가 더 영향)

우유 (및 유제품)

밀가루 (로 만든 모든 빵과 면, 튀김류)

기름 (식용유, 포도씨유, 해바라기유 등 대부분의 시판 기름.

/ 참기름, 들기름, 올리브유는 괜찮음 식용유 대신 올리브유 쓰는걸 추천)

캔음식, 냉동 가공식품 (병조림은 괜찮음)

견과류 생각보다 별로 좋지않음 매일 먹는건 비추

이중에 가공 음료, 아스파탐, 우유, 커피는 몸에서 거의 독성물질 취급을 함  
특히 커피는 그 영향이 20시간 이상 가며 이노작용으로 배출된 이후에도 한참  
영향이 남고

근육에 긴장을 유발하며 계속 먹는 경우 인체의 자연적인 매커니즘을  
변형시키는 듯한 느낌임

그담에 먹었을때 에너지면에서 파동이 덜 올라오고 몸을 편하게 만드는  
음식을 써볼게

비타민c, 비타민d, 마그네슘. 비타민d 는 정신건강에도 좋음

알칼리수, 생과일주스, 노니주스

소금, - 죽염, 천일염. 소금은 정화기능도 있고 삼투압 작용을 위해 세포에  
반드시 필요하기에

평소 한식을 덜 먹는다면 일부러 소금을 먹어줄 것을 권함

대부분의 한식류, 김치, 배추 음식, 배추와 열무가 특히 좋음 정화효과가 있는 듯한 느낌임

대부분의 야채, 나물류. 마늘, 양파, 토마토, 블루베리, 참깨, 갯잎이 먹었을 때 에너지면에서 좀 더 좋게 느껴짐

(그렇지만 상추나 갯잎같은 쌈야채같은 걸 생으로 많이 먹는 경우는 기생충 문제가 있으니 데쳐 먹든가, 기생충약을 정기적으로 먹는편이 좋음)

초콜렛 - 가공초콜렛 말고 70퍼센트 이상의 다크초콜렛

설탕 - 정제설탕 말고 비정제 설탕, 유기농 흑설탕 등

좋은 음식이 또 뭐가 있으려나.. 사실 생각보다 별로 없음.. 음식을 망치기 위해 수십년간 노력해온 집단들이 있다보니..

그냥 좋은 물과 소금을 먹고 한식 위주로 식사를 하면 괜찮음 그리고 유기농 음식이 다 좋은건 아니지만 대체로 상대적으로 좋은건 맞음

미역이나 다시마같은 해조류가 참 좋았는데 십년전 이십년전 비교해보면 요새는 비실비실해서 별로야

바다에도 독성 물질이 많다보니

글고 야채도 십년전하고 비교해보면 요새 야채는 다들 비실비실하긴 해 곡물도 전보다 에너지가 덜느껴짐

이런 야채들이 제일 좋은데는 솔직히 이마트 트레이더스라든가 코스트코같은 대형매장이 제일 물건이 좋긴하더라

아무래도 납품을 한번에 많이 하는 곳일수록 품질이 좋아서 그런 거 같아 그리고 계란.. 이거는 편차가 되게 큼

일반적인 계란은 썩 좋지가 않음, 근데 농장같은데서 풀어서 키운데서 나온 계란 있어 그런 건 좀 괜찮음

그담에.. 음식에 대해 이야기 조금 더해봄...

분류를 지금까지 하지 않았던 이유는 뭔가에 선입견을 가지지 않기를  
바래서였다는걸 꼭 알아주기 바람..

몸이라는 건, 껍질 말고 정신과 개별영혼을 구성하는 건 에너지 파동체거든  
그 에너지가 비슷한 에너지를 요구해. 그게 먹고싶은 음식이라는 거야.  
그래서 불안, 두려움, 걱정근심, 분노와 같은 에너지가 많이 그 에너지체를  
구성하고 있다면

음식도 그런 파동을 일으키는 것을 몸에서 원하게 되고, 그런 것이 맛있게  
느껴지고

반대로 저차원적인 에너지를 벗을수록 정갈한 식품을 찾게 돼.

(저차원적 고차원적 이런말로 가르는데 좀 우습긴 한데 딱히 뭐라고 말해야  
할지 모르겠어서 그냥 씬..)

몸이 정갈하게 유지될 때 저질 음식을 먹으면 그 영향이 쉽게 느껴지는데  
특정 음식을 먹고 나면 파동으로 느끼는거 이외에도 성욕이 일거나 짜증이 더  
잘 나거나 이렇게 분명히 느껴짐 ㅋㅋ

대부분은 사람들이 아무거나 먹기 때문에 센서가 무뎌져 있어서 차이점을  
느끼기가 힘들지

게다가 우리 사회 특히 한국사회는 감정에너지를 동력으로 쓰기 때문에  
육류를 많이 먹고

그 에너지를 이용해서 발전기처럼 에너지발전을 하는 식이야.. 이런 경우  
추진력이 생기지만 장기적으로 몸이 망가지지

한국의 가파른 경제 성장과 암 등 성인병 발병률이 연관이 있는 것은 그  
때문이야

육류를 먹고 힘이 생기는 건 몸을 구성하는 에너지 파동이 그것을 동력으로  
몸을 돌리고 있어서 그런거고

나중에 몸에서 동력 발전 방식이 바뀌게 되면

육류나 가공식품등을 먹으면 도리어 에너지가 정체되고 몸이 힘들어하는  
걸로 느껴져

그렇지만 수행하면서 시간이 지날수록 이런 것에 영향을 덜 받게 돼 왜냐면  
에너지 파동체는 믿음 덩어리거든?

그 믿음은 내 머리로 믿는게 아니라, 우리를 여기에 몸뚱이로 존재하게 하는  
잠재의식의 믿음 덩어리라고 보면 될 거 같아

그래서 내 머리로 생각하는 거랑 상관없이 내 몸은 내 무의식적 믿음의 영향을  
받는데,

이 믿음은 세상의 외부적인 것이 내게 영향을 끼칠 수 있다는 믿음이야.

나는 개별자이며 세상의 피해자이며 세상이 나보다 더 커서 내가 영향을 받을  
수밖에 없다는 (잘못된) 믿음 말이야.

수행을 해서 처음에 그 믿음의 실체와 규모를 알아차리면서 닦아나가는  
과정에서는

이 믿음에 영향을 더 크게 받는것처럼 느껴져,

왜냐면 전에는 있는줄도 몰랐는데 이제는 인식이 되니까 더 큰 것처럼  
느껴지는거지

무의식 속에 수행하는 자아가 자리를 잡으면, 이 자아는 이러한 믿음을 해결할  
과제로 여기기 때문에

이 믿음이 건드려지는 상황을 전보다 훨씬 많이 의식의 수면 위로 올리게 돼.

이거 여기 있으니까 해결하라 이거지. 그래서 전보다 더 신경이

까탈스러워지고 영향을 더 받는 거 같고 그렇게 돼.

이런 몸상태라면 굳이 몸을 더 힘들게 할 필요는 없잖아? 그래서 음식을 좀  
가려줄 필요가 있어.

수행 중 예고와의 싸움이라는 의도적인 노력이 극에 다다라서 한계치를  
넘어서면,

차크라가 많이 열리면서 새로운 인식자가 생기며 자동 매커니즘이 작동하게 되는데,  
그때부터는 기존의 무의식적 믿음이 독성물질이라고 여기던 물질이 몸에 들어오면 최대한 빨리 몸밖으로 내보내려고 하게 돼. 이뇨작용이 일어나거나, 설사를 하거나, 심한 경우 토해내게 되지.

그렇지만 또 시간이 지나서 나중에 많이 닦아내서 그 믿음의 밀도가 희미해질수록  
이런저런 음식이나 외부 여건이 몸에 미치는 영향도 적어져.  
무의식적 믿음으로부터 조금 더 자유로워지는거지.  
나중에는 에너지 발전 방식이 바뀌어서 차크라를 통해 외부에서 에너지가 들어와서 채워주는데  
그 비율이 높아질수록 음식에 대한 의존이 적어져

그렇다고 음식을 거부하는 건 좀 우스운 거 같아,  
때로 음식을 안먹는 걸 수행기준으로 여기는 사람들이 있더라고  
수행터 다니면서 음식 안먹고 그런 걸 내심 자랑스럽게 여기고, 음식 무시하고  
그런 사람들 있어  
음식 먹기가 싫은 그 마음이 실은 죽음을 갈구하고 자기 자신을 혐오하는  
마음인데 그런줄을 모르고  
자기가 수행이 되어서 음식 안먹게 된거라고 아는 사람이 제법 있어

내 생각엔 그런 사람들은 음.. 좀 가엾고, 특별해지고 싶어하는 사람들인 거 같아  
음식을 먹는 것은 집중할 수 있고 감사하는 마음을 아주 쉽게 낼 수 있는 좋은  
수행 기회야  
누군가는 그 음식들을 만들어내기 위해 노력을 했을 거고 햇빛과 물이 그  
음식을 키워냈을 거잖아

어쩌다 내 식탁에 올라온 것 같지만 그 음식이 올려지기까지는 수없이 많은  
노고와 단계들이 있었을 거라고

가공식품이라도 해도 그게 좋다 나쁘다는 생각을 벗고 그냥 그 음식 자체를  
봐봐

누군가가 그 음식을 기획하고 공장을 만들어서 제조해서 납품하고 이런  
과정을 생각을 해봐봐

다 나쁜게 아냐, 때로 아주 괜찮은 음식들이 있어, 만든 이의 정성과 노력이  
느껴지는 음식도 많아

육류도, 육류가 다 나쁜거라고 생각들 하는데 실제로 몸에서 느껴지는 건  
육류도 깨끗하게 잘 키운 고기는 의외로 별로 부담이 없고,  
정크푸드라든가 공장에서 생산된 첨가제 많이 들어간 음식이 몸에 부담이  
되는 경우가 많아

육류니 채식이니 하는걸 떠나서 첨가제가 많이 들어간 인공적인 게 항상 더 안  
좋다고 생각하면 거의 맞다고 보면 될 거 같아

완전 채식을 오래 해온 사람들을 보면

오히려 이 사람들 성격이 더 괴짜같고 비실비실 힘도 없고

에너지도 적고 추진력 떨어지고 이런 사람들도 제법 있거든?

채식이라는 건 자연스럽게 몸에서 요구해서 하게 되면 그 몸에는 그게  
필요해서 그런거야

근데 몸을 구성하는 에너지파동은 육류나 가공식품에서 끌어낼 만한 저급  
에너지인데

그게 나쁜거라고 거부해서 안먹고 야채만 먹게 되면 - 애초에 거부하는  
마음이 분별심임

이런 몸은 몸에서 실제로 요구하는 에너지가 들어오지 않기 때문에 좀 몸을  
힘들게 하는거지



가장 중요한 건 몸이 원하는 걸 잘 들어보는 거지, 몸에 귀를 기울이는 거  
그러면서 조금씩 이끄는 거  
몸은 무시하고 자기 생각대로 이렇게 저렇게 하려고 하는 건 좀 아닌 것 같아

다시 한 번 강조하는데 분별심을 일으키려고 쓴글은 아니고 가는 길에 도움이  
되길 바래서 썼어  
그럼 다음에 또.. 피이쓰

## 41.기적수업 문구 모음

안녕 친구들

나는 작은 노트에 [기적수업] 교과서 문구 중 맘에 드는 구절들을 따로  
적어놔는데 수시로 보는 편이야.

몇몇 구절은 자주 보다보니 외우고 있는데  
갈등이 있을때 입밖으로 소리내서 몇번 말해보면 금새 마음이 편해지고  
구절 구절 아름다워서 그냥 아무데나 펼쳐서 감상할때가 많아  
내가 좋아하는 구절들 중 일부를 공유해봄

숫자는 [기적수업] 합본 기준의 페이지고  
별표는 특별히 더 자주 찾는 구절임 ㅋㅋ 별표 두개는 더 더 자주 찾는 구절  
사람마다 이런건 다름테니 자기가 좋아하는 구절은 댓글로 공유해줘 ㅎㅎ

마음의 평화를 바라는 사람들에게  
[기적수업]과 [우주가 사라지다] 라는 책을 추천해왔는데, 후자는 해설서  
같은거야  
[기적수업]은 가격이나 두께도 좀 있고 호불호가 갈리는 편이니  
[우주가 사라지다]를 구해서 읽어보고 맘에드는지 어떤지 보고나서 맘에 들면  
기적수업을 읽어보면 좋을 거 같네.

기적수업은 기독교적인 용어가 많지만 실제 이론은 불교에 더 가까운듯해  
하나님이라는 단어는 참나, 부처님 같은 단어로 생각해도 동일해.

나도 종교 없어

그래서 혹시 하나님이라는 단어가 나온다고 거부감이 있다면

종교 관련해서 부정적인 인식을 했던 사건을 떠올려서 청산하면 좋을 거 같네

마음으로 받아들여보면 너무나 좋은 구절들이 많아서

어떤 선입견 때문에 거부하는 거는 조금 안타까워서 이야기해봤음..

\* 61

네가 바로 천국이다.

네가 아니라면 무엇을 창조주가 창조했으며,

네가 아니라면 무엇이 아버지의 왕국인가?

\* 65

죄책감을 느낄 때, 에고는 참으로 하나님의 법을 어겼지만

너는 어기지 않았음을 기억하라.

70

네가 형제를 고마워하는 것이 내가 원하는 유일한 선물이다.

82

너는 사람들 안에서 지각하는 것을 네 안에서 강화한다.

\* 100

완벽한 자는 분명 아무 것도 필요치 않으며,

완벽은 너의 본질이므로 네가 완벽해지는 것이 어려울 리 없다.

134

주는 것은 간직하는 방법이다.

147

누구를 만나더라도 그것이 거룩한 만남임을 기억하라.

\* 150

하나님께서 나를 너에게 보내셨듯이 나는 너를 사람들에게 보내다.

184

너에 대한 진실은 매우 고결하여,  
하나님께 합당하지 않은 것은 네게도 합당하지 않다.

187

너의 왜소함을 받아들이는 것은 진정 오만이니,  
이는 하나님보다 네가 너 자신을 더 진실되게 평가한다는 믿음을 의미하기  
때문이다.

\* 199

하나님은 아들을 사랑하기를 그치지 않으실 것이며,  
아들 또한 아버지를 사랑하기를 그치지 않을 것이다.  
이것이 아들을 창조한 조건으로,  
하나님의 마음에 영원히 새겨져 있다.

\* 200

하나님께서 당신의 자녀들이 전혀 고통을 겪지 않는다고 아신다면  
어디서든 고통을 지각하는 것은 신성모독이다.  
하나님께서 당신의 자녀들이 완전하게 기뻐한다고 아신다면  
우울을 느끼는 것은 신성모독이다.

\* 211

다만 그리스도의 사랑으로 너 자신을 사랑하라.  
아버지도 너를 그렇게 사랑하신다.

213

두려움을 바라보는 것을 두려워 말라.  
두려움은 보일 수 없다.

219

깨어나라는 부름이 네 안에 있기에  
너는 너 자신의 부름에 깨어나리라.

\* 224

아버지가 사랑하시는 그를 사랑하라.

244

바깥을 보면서 못마땅해 할 때마다  
너는 자신을 하찮다고 판단하여 자신에게 죽음을 선고한 것임을 기억하라.

248

내가 보는 세상은 죄책감으로 미쳐버린 이들의 망상체계다.

255

그럼에도 불구하고 언제나 예고의 초석보다 훨씬 더 깊고 강한 것은  
하나님에 대한 너의 불타는 사랑과 너에 대한 하나님의 사랑이다.  
내가 진정으로 숨기고 싶은 것은 바로 그것이다.

280

너는 이미 탈출한 고통스러운 전쟁에서 벗어나려 애쓰고 있을 뿐이다.

\* 295

너에 대해 하나님이 바르게 아시고 너는 틀렸다고 결정하라.

297

너는 너의 마음 전체를 하나님의 사랑을 전하는 빛나는 메시지로 바꿔  
하나님을 부인한 외로운 이들과 나누지 않으려는가?

303

보호가 필요 없는 것은 스스로를 방어하지 않는다.  
하나님은 방어를 모르신다.

323

네가 미처 깨닫지 못하는 점은  
선택할 때마다 그 선택이 너 자신에 대한 너의 평가라는 것이다.

\*\* 324

그러므로 아버지를 영접하는 영원한 주인인 그리스도의 이름으로  
그 누구도 왜소한 자로 대하지 말라.

331

네 안에 사랑이 있으므로,  
너는 그 사랑을 확장하려는 욕구 외에 다른 욕구는 없다.

\* 338

너의 완벽함을 알아차리기를 거부하지 말고  
너 자신을 완성하려 애쓰지 말라.

348

고통은 네가 이해하기를 거부해야만 하는 것이다.

\* 352

너는 하나님의 완벽한 사랑을 받는 이들을 보다 관대하게 볼 수 있지  
않겠는가?

\*\* 373

용서한다는 것은 다만 과거에 주고받은 사랑의 생각만을 기억하는 것이다.

383

성령은 네가 성령을 위해 행한 모든 일에 감사하며  
실수는 전혀 보지 않는다.

너는 형제에게 이처럼 감사해본 적이 있는가?

그가 쏟은 노력에 끊임없이 감사하고, 실수는 넘겨보았는가?

409

아무것도 할 필요가 없는 사람은 시간이 필요없다.

425

예전에 본 것을 잊고, 믿음 속에 눈을 들어  
지금 볼 수 있는 것을 보라.

428

작은 그림자 벽을 보지 말라.

태양이 그 위로 솟았다.

\*\* 432

너는 한 줌 흙이 아니라 아버지가 너의 집이기를 원한다.

440

평화를 없애려는 열망과 성령을 몰아내려는 욕구는  
네가 성령을 사랑한다는 사실을 고요히 인식하게 되면  
사라지고 만다.

441

그 너머에서 부르는 사랑의 음성을 들었을 때,  
너는 대답했고 장애물은 사라졌다.

\* 443

네 곁에 서 있는 친구, 그리스도를 보라.  
너는 그에게 너의 용서를 건네지 않으려는가?

451

네가 보는 세상은 네가 너 자신에게 내린 심판에 지나지 않는다.

467

네가 보는 세상은 네가 자신 안에서 얼마나 많은 기쁨을 보았고,  
그것을 네 것으로 받아들였는지를 보여줄 뿐이다.

\* 468

너는 고통을 통해 배울 필요가 전혀 없다.

512

너 자신과의 전쟁은 곧 하나님과의 전쟁임을 알아차리지 못하는가?  
승리를 상상할 수 있겠는가?

513

갈등은 언제나 네가 하나님이 창조하신 것을 사랑 없이 대하는 경우에 일어난다.

\* 528

특별함이 깎아내리는 자를 네 특별함을 재는 하찮은 도구로 삼지 않았다면,  
그는 언제나 너의 구원자일 것이다.

\* 534

너의 구원자가 용서를 청하며 내민 손에서 못 자국을 보라.

\*\* 534

그들 대신 너의 특별함을 사랑하지 말라.

666

모든 우상 너머에 오직 자신이 되겠다는 그의 거룩한 의지가 있다.

\* 551

네가 하나님의 걸작을 알아본다면  
천국의 주께서 어찌 기쁘시지 않겠는가?

551

너는 거기 있다고 믿는 것을 보며  
그것이 거기 있기를 원하기에  
그것이 거기에 있다고 믿는다.

557

너는 형제를 용서할 때 너를 사랑하시는 하나님을 이해하리라.

559



그가 자신을 해치기 위해 특별함을 선택하자마자  
하나님은 그것을 그의 구원의 수단이 되게 하셨다.  
그의 특별한 죄는 그의 특별한 은총이 되었다.  
그의 특별한 증오는 그의 특별한 사랑이 되었다.

567

세상 경험이란 너의 내면에서 일어나는 일의 그림자일 뿐이다.

\* 567

좀 더 혹은 좀 덜 가지려는 자는 자신이 모든 것을 가졌음을 모른다.

574

형태가 무엇으로 보이든 문제는 네가 얻으려면 누군가는 잃고 희생해야  
한다는 요구이다.

576

하나님이 완벽한 사랑속에서 너를 창조하시며 주신 것보다 덜한 것을 네가  
주고받는 것은 아버지의 뜻이 아니다.

583

시간은 이미 끝난 것이 지금 여기에 여전히 있다는  
정신나간 신념에 지나지 않는다.

587

이 세상은 공격을 여전히 소중히 여기면서 너의 결백을 증명하려는 시도다.

597

"나를 보라 형제여, 나는 그대 손에 죽노라" 라고 말할 수만 있다면 죽음도  
대수롭지 않아 보인다.

\* 604

내가 보는 형제의 그림은 존재하지 않으며, 존재했던 적도 없다.

\*\* 609

문제의 본질은 문제가 없다는 것이다.

그러므로 문제를 지각하는 한 문제를 있는 그대로 지각할 수 없다.

\* 636

아버지는 아들을 창조하시며

"나는 너를 영원히 사랑하며, 너 또한 나를 영원히 사랑하노라.

너도 나처럼 완벽하라. 너는 결코 나를 떠날 수 없기 때문이다" 라고  
말씀하셨다.

아들은 "그러겠습니다" 라고 대답했고, 그는 그 약속으로 태어났지만  
그렇게 대답했음을 기억하지 못한다.

643

몸은 아무것도 아니기에 병들 수 없음이 보장된다.

644

준다는 것은 가졌다는 증거이므로,

주지 않으면 자신이 갖고 있음을 알지 못할 것이다.

646

어떤 꿈은 간직하면서 나머지 꿈에서만 깨어날 수 있겠는가?

\* 656

이것은 판단의 꿈이다.

그러므로 판단하지 말아야 깨어난다.

## 42.생각의 노예

요새 에너지가 통으로 두려움이 올라와있어서 평소보다 생각이 날땔거야

생각은 두려움이 올리는거임

이럴까 저럴까? 이게 맞나 저게 맞나? 아 이래야 되나 저래야 하나 어찌나?

안맞으면 안되지 큰일나지 맞아야지

이거 아니면 어떡하지? 뭐를 믿어야 하지?

내가 하고 있는 게 맞나?

뭘 해야 하지? 어떻게 살아야 하지?

다른 사람들은 뭘 하지? 나도 저걸 해야 되나 보네?

누구한테 물어보지? 이건가 저건가?

갈팡질팡 왔다갔다

이 생각 할 땐 이게 맞는 거 같고 저 생각 할땐 저게 맞는 거 같고

이 세상은 파동으로 구성된 세상이랬지?

그리고 수행자가 가장 하면 안 되는 짓은 갈팡질팡 갈등하는 거랬어.

근데 말이 쉽지 그게 맘대로 잘 안되잖아?

- 라고 생각 하잖아?

아니 근데 양심에 손을 얹고 생각해보라고

언제 본인이 생각이 막 떠오를 때 벌떡 일어나서

닥쳐!! 시끄러우니까 꺼져!!

이건 내 마음이니까 내맘대로 한다!! 너네 다 좇아!!

이새끼들 니들이 주인인 줄 알아? 내가 주인이야!  
라고 화내 본 적이 있음???

.....

혹시 안 되는 게 아니라 안 해본 거 아님?

.....

너무 과격해? 좀 미친놈 같아?  
그럼 백번 양보해서  
생각이 막 떠오를 때마다 벌떡 일어나서 막 운동 하거나 다른 거에 마음  
돌리려고 한 적이  
살면서 몇 번이나 있음?

..... (생각을 위한 점6개)

있긴 있음?  
아 있겠지 당연히  
잘했어 그럼 그거 계속 지속해 보려고 한건 며칠이나 됨?

..... (생각을 위한 점 7개)

이제 좀 알겠음?  
생각이 떠오르는 게 문제가 아니라  
그걸 통제 하려고 노력 안한 본인의 책임이라는 거?

잘못이란 얘기가 아니고 원래 그게 그런거임  
여기 지구는 동물의 왕국이라니까?

사람하고의 관계뿐 아니라 자기자신의 생각하고도 그런거야  
생각이 생명을 만들고 우주를 만들고 사람의 형상을 만들어서 우리가  
존재하는 것이기에  
생각을 잡는 것이 가장 기본 중에 기본인거라고.  
거꾸로 말해서  
인생에서 다른거 다 잡아도 자기 생각 못 잡으면 제대로 한게 없는거라고.

그리고 생각 잡는 게 제일 힘든 거라고  
왜냐면 생각이 제일 힘이 셌  
생각이 제일 약한 건줄 반대로 알잖아?  
다 거꾸로 세상이라고 여기 전부 거꾸로 알고 있는거야  
생각이 제일 셌 킹왕짱임 제일 잡기 힘들  
(움켜잡는다는 잡는게 아니라 정신차린다는 뜻으로 잡는거)

생각은 실체야, 물리적인 에너지라고, 그냥 허공에 떠있다 사라지는 그런게  
아냐,  
애초부터 모든 생각이 우주에 다 존재하고 있는건데  
너가 인식하고 갖다가 쓰고 이런거야  
너가 생각하는게 머릿속에서 나와서 밖으로 연기처럼 사라진다는 이런 게 아냐  
몸은 수신기일 뿐이고 생각은 원래 있는거를 너가 수신하는거 뿐이야

그럼 생각 자체가 문제인 게 아니지?  
수신기가 문제지. 몸이 수신기인 거임. 몸뚱이가 아니라 에너지체, 감정체  
이런거  
수신기 기종과 능력에 따라 서로 다른 생각을 수신하게 되는거임  
그래서 수신기를 늘상 갈고 닦고 업그레이드 해야되는거임 그래야 저질  
생각이 안드는거임  
생각하는 방식 잡았다 싶어도 조금만 방심하면 스멀스멀 무너지기 시작함  
생각 못잡으면 행동 잘못되고 행동 잘못되니까 더 잘못 생각하고 이런 식임

그거 되돌이키려면 행동 잡아서 생각 돌이켜야 되니까 거꾸로 해야 되니까 졸  
힘듬

이렇게 말로 떠드는 건 쉽지만, 행동까지 일치되게 하려면 맨날맨날 노력해야  
됨

공짜로 되는게 어디있냐 전부 노력해서 이루는거임

말과 생각과 행동이 일치하면 더이상 배울게 없는 것 아닐까 싶다

여기 세상이 지구가 가이아가 뭐 아름답고 선하고 아 그런 꿈은 좀 깨

물론 지구는 찬란하게 아름답지 않지만 여긴 동물의 왕국이라고.

지구만 동물의 왕국이겠냐? 아스트랄계에서 오는 생각이 다 좋은 데서 오는게  
아니라고

다른 동물의 왕국에서 오는 생각도 많다고

동물의 세계는 약육강식의 세계인데 이게 무슨 동환줄 물어

동물의 왕국에서 토끼짓 하면 잡혀먹히는 거 당연하지? 동물의

왕국이라니까?

토끼노릇 할려면 최소한 좀 열심히 뛰고 숨기라도 해야지 어버버 하고 있음

나 잡아줍쇼 너의 양식이 될게 이려고 있는거지

어차피 동물 노릇 할거면 호랑이 사자 노릇 하는게 낫지 않겠냐?

이왕이면 벗어나면 제일 좋지

근데 어차피 이 안에 있을거면 토끼노릇 하면 됨 안됨?

잡아먹히면 좋음 안좋음?

생각이 많이 드는 사람일수록 토끼짓 한거니까 자기자신을 못믿고 남에게  
의지하지

자신이 없으니까 다른 이의 의견에 의존하고 생각이 많이 들게 계속 내버려  
둔거

글고 가만 생각해봐 이상하지 않아?

생각을 많이 할수록, 많이 하니까 더 잘하게 되어야 하지 않아?  
자전거 많이 타면 더 잘타게 되잖아?  
생각은 그럼 왜 많이 할수록 더 자신감이 없어져?  
생각이 많을수록 번뇌 망상에 빠져서 방구석 폐인되잖아?

그럼 여기서 생각이라는 건 사색같은 게 아닌 그냥 번뇌망상이라는거지  
이런 생각, 번뇌망상 계속 하는게 얼마나 쓸모가 없는 바보짓인지 알겠음?  
대부분은 사색을 하지 못하고 번뇌망상을 하지  
사색을 할 능력이 안돼. 왜? 번뇌망상이 너무 많거든  
그래서 지혜가 없어 사색을 못하니. 지혜가 없으니 삶을 어떻게 살지 몰라  
그래서 계속 생각해. 근데 계속 생각해도 답없어  
생각해도 답없으니 그냥 남들 사는대로 살아

생각하는동안 인생 즐기지도 못하고  
차라리 남들처럼 물질에 빠져 생각없이 쾌락을 쫓으면 즐겁기라도 하지  
진짜를 찾고 싶어 생각하는 너는 지금 무얼 하고 있는거임?

뭘 해결을 하려고 생각을 해봤자 머릿속에서 와르르 몇명씩 나와서 떠들어  
어느 놈 말을 들어야 할지, 이건가 저건가 하다가 시간만 가지  
야 너네 시끄러우니까 헛소리말고 썩 다 꺼져!  
하고 내가 좋은대로 해야 하는데 그렇게 못하지  
내 생각대로 했다가 잘못되면 어떡해? 하지  
왜 그렇게들 강단이 없음?  
노예로 사는 것보단 잘못하며 사는 게 낫지 않음?

그 생각들이 대단한 건줄 알고 맨날 들어줬으니 그놈들이 지들이 주인인줄  
알고  
노예 되서 살다보니, 내 맘대로 생각해서 뭘 했다가 잘못되면 큰일 나잖아?  
아 그건 안되지. 그냥 남의 말 들어야지. 큰일이 나도 내가 일으키면 안됨

남이 하라는 대로 했다가 큰일나면 남 탓이라도 할 수 있는데 말야

자기 머릿 속 번뇌망상을 거부하지 않고 듣고 갈팡질팡 하고있는게 바로 노예짓인거임.

인생에서 남의 말을 듣고 하라는대로 하는 거랑 똑같음.

생각이란 게 살면서 주위들은 남의 말들의 집합과 뭐가 다름?

뭐가 대단히 독창적이고 특별하고 고귀함?

아니 그러면 뭐하러 갈등을 하겠어? 다 쓰잘데기 없으니 갈등하는거지?

잡생각에 따르는거하고 남이 하라는대로 하는거는 둘이 똑같은 행위임.

이거 명확히 알아야 함 곰곰이 생각을 직접 해보기 바람

확실히 알라고 여러번 말함

다들 자기 머릿속 생각대로 사니까 자기가 주체적인줄 아는데 착각임

생각이라는 게 의도와 다르게 떠오르는 삶은 그 자체가 노예의 삶이라는 거임

듣기 싫은 생각은 자기가 끊고 싶을 때 끊을 수 있어야 하고,

제일 좋은 건 생각이 아예 안 떠올라야 됨.

그럼 안 떠오르게, 최소한 덜 떠오르게 하려면 어떻게 해?

그 생각은 억눌린 감정덩어리가 일으키는 거임

원래 파동은 감정을 일으키지만 감정을 그때그때 해소하지 못하고 쌓이면

거대한 덩어리가 되고 통째로 거부할 수 있게 되는거야

너무 막대해서 신경계에(흔히 말하는 기혈) 인지되지도 않거든

그럼 그 감정이 저 뒤에서 배후에 있으면서 생각만 올라오는거야.

머릿속에서 한명도 아니고 여러 명이 떠들지, 사람이 많아지면 의견이 다양해지지

머릿속에 떠드는놈들이 많아지면 개중에 미친놈도 있지,

이제 이런 사람이 정신병원에 가면



정신분열병, 조현병 등등 진단을 받는거지

감정덩어리를 많이 없애면 생각이 덜 올라와  
생각이 덜 올라와 방해자가 없으니 지금 이순간을 더 깊이 느끼고 더 집중할  
수 있지

생각을 올리는 놈들을 없애는 게 먼저지,  
지금 이순간을 깊이 느끼려고 애쓰는거 해봤자 잘 안됨  
진짜 아주 잠간은 성공하겠지 근데 방해자들이 저뒤에 열명은 있어  
아주 잠간만 지나면 그놈들 우르르 몰려나와서 떠들어  
야 잠간 조용했네 어땠냐? 지금 이순간 느껴봤어? 와글와글 시끌시끌

생각 덜 올리려고 위빠싸나 같은거 하다가 더 감정 억누르고 정신 이상해지지  
생각은 뭘 위빠사나나 참선같은거 해서 없애는 게 아냐  
그건 그냥 생각없는 아스트랄계를 창조해서 거기에 빠져있는거야  
깨달음 상태 생각없는 상태를 자기가 만들어서 그안에 앉아있음  
생각을 올리는 마음덩어리를 없애버리지 않으면 시간낭비임

생각을 내가 일부러 하는게 아닌데, 가만히 있는데 지멋대로 올라와서  
가만 냅두면 지들끼리 싸움, 생각하는 주체가 한명이 아님, 수명에서  
수십명이 있음

이거 이상하다고 생각 해본 적 있음?

내 팔 내꺼니까 내가 들어올리고 내 다리 내꺼니까 걷는거잖아

이상한 거 아님? 왜 지멋대로 생각이 됨?

내 팔다리가 지멋대로 움직이는 거랑 같은 거잖아?

이게 정상임?

나는 생각 안하고 싶은데 왜 자꾸 올라옴?

그리고 왜 한생각 한의견이 아니라 여러 의견이 맘속에 있음?

내 마음이 하나면 한생각이 올라와야지? 이상하잖아??

이런 생각 집요하게 해본 적 있음 없음?  
없으면 해보라고 여러번 말해봄  
남의 글 보고 그런가보다 하지 말고,  
자기가 스스로 생각해서 인식으로 받아들여  
아~ 그렇구나! 해야 자기 것이 되는 거라고 그래야 행동에 변화가 생기지  
어디 밖에서 산책이라도 하면서 깊이 생각해 보시기 바람

생각은 두려움이 주로 올리는거고 파동은 그 속성 자체가 두려움이야  
그래서 감정파동 청산해야만 생각이 적은 상태가 되고  
생각이 적거나 없는 상태가 되어야 생각을 자기 맘대로 쓸 수가 있게 됨  
생각이라는 건 사람의 행동을 좌지우지하는 대단한 거기 때문에  
두려움이 적어서 생각을 올바르게 쓸 수 있는 사람이 능력있어 지는거는  
당연한거임

그렇다고 능력있는 놈은 다 생각이 올바르다 이런건 아니지  
수행하면 다 잘 산다 이런 거도 아니지 다만 세상에서 더 쓸모있는 존재가  
된다는 거야  
쓸모 라는 그릇 있잖아? 그걸 키우게 되는거지  
그 그릇 키워서 어떻게 잘 살지는 자기가 어떻게 행동하느냐에 따라 다른거지

이런 생각은 자기들끼리 뭉쳐서 자체적인 인격을 형성해서  
사람은 그거의 노예가 되어 살아가고 있지  
이 생각덩어리의 인격이 여러개인 사람도 있지, 그럼 번덕과 감정기복이  
심해서  
자기도 자기가 어떤 사람인지 모르고, 인간관계도 힘들게 되지  
딸기맛 좋아하는 놈하고 초코맛 좋아하는 놈 바닐라 좋아하는 놈들이 셋다  
힘이 비슷해  
그게 사는 게 사는거냐 그냥 그 생각의 숙주, 노예가 되어 개네들 모시고  
사는거야

여기서 더 억압되고 심하게 되잖아? 그럼 다중인격장애가 되는거지  
아님 그 생각이 다른 외부 생각과 연합해서 몸을 차지해? 그럼 빙의나 무당이  
되는거지

오늘은 여기까지  
그럼 또 다음에 만나요... 피이쓰

### 43. 자살충동, 죽고싶은 마음

지난 글 댓글에 보니까 죽을까? 하는 생각이 올라온다고 그러더라고? 아무  
이유 없이, 감정적인 고통도 없고 잘 살고 있는데 그런 생각이 올라오는거

요새 솔라스톰으로 인한 무의식이 드러나는 때문인지 전파공격 때문인지는  
아마 둘다 영향이 있을 거 같은데, 이런 생각이나 죽음에 관련된 뭐 죽이고  
싶을만큼 밍다든가, 다 포기하고 죽고싶다든가 하는 생각 많이 올라올거야.

1. 렉틸리언하고 은하연합하고 전쟁중인거 알텐데 여러가지 소스에서  
들어오는 정보가 비슷해 애들이 전파를 이용해 살의와 자살충동 이런  
주파수를 인간한테 쏘고있다 심지어 그런것만 목적으로 고안된 기술과  
클론도 있다고 한다 이거 쏘지가 되게 오래된걸로 알고있다 근데 최근에 더  
심하게 쏘고있대 이걸 내가 얼마전에 쌤 영상에서 알려줬잖아, 전파공격  
심해진거 맞다 10월들어 2배 3배로 세진거같아. 전자기기 되도록 덜쓰고

특히 스마트폰이 제일 심하다 되도록 컴퓨터로 쓰는편이 좋다 와이파이 안쓸땐 꺼놔 와이파이와 폰 기지국 신호가 최악이다.

2. 가짜 우주를 만든 무의식 밑바닥에 들어가면 그 밑바닥은 죽음을 갈구하는 마음이다. 에고 자체가 통으로 그런 마음이라, 렘틸리언이 전파를 쏜다는 건 이 마음이 표면적으로 드러난 것이라고 봄

3. 가슴이 뻥 뚫린듯, 무언가를 잃어버린듯, 그것을 찾아야 한다는 강한 욕구를 가진 자는 진리를 갈구하는 마음이 강하여 깨어나고 싶은 마음이 점점 강해지고 이때 신계에서는 그 인간을 자극하여 빨리 깨어나라 하고 자극을 주게 되는데 이것을 에고는 신을 모르고 몸뚱이만 아는 존재이기에 내가 죽어야 한다 즉 몸이 죽어야 한다 라고 인식함 그래서 죽을까? 죽어야해, 죽자 라는 마음을 계속 올림 영이 깨어나기 전에 자살욕구를 몇년이고 겪는 경우가 많음 나도 그랬었음

## 결론

그러면 자살충동이 올라올 때마다 어떻게 대처할까?

1. 빠져있지 말고 웃기는 영상을 보고 웃고, 맛있는 걸 먹거나 운동을 해서 주의를 탄데로 돌린다.

2. 거부하면 소용이 없고 없애지 못함은 물론 거부할수록 증폭된다. 가짜라고 인식하려고 애써도 죽고싶은 마음은 에고의 근본이기 때문에 그 정도로는 깰 수 없다. 껴안아주고 위로해주고 사랑해줘야 사라짐 사라지고 나서야

가짜임을 명확히 볼 수가 있지, 시달리고 있는 도중엔 가짜임이 보이지 않는다  
애초에 진짜같다고 착각해서 시달리고 있는 거거든

이거를 뭐 전파로 쏘니까 나쁜놈들 내가 당한다 이러지 말고 전부 다 내  
마음속에 있는거야 마음속에 죽고 싶은 마음이 없으면 전파 백날 쏘아봤자  
아무렇지도 않아 결국 내 마음속에 다 있는거거든 죽고 싶은 마음이 있구나,  
그정도로 힘들었구나, 이제야 이걸 알았구나, 미안하구나, 하고 맘속으로  
아픈 존재를 찾아 손을 잡고 확 끌어안아 안아줘,

그냥 그 존재가 있다고 상상하고 손잡고 안아준다고 믿으면 돼 품에 꼭 안아  
그리고 이제야 알게 되어서 미안하다 아픈거 외면하지 않을게 아픈거 나한테  
줄래? 내가 대신 아파줄게 이제 넌 아프지 않아도 돼 이렇게 위로해줘 마음이  
움직이면서 눈물이 나거나 뭉클하게 감동이 오면 해결이 된거임

전파 쏘서 죽고싶은 마음을 증폭시키는게 맞다면 수행하는데는 최고로  
좋은거임 그 죽고싶은 마음은 수행해서 몇년 지나서 깊이 볼 수 있어야만  
해결할 수 있는거거든 요새는 솔라스툼 때문인지 뭔지 몰라도 의식으로  
떠올려주니까 올라오는 족족 해결하면 에고의 핵심이 죽음에의 집착이기  
때문에 굉장히 빨리 수행할 수 있는거지

원래 이 죽음을 갈구하는 마음은 자기자신을 숨기기 때문에 쉽게 인지가 잘  
안된단말야? 개꿀기회임

방법은 기존 글 봐온 사람은 뭔지 알겠지?

잘 안되면 개를 꺼안고 하나님이든 부처님이든 상위자아든 참나든 성령이든  
마음속으로 불러 요새 고차원의 커뮤니케이션 되게 쉽게 돼 이거 언제까지나  
잘되는거 아니니까 될때 써먹어 우주연합 주장으로는 중요한 시기라서  
지구인들의 요청이 있으면 언제든지 도와줄 수 있도록 텔레파시나  
커뮤니케이션으로 고급령들이 대기중이라고 하더라고 내가 요새 수행 해보면  
진짜인 거 같아 무의식의 에너지장이 엄청 혼잡하게 파동치고 있는데도  
소통을 시도하면 매우 잘 돼

애를 꺼안고 내가 잘 안되니 애를 좀 치유해주십시오 죽고싶은 마음은  
가짜이고 생명만이 모든 있는 것임을 보게 해주세요 애가 너무 아파 합니다  
저를 좀 도와주세요 이려고 사랑하는 마음을 내려고 애써야 해결이 됨

3자로 나눠서 용서하는 거에 관한 수행글 기억나지? 나-죽고싶은애-참나  
이렇게 3자로 나눠서 하라고 이거 마음속으로 하는거니까 눈에 안보이니까  
그냥 별거 아닌줄 알겠지만 가짜인 마음을 없앨 때는 진짜마음을 사용하게  
되는 것이기 때문에 이때 모든 우주를 만든 신의 마음이 활용되는거야 신의  
마음만이 가짜를 없앨 수 있거든

신의 마음은 모든 우주와 모든 존재를 알고 있고 서로 공유하는 세상이거든  
그래서 너의 노력이 버려지는 것이 하나도 없을 뿐 아니라 우주 전체가 통째로  
움직여 그걸 아직 느끼지는 못하겠지만 온세상을 위해 좋은 일을 하고  
있는거야 그러니 요새 감정이 올라와서 씩씩거리고 힘들겠지만 행복한  
마음을 내서 해보면 좋겠다

## 44. 아무 문제 없다

아무 문제 없다.

라고 말해봐.

그럼 마음속에서 아닌데? 나는 이런저런 문제 있는데?

내 친구도 가족도 문제고 이렇게 맘에 안들고 저런게 맘에 안드는데? 할거야.

심호흡 한번 한 다음에

그 마음에다 대고 또 말해봐.

아무 문제 없다.

그럼 또 마음이 뭐라고 뭐라고 하겠지 왜 문제인지 조목조목 따지고 들면서.  
듣지 마.

개 말 들으면서 여지껏 살았는데 문제가 그렇게 많다잖아?

그럼 지금껏 개 말 들은 게 아무 소용 없다는거네.

앞으론 안 들어도 되겠네.

가슴이 답답해진 걸 느낄 수 있을 거야.

뭔가 마음으로 움켜쥐고 있다는 걸 느껴봐.

그걸 놓아봐.

잘 안 놓아지면 살살 달래서 움켜쥔 손가락 하나 하나 펴주고 놓아지는 걸  
상상해봐.

그러고 또 말해.

아무 문제 없다.

난 혼자가 아니다. 하나님이 날 지켜주신다.

문제가 없거나 가볍게 느껴질 때까지 반복.

(하나님이란 단어가 싫으면 참나, 부처님, 천사, 상위자아, 뭐든 상관없어)

아무 고칠 것 없다.

라고 말해 봐.

그럼 또 마음이 그럴거야 아닌데? 이런 것 저런 것 고쳐야 하는데?

어떻게 고쳐야 할지도 모르겠고 왜 나만 이런걸로 고민하는지도 모르겠어.

무시하고 그 마음에게 또 말해.

아무 고칠 것 없다.

뭐라고 뭐라고 또 할거야.

문제 투성이인데? 난 이것도 고쳐야 하고 저것도 고쳐야 하고...

고치면 나아질지도 모르잖아. 고쳐야 해..

또 무시해.

지금까지 개가 하라는 대로 했지만 아무 소용 없었다는 걸 다시 기억해봐.

그러고 숨을 깊이 쉬어.

어깨에 힘 좀 빼고 또 말해봐.

모든 게 완벽하니 아무 고칠 것 없다.

난 혼자가 아니다. 하나님이 날 지켜주신다.

문제가 없거나 가볍게 느껴질 때까지 반복.

가볍게 느껴지지 않고 계속 반복되는 거 같아?

그럼 그 마음을 어린 아이라고 생각해 봐.

나쁜 애라서 그러는게 아냐. 무서워서 그러고 있는 거거든?



마음속으로 손을 잡아끌어서 가슴에 꼭 안아줘.  
너 여태껏 혼자 무서웠구나.  
이제 괜찮아. 내가 지켜줄게.  
네가 괜찮아질 때까지 언제든 계속 돌아와서 너를 안아줄게. 라고 위로해줘.

이번엔 가족들 보고 속으로 말해 봐.

우리 엄마는, 아빠는, 언니는, 누나는, 동생은 아무 문제 없다.

그럼 또 마음이 그럴거야  
아닌데? 엄마는 몸이 아프고 아빠는 날 싫어하는데?  
동생은 이런저런게 문제고 어찌고 저찌고

심호흡 한번 하고 어깨에 힘 빼고  
쥐고 있는 것 마음으로 놓는 장면을 떠올려  
잘 안 놓아지면 손가락 하나 하나 펴서 놓아지는 걸 떠올려봐

그 마음에게 또 말해봐.

우리 엄마는, 아빠는, 누구누구는 지금 이대로 완벽하다.

그러면 마음 속에서 난리 날거야.  
그 마음을 잘 살펴 봐.  
지금 이대로이면 안되고 교정해주어야 하고  
있는 그대로 인정할 수 없는 마음을 잘 봐

넌 가족이 행복한 걸 보고 싶어 아니면 문제가 있는 걸 보고 싶어?

정말 가족이 행복한 걸 보고 싶은 게 맞아?  
근데 왜 계속 문제를 상상하고 문제에 집중하고 문제부터 봐?  
문제만 보기 때문에 그들의 사랑스러움을 못 본 건 아닐까?

그 마음에게 말해봐.  
나는 고치려는 마음을 포기한다.  
내 방식대로 그들이 행복하지 않고  
지금 있는 그대로 그들이 행복할 수 있도록 허락한다.  
우리 엄마는, 아빠는, 누구누구는 지금 이대로 완벽하다.

누가 되게 추하거나 한심해 보이면 마음속으로 말해.

이 사람은 아무 문제 없다.

그러면서 그 사람을 계속 봐.  
한심하고 비난하는 마음이 올라오는 걸 느껴봐.  
다시 심호흡 하고 말해봐.

내 방식과는 다르지만 이 사람은 나름의 방식으로 존재하고 있다.  
존재하는 모든 건 존재할 자격이 있다.  
왜냐면 이미 존재하고 있으니까.  
존재할 자격이 없다면 존재하고 있지 않을 것이다.  
이 사람은 아무 문제 없다.

가슴속이 답답할거야. 안 답답해질 때까지 계속 반복  
숨 쉬고 어깨 힘 빼고 놓는 걸 상상해

이 사람은 그냥 그림일 뿐이다.  
내 답답한 마음은 나의 착각인 믿음이다.

난 착각 그만 하고 싶다. 놓고 싶다. 착각 계속 하는 거 참 힘들었다.  
이 사람은 아무 문제 없이 완벽하다.

자 이제 좀 더 어려운 과제에 도전해보자  
정치 성향이 진보면 보수 정치인, 보수면 진보 정치인  
자기가 싫어하는 정치인 있으면 제일 좋아  
30분 정도 되는 영상 틀어놓고 답답하고 화나는 마음 올라오는 거 보고  
위에 방식대로 반복 해봐.  
내가 이것 저것 안해본 게 없는데 정치 동영상이 최고다 ㅋㅋㅋ 꼭 도전해보길  
바래.  
얼굴 벌개져서 소리지르는 청문회나 국정감사 같은게 제일 좋음. ㅋㅋㅋ

정치에 관심 없으면 인터넷 진상이나 민폐남녀 모아놓은 글이나 영상 같은거  
봐봐  
여자면 네이트판 시월드같은거도 좋고 ㅋㅋ 뒷목 잡을만한 거  
뒷목 잡을만한 거 링크 있으면 여기 댓글에 공유해줘 ㅋㅋㅋㅋ  
해보고 후기 남겨줘 ㅋㅋ

내 글 맘에 드는 사람들은 기적수업 합본 좀 비싸지만 사서 연습서 실행 좀  
해봐.  
이 글처럼 실행할 수 있는거 실습서가 365과로 1년치가 있어.  
돈 안 아까울거야.

댓글 보니까 요새 이게 문젠데 어떡하냐 하는 질문이 많아서 이 글 써봤어.  
그럼 다음에 만나요 안녕

## 45. 솜사탕 나라, 솜사탕 공장

안녕 친구들

지난글에 욕설이 엄청 달려서 글을 더 자주 써야겠다고 생각했다

난 원래 누가 못하게 하면 더하는 성격이지 ㅋㅋㅋ

이제 욕설을 넘어서 정신병 수준의 뽀 소린지도 모르겠는 댓글들이 달리는 거 보니

에너지로 열어주는 게 많이 왔나보다. 힘들어도 조금 더 버텨보자.

수행하는 너는 자기도 모르게 세상의 아픈 사람들을 치유해주고 있는거니까  
조금 더 힘내보자.

남을 치유하는 딱 그만큼 자기가 치유되거든. 우주의 법칙은 공짜가 없다네  
자기만 치유하려는 이기심으로는 수행이 안되는 이유가 그거야.

대략 이 가짜세상을 어떻게 비유로 설명할까 생각해봤는데

몇가지로 생각해 본걸 써볼게.

뭐 그냥 재미로 봐.

나무 손잡이 달린 솜사탕이 있어.

나무 손잡이는 온통 솜사탕으로 둘러 싸여 있어서 솜사탕이 존재하는  
전부라고 생각해.

나무 손잡이에게 보이는 외부세상은 솜사탕 조직 뿐이라서 다른 걸  
상상하기가 힘들어.

자 이제 시야를 좀 더 넓혀 봐.

앵글을 넓히니까 솜사탕 공장 같은 게 보여.

솜사탕이 무진장 많아. 여긴 사실 솜사탕 나라야.

공장 레일 생각해봐 공장에 컨베이어 벨트 있고 좌라락 솜사탕 손잡이가 한 줄에 매달려 있지

그 줄이 한꺼번에 움직여서 다른 길로 움직이고, 옆을 보니 다른 라인에 또 솜사탕 무더기로 매달려 있네

이 라인은 높이도 다르고 움직이는 방향도 달라.

솜사탕은 색깔도 서로 다르고 모양도 약간씩 달라. 종류가 여러개로 보이지만 어쨌든 다 솜사탕이야.

같은 레일에 한 줄로 달린 솜사탕은 같은 곳을 향하고 있어서 같은 생각을 해.

솜사탕을 오밀조밀 붙여 놓으니 옆에 있는 애랑 좀 닿아서 일부분이 조금씩 붙어 있어.

눈치 챌겠지만 이 솜사탕 하나 하나가 개별 영혼이야.

솜사탕의 미세한 설탕 솜조직은 자기가 솜사탕이라는 믿음, 하나하나의 파동이야.

개별 영혼 에너지체 파동덩어리인거지.

나 이제 저쪽 라인으로 가야 해. 다음에 만나 안녕~! 나는 이 세상을 떠난다!

라고 인사하고 친구와 떨어진 솜사탕은

다른 컨베이어 라인으로 자동으로 빠지게 되지만, 거기도 솜사탕 공장인 것은 변함이 없어.

솜사탕은 솜사탕인 이상 솜사탕 공장에서 못 벗어나. 여긴 출하되는 일이 없는 공장이거든.

거기 가면 뭐 하나면 아까 있던 데보다는 환경이 더 좋아서 즐거워하면서 공장 밖으로 나갈 날을 또 기다려.

이 솜사탕 공장 안에는 관리자실도 있어.

여기가 솜사탕 나라라서 공장관리자도 솜사탕이야.

공장관리자는 레일에 붙어 있지 않아서 따로 움직일 수가 있고  
이 관리자실에는 자기가 솜사탕 아닌 줄 아는 솜사탕들이 놀고 있어.  
이 관리자실 이름은 아스트랄게, 영계 라고 불러.

레일에 매달린 솜사탕 중에는 이 관리자실 관리자들과 친한 솜사탕도 많아.  
관리자들은 솜사탕들을 꼬드겨서 자기들을 숭배하게 만드는 걸 좋아하거든.

이 솜사탕공장은 야외 공장이라서 천장이 없고 햇빛을 그대로 받고 있어.  
햇빛이 솜사탕 설탕조직을 뚫고 나무젓가락까지 닿기 때문에 나무젓가락은  
썩지 않는거야.  
그렇지만 나무젓가락들은 솜조직에 뻑뻑하게 붙어 있어서 이 햇빛을 거의  
느끼지 못해.

그러다 어느 나무젓가락이 솜조직이 답답해서 숨을 좀 쉬고 싶어서  
후아~ 하고 한숨을 크게 쉬어봤더니 젓가락에 붙은 솜조직이 눈곱만큼  
옆으로 빗겨났어.  
그 빗겨난 자리 눈곱만한 공간에 햇빛이 들어오네?  
아~ 처음 느껴보는 산뜻함이야. 라고 나무젓가락은 생각했어.

옆을 후욱 후욱 붙어보니 조금 공간이 더 생기네?  
햇빛이 더 들어오고 공기도 더 들어오는 거 같아서 기분이 좋아.  
옆에 있는 솜사탕에게 야 너도 후욱 후욱 붙어봐 기분좋아져 했는데  
옆에 있는 애들은 자기들끼리 웃고 떠든다고 정신 없네.

나무젓가락은 계속 후욱 후욱 붙어봤어.  
썩게 부니까 솜덩어리가 조금씩 떨어져서 바람에 날려가네?  
옆에 애가 그러네? 야 너 뭐하는거야? 너 그러면 나중에 출하 안된다 큰일나.

솜조식이 떨어지면 나중에 상품가치가 떨어져서 불이익이 생길까봐  
불안하기도 해.

하지만 나무젓가락이 곰곰이 생각을 해보니 이 솜사탕 공장이 이상한 점이  
한두가지가 아니야.

이 공장 자체가 사기이고 속은거 아닐까 하는 생각을 한 지가 오래 됐거든  
혹시 솜조식이 떨어져서 이 공장에서 퇴출되면 어쩌면 그 편이 나을지도  
모른다는 생각도 들어.

열심히 숨을 불고 몸을 움찔거리던 끝에

어느 날 나무젓가락에 붙은 솜조식이 나무젓가락하고 다 분리가 되었어.  
아직 솜사탕 덩어리에 닿아 있어서 앞이 안보이지만 이제 나무젓가락은  
전만큼 갑갑하진 않아.

조금씩 움직일수도 있고 움찔거리면 햇빛이나 바람이 사악 하고 들어와서  
살만해.

어? 그런데 누가 갑자기 위에서 나무젓가락을 쑥~ 하고 뽑아 버렸어.

갑자기 시야가 위로 들려지며 솜사탕 공장 전체를 바라보게 되었어.

다닥 다닥 붙어서 레일을 따라 움직이는 솜사탕들이 보여.

살아서 말하고 떠들던 내 친구들이었는데

어? 그냥 기계에 붙은 솜사탕들이네???

원래 내가 있던 자리에 미처 다 붙어 없애지 못한 솜사탕덩어리와 바닥에  
떨어진 나무젓가락이 보여.

어? 내가 나무젓가락이 아니었어?

누가 뽑아준 거야? 두리번 두리번 주위를 둘러 봤는데

누가 날 불러서 고개를 돌려 보니 태양이 있어.

그 태양이 날더러 내가 햇빛이라네

햇빛인 나는 태양을 너무나 사랑하고 그리워하고 있었다는 걸 기억해냈어.

그 솜사탕이 있던 자리에는 남은 솜사탕 조각이 바람에 흔들거리고 있어  
지탱해주던 나무젓가락이 뿔뿔히 부서졌으니 좀 놔두면 흩어져 사라져 버릴거야  
햇빛은 자기가 솜사탕이라고 생각했던 나날들이 웃겨서 피식 웃었어.

오늘은 여기까지 ㅎㅎ 그럼 다음에 또 만나요

## 46.덕 좀 보려는 마음

안녕 친구들?

오늘은 별다른 건 없고 이래저래 우리 순수한 친구들 생각 좀 깨 드림  
영성을 추구하는 사람들일수록 마음이 순수하고 순진해서 자기 마음에  
속으니

깨 드릴 필요도 있는 거 같아서 신랄한 예고를 써서 좀 깨 드리겠음  
좀 끈대갈을 수도 있음 근데 내가 여기 언제까지나 글 쓸게 아니잖아?  
쓰는 동안엔 최대한 많이 남겨드리고 싶은게 내 마음이니 나쁘게 보진  
않았으면 함

대략 의식의 흐름대로 써 봤는데 쓰고 나니 주제는 대충 이기심에 대한 글이  
되는 거 같음.

일단

블로그나 유튜브를 해라, 책을 내라, 모임을 만들어라 등 권유를 하는데  
권유는 고맙지만 그런거 할 의사가 없다고 계속 말했음  
그런거 진짜 관심이 0.1도 없어 진심이야.  
귀찮아서 못한다는건 그냥 하는 소리고, 나로서는 할 이유가 없는거임.

내 글이 모여 있기를 바래서 그러는 거면 자기 블로그에 퍼가면 되고



묻혀 있는게 아까우면 알아서 좀 퍼뜨리면 공덕행도 되고 좋겠네.

진리는 절대적인 거라서 의견 교류나 토론같은 게 필요가 없어.

내가 책이니 모임이니 그런거 하면서 사람들 모으려고 하는 성정의 사람이면 애초에 나 혼자 여기까지 못 왔어.

그니까 너네 나보고 뭘 알리라는 등 사람을 모으라는 등 하는건 앞뒤가 안맞는 요청을 하고 있는거야 ㅎㅎ

글고 내 글 봐서 혹시 덕 봤으면, 고마우니까 나도 이것 저것 해줄게! 해야 그게 맞는 마음이고

덕 봐서 좋으니 더 해줘라고 하는 건 그 형태가 뭐로 포장되었든간에 이기심인 거를 봐야된다.

나한테 뭘 해달라는 게 아니라 자기 마음 잘 보라고 하는 말이야.

글 보고 수행 해보고 수행과정 남겨주는 사람은 예쁜 마음을 보내는 거니 그대로 받을거고

내 인생 이게 문제니 어떡하면 좋을까요 계속 묻기만 하는 사람은 어떻게 좀 해달라는 마음을 보내고 있으니 누가 어떻게 좀 해줬으면 좋겠는 아쉬운 상태가 계속될거야.

뭐가 잘 모르겠어도 일단 글대로 수행해보고 내 업도 닦고 다른 사람 도와줘야겠다 하면 좋지.

지금이 세상적으로는 중요한 시기라 올해 내내 나름의 임무가 있는 사람은 상위 차원에서 소환을 하고 있기 때문에

여기에 내가 글을 써서 찾아올 사람은 자기 내면의 빛이 알려줄거고 내 글을 다수가 봐야 되는 것도 아니야.

다수가 봐서 도움이 되면 물론 좋지, 최대한 도와주고 싶은게 내 마음이지만, 소환 시기가 끝나면 글이 남아있어야 할 이유는 없게 되는거야.

그래서 너네는 글이 나중에 검색이 안될거라고 아쉬워하는데,

나는 내 목적에 맞는 방식으로 글을 쓰고 있는거라서 뭘 더 어떻게 할 이유가 없어.

너네 뭐 진동수 상승 이런거 말고 진짜 수행해서 아예 이세상을 초월하고 싶은 사람 있으면 조심할 점이

영성 스승이나 영성 모임같은 거 온라인 오프라인 다 피하는 게 좋아.

수행터에 의지하는거도 위험해.

오직 내면의 신성을 찾는데 전심을 다하고 그걸 찾았으면 그것에 의지해서 혼자 가는거야.

빛이 뭉치면 강해진다 이런말로 모임을 정당화하는데... 뭉치면 강해지는 건 빛이 아니라 에고야.

뭉쳐서 강해진 에고를 이겨낼만큼의 공력이면 이미 모임같은 건 필요없게 되어버리는 거.

그래서 어떤 모임에 진짜 영적 고수(?) 가 있을 수가 없는 그런 구조야.

가봤자 다 나좀 도와줍쇼 하는 사람만 많은 이유가 그거임.

그 나좀 도와줍쇼 하는 사람들한테서 푼돈 좀 벌어보겠다 하는 사기꾼들 득실득실함,

너의 힘들었던 삶은 너의 영혼이 고귀해서 그렇다는 등 개소리 하면서 주머니 털지 ㅋㅋ

빛이 왜 뭉쳐야 강해지겠냐. 뉴에이지에서 떠드는 색깔있는 빛이나 뭉치면 강해지겠지. 가짜니까.

뭉쳐서 에고빛을 키우자 이건데, 에고빛 키우면 진짜 영성은 골로 가는거지 덕 좀 보려는 마음을 영성의 탈을 쓰고 키워왔기 땀에 구제할 방법이 없어

자기가 에고를 지워내서 영성을 얼마나 밝혔든 상관없이 항상 상식적이고 이성적으로 생각을 해야된다.

감성 따르고 내면의 소리를 따르게 하는 것처럼 예고가 속이기 때문이야.  
사람은 예고의 생체로봇이라니까? 뇌와 신경계 호르몬 모두를 통제해.

생체로봇이라는 말 잘 와닿지 않지?

너의 몸에서 일어나는 자동적인 모든 생각 감각 느낌 감정,  
사람에 따라서는 직관, 영혼의 소리까지 모두가 예고가 올리는 거야.  
내가 하는 자동적인 모든 생각, 행동, 모든걸 다 예고가 하고 있는 거야.  
통찰, 깨우침이 올 때마다 아주 조금씩 신경계의 주도권을 자기가 가져오게  
되는거임.

예고의 죽음을 받아들이는 일이 일어나면 확 가져오게 되니까 세상이 갑자기  
달라지게 되는거고.

가슴이 비워져야 신성의 소리를 듣는데, 꽉 막혀 있고 매사 짜증나는데 직관,  
영혼의 소리가 자주 들린다?

이치에 맞지 않지. 직관, 영혼으로 가장한 예고인거지.

그러니 매사 영에게 물어보고 의지하기보다 자기가 먼저 이성적이고  
상식적으로 생각 곰곰이 한 담에 물어보라고.

생각하는 습관이 안들어있어서 생각이 이성적으로 잘 안되면 어디 앉아서  
노트에다 찬찬히 글로 써봐.

영에게 물어본답시고 물어봤는데 공부가 부족하면 답 해주는 놈은 잘해봤자  
아스트랄게 고급령이야.

그놈도 이 세상에서 못 벗어났는데 세상 고통에서 벗어나는 법을 어떻게 개가  
잘 알려주겠냐?

게다가 나는 고민이라서 물어봐 봤자, 고민하는 그 마음과, 영-신성은  
살고있는 차원이 달라서

내가 고민하며 물어보는 거 못 들어. 만일 대답해준다면 그건 잡귀가 아니라면  
다행이지. ㅋㅋ

고민을 버려야만 답이 오는 이유가 그거라고.

신성은 답의 세계이고 이세상은 의문과 고민의 세상이라 서로 차원이 달라서 서로 소통을 할수가 없는거라고.

영, 신성은 세상일에 관심이 없어. 그저 두려워하지 말고 하고싶은대로 하라는 답만 올 뿐이야.

그럼 예고는, 아니 그거가지곤 답이 안되잖아요? 하면서 자기가 들은게 신성의 목소리가 아니라고 생각해.

신성은 늘 너에게 알려주고 있어, 햇빛 비치는 것처럼 모두에게 알려주고 있고 모든 답이 다 드러나 있다고

근데 수신을 못하고 있을 뿐이야, 고민과 의문을 못 놓으니까, 자기 목소리만 계속 증폭시켜 듣고 있는거지.

이 세상속에선 당연히 사람에게겐 각자 영계의 가이드가 있어.

세상일은 이 영계의 가이드나 아스트랄게 영혼이 도와주는거지 영이 도와주는게 아니야.

영, 신성, 성령은 세상과는 완전히 관련이 없는 세상 밖에 있어.

따라서 세부적인 일까지 다 영에게 의지하려는 마음을 못 버리면, 자기 스스로 우뚝 서서 세상을 벗어나는 자가 될 수 없어. 그 마음이 두려움이니까.

의존하는 마음이 강할 수록 수행이 더딘 이유가 그거야.

월 하든 상관없어 두려움 없이 세상에 도움되는 일을 하려고 마음먹고 애쓰면 월 하든 다 좋은거야. 이거 해도 될까 저거 해도 될까 영에게 물어볼까 이건 그냥 두려움이야.

이런 의지하려는 마음을 버리지 않고 수행을 하니, 수행터에서 먹고 사는 사람이 그렇게 많다.

수행터에서 먹고살면서 수행 하는거하고, 세상속에서 직장생활 하면서 수행하는 거하고

뭐가 더 힘들고 효과가 크겠냐?

왜 수행터 가서 거기서 살면서 수행 하려고 하겠냐

스승이 상시 대기하고있으니 편하잖아? 의지하려는 맘

내 주변에 다 수행자니 이해받는 느낌이잖아? 그리고 세상에서 힘든 일 안해도 되잖아?

어려운거 피하려는 마음이 수행 한답시고 앉아있는거지.

수행터에 동거 수행 프로그램이 주요 프로그램인데는 얼씬도 하지 않길 추천함.

아무리 이론이 좋아도 소용 없음. 이론 좋지만 실천 이상한데가 부지기수임  
전에도 말했지만 지혜는 조금만 깨쳐도 옴, 말하기는 쉬움, 실천을 올바르게 하는게 힘든거임

아니 말도 제대로 못하는 놈들도 많을거임. 독대해서 물어보고 싶은거 다 물어봐봐?

물어보는거 예고라고 답변 피하고, 너에게 잡귀가 붙었다는 둥 빙의라는 둥 헛소리나 하지 않음 다행임

신의 빛의 양과 밝기는 처음부터 끝까지 영구적으로 항상 최대치야.

“기적은 언제나 최대치다” 라고 기적수업에 초장부터 써있지?

빛은 처음과 끝이 없고 영원히 똑같고 모두가 공유해.

만일 누군가 수행을 해서 그 빛을 마음속에 품는다면 빛은 모두에게 공유되는 것이므로

이미 그것 자체가 모두의 빛에 영향을 주는 것이기 때문에

온라인이든 오프라인이든 외적인 모임따위가 필요가 없음은 물론

반대로 인간관계를 정갈하게 해서 마음을 정갈히 유지하는게 다른사람을 위한 거야.

영성 추구하는 사람은 자꾸 단체나 모임같은 거 찾으려고 해서 말한 김에 조금 더 말해놓을게.

모임을 왜 하겠냐? 만나서 뭐 하는데? 얘기 나누고 의견 말하고 그런거 할 뿐이잖아?

아니면 뭐 텍스트 분석하면서 파헤치거나, 영성 스승에 대한 정보 나누고 그러잖아?

근데, 너넨 누군가의 얘기나 의견이 얼마나 가치가 있다고 생각하냐?

농담 아니고 생각을 해보라고

살면서 진짜 이사람 말은 가치있다고 느껴본 적이 몇 번이나 있음?

남의 말에 진지하게 귀 기울이고 가슴으로 받아들여 본 적은 몇 번이나 있음?

남이 말하는 것보다 자기가 말하는 게 훨씬 중요하게 느껴지지 않음?

남의 말따위 관심이나 있음 솔직히?

자기 머릿속에 올라오는 생각을 훨씬 더 많이 듣고 있잖아?

혹시 남의 의견이 가슴으로 받아들여진다면, 그걸 왜 굳이 모르는 사람 만나서 해야 함?

가족의 말들을 가슴으로 받아들이는 게 더 효율적이고 편리하고 가정에도 좋지 않겠음?

혹시 그건 힘들어서 못하겠으니까 모르는 사람 만나서 하려고 하는 거 아님?  
모르는 사람은 내가 못 받아들이더라도 화내지도 않고 티도 안나니까?

만일 영성 모임이 가치 있는 게 있다면

AA 라고 술중독 치유모임처럼, 자기가 수행을 해서 어떻게 좋아졌는지를 돌아가면서 발표하는

그런 모임이 있다면 그게 그나마 가치있는 모임이 될 수는 있겠네

근데 어떻게 하면 수행을 더 잘할까, 어느 스승 어느 이론이 어떻고 저떻고 다 의미없는 짓이야.

다시 말하지만 진리는 절대적이라 토론이나 의견제시, 분석 따위 의미가 없어.

예고가 살아남으려고 의지하려는 마음을 영성에 대한 사랑으로 둔갑시키는 것일 뿐이지.

나 혼자 영성 파기 얼마나 외로워? 모임 가면 나에게 꼬덕꼬덕 해줄 사람도 있고

오구오구~ 힘들었쨌? 서로 토닥여줄 수 있고 얼마나 안심되겠냐?

산악회에서 등산만 하나? 불륜도 하고 술도 먹고 별짓 다하자너? 산 진짜로 사랑하는 사람 얼마나 있어?

영성모임이라고 진지하게 영성만을 사랑하는 사람이 많을거란 착각은 깨  
ㅋㅋ 세상의 이치가 절대 안그럼

세상을 보고싶은대로 보지 말고 있는 그대로 봐

뭐 앞으로 동물적인 인간은 거닐 수 없는 행성이 될지는 모르지만 아직 한참 있어야 그렇게 될거고.

그런 행성이 갑자기 주어진다 이건 말이 안되는거고

우리가 만들어야 하는데, 세상을 제대로 봐야 그렇게 만들 거 아니겠냐.

마음이 순수한 사람들이 더 상처받고, 더 속아넘어가고 그러고 있으니  
상식, 이성, 논리 이런거에 빠져서는 안되지만, 잘 활용은 할 줄 알아야 함.  
올바른 생각은 대단한 힘이 있는거임.

남들 가르치는 거도 의미가 없는 이유가

다 자기 좋은 대로 살고 있는 거기 때문에 다 있는 그대로 보면 고칠 게 하나도 없어

내가 여기서 왜 이러고 있냐는 내 인생 프로그램에 시기가 되어서 소환되어서  
이러고 있는거야  
모르는 사람은 뭘 개소리냐 할텐데  
여기 댓글 쪽 보면 올해부터 소환되서 수행하고 있는 사람 제법 있으니 알  
사람은 알겠지

너네가 사는 삶이 다 프로그램대로 굴러가는 거랑 나도 똑같아,  
다만 프로그램이 굴러가면 굴러가는게 내눈에는 보이고  
알면서도 프로그램이고 약속이니까 따른다,  
어차피 따를거면 나름대로 최선을 다한다 이런 정도의 차이인거지

프로그램도 차원이라는 게 있어. 하나 깨고나면 그거보다 상위 프로그램으로  
굴러가는거거든  
하나를 깬으니 와 자유다 하는데 그거도 교묘한 술수이고 속임수야. 좋게  
말해봤자 가는 과정에 불과함

이 세상이 얼마나 정교하게 겹겹이 속임수로 빈틈없이 짜여져 있는지 상상도  
못할걸  
그걸 뭐 이런 문제는 어떻게 고치면 될까요 하고 다들 물어보는데  
그거만 어떻게 고쳐봤자 다른데서 문제가 또 튀어나올거임  
끝없이 문제를 고치면서 형태를 바꿔가면서 새로운 문제 계속 만들고 그러고  
있는거지

있지도 않은 문제를 있는걸로 찾아내는 마음, 문제가 있어야 안심되고,  
문제가 있는데 고칠 줄을 모르겠고, 고칠 의욕도 없으면, 살 자격이 없는거  
같이 느껴지는 마음,  
고치려고 애쓰고 있어야 좀 살 자격이 있는 것 같이 느껴지는 마음,  
프로그램에 속박받는 마음 자체에서 다 벗어나야 진짜로 벗어나지는 거임



내가 완벽한 신이 만든 존재라면, 너도 완벽한 존재인데,  
뭔 문제가 있을 수가 있고, 고칠 게 뭐가 있으며, 인생 프로그램이 왜  
필요하겠음?

겹겹이 쌓인 속임수 하나하나 들이파서 이해하지도 못할 걸 이해하려고  
애쓰면 소용없는거임  
내가 그 속임수가 어떻게 생겼나 알려주는 건 속지 말라고 그 형태를  
알려주는거지  
그걸 꼭 다 알아야 수행이 되는게 아님 몰라도 됨, 신성만 계속 보고 갈 수  
있으면 아무 상관없음

하나 하나 속임수를 밝혀서 가는 방법도 있지만  
속임수에 집착해 시간이 오래 걸리는 것도 문제지만 도중에 온갖 장애물에  
걸려 넘어짐  
처음부터 원래 자리에서 돌이켜봐야만 수행이 효율적으로 되는거임  
그래서 사람들이 때로 싫어하기도 하고 부담감 느끼는거도 알지만 계속  
[기적수업] 하라고 추천하는거임

내가 이런거 하는게 프로그램인데 이런거하는 데 몰입해서 계속 하다가는 또  
여기서 못벗어나  
그래서 난 이거 오랫동안 할 계획은 처음부터 없었어 일시적인 거니까 더 판을  
벌릴 생각 1도 없어  
필요한 사람은 있는동안 써먹고, 글 필요하면 저장 해놓고 좋은대로 알아서들  
하세요  
좋은 가르침이 있다고 [우주가 사라지다]하고 [기적수업]도 알려줬는데 해설  
어지간히 해주고 나면  
내가 왜 더 필요하겠냐 내가 아무리 설명 잘해봤자, 원본에 비하면 항상  
부족한데.

너네 영성스승같은 거 되게 경계해야된다. 신성이 살아있는 사람은 영성스승  
할생각 1도 없어져  
신의 품 안에서 보면 고칠게 없다니까? 세상은 있는 그대로 완벽해  
그리고 그냥 존재하는 게 되게 재밌고 행복해서 뭘 더 해야 한다는 생각도  
안들어  
영성스승이라고 드러낸 사람은 전부이다시피 영적에고가 설치는거야.  
존경받고 돈도벌고 얼마나 좋아?  
찐 성자같은 사람들은 히말라야 같은 데서 조용히 그냥 살고있잖아.  
이들의 역할은 남들을 가르치는 게 아냐. 그냥 존재만으로 부정적인 에너지를  
정화해주고 있는거야.  
정말 필요한 사람은 제발로 찾아오기 때문에 남에게 널리 알리고 이럴 이유가  
없어.

영성스승 만나 덕 보려고 하지 말고  
가족에게 한번 더 잘해주고 직장동료에게 한번 더 친절하게 대해주는 걸 해  
미운놈 댕 하나 더 챙겨주라고.  
이기심 올라오는거 꺾고 친절하게 대하는 거  
아니꼬고 화나서 폭발할 거 같은 마음 꺾고 감사한 마음 올리는 게  
얼마나 힘든 일인 줄 안 해본 사람은 모른다.  
이게 이렇게 힘드니 수행터에 쉽게 덕 보려는 놈들로 넘쳐난다.

덕 보려고 하지 말고 없는거라도 쪼개서 베풀고 주고 드러내고 친절해지고  
나누려고 해봐  
친절해지는 거 단 하나만으로 몇 년이고 수행 할 수 있다 어려운거 필요없어  
가식 말고 진심으로 친절해지고 진심으로 상대가 잘 되기를 비는 마음 말이야  
속에 화가 가득 차서 그게 잘 안되니까, 감정 풀어서 버린 담에 하라고  
하는거고  
악감정이 너무 진짜같이 올라오니, 휩쓸리기 싫으면 운동 뺑뺑에게 하라고  
하는거임

댓글로 질문했다가 답글 달아주면 자기가 달았던 댓글 싹 지워버리는 사람들  
종종 있더라

그런 마음 가지고 살고 있으니 오죽 세상 사는 게 힘들까.

보고있으면 진짜 찼해, 얼마나 힘들게 살아왔겠냐,

자기가 댓글 남겨놓으면 같은 고민 있는 사람은 그거 보고 위안받을텐데 그걸  
못남겨놓고 싹 지워버리니

그 마음이 얼마나 이기적이나. 이기적인 거 인정하기 싫으니 부끄러워서

그런다는 등 변명하지

그거 이기적인걸 알아차려야 삶이 덜 괴로워지지, 애초에 괴로워진 이유가  
이기심 때문인데.

이기적인 사람 근처에 너네도 있기 싫잖아?

돈이고 행운이고 좋은 직장이고 전부 에너진데 다 마찬가지다.

이기적인 사람 근처에 가기 싫지. 갔다가도 질려서 떠나 버리지.

자기가 이기적인 거 모르고 자기가 착하다고 착각하며 사는 사람이 얼마나  
많은지 몰라

자기가 이기적이라서 온통 당하고 사는건데 착해서 그렇다고 착각함

베풀고 남이 잘되길 바라고 도와주면서 살아봐라 왜 된통 당하고 살겠냐?

세상에 드문 사람이라고 다 좋아하고 보면 웃어주고 도와주고 친해지려고  
하고 그러지.

자기 힘든 건 자기가 만드는건데 정신 못차리니 앞으로도 얼마나 힘들겠노  
싶음

하나님은 끝없이 품어주는 분이지만 이 세상은 우리가 만든거라 처절하게  
냉정한 죽음의 법칙대로 가는 곳이다

이 세상에서 그런 마음을 못 알아차리고 계속 안고 가면 처절한 결과를 계속 겪을 수밖에 없음

그런 것도 다 자기가 좋아서 그러고 있는거다, 싫으면 벗어나려고 노력하겠지  
누구나 이기적인 맘이 있는데, 그 마음을 갖고있는게 너무 싫으면 그걸 벗어나려고 노력하게 된다.

그게 아직 싫다고 여겨지지 않는다면 고생 더 해야지.

빼앗으려고 하지 말고 베풀려고 하고, 덕 보려고 하지 말고 덕 주려고 해봐.

베풀려고 해 봐야 내가 그동안 얼마나 이기적으로 살았는지도 느낄 수가 있어.

## 47.고마운 줄 모르는 마음

안녕 친구들

매사 고마운 줄을 알면 여기 지구에서 배울 건 거의 끝난거야

이기심을 어떻게 제거하냐 하는데

주변 사람들에게 대해 미운 마음 올라올때마다 제거하고

자기 삶을 처음부터 끝까지 하나 하나 조목 조목 떠올려 보길 추천할게.

자기 삶을 쭉 돌이켜봤을 때 기억이 잘 안 나는 것이 없어야 해.

느끼기 싫은 감정과 외면하고 싶은 마음이 기억을 덮거나 왜곡해 놓거든

어떤 사건을 떠올렸는데 사건 전개가 잘 기억이 안난다

뭐 나나 상대가 한 구체적인 말 같은거는 당근 기억이 안날수있지 근데

어떻게 하다가 그 일이 일어났는지 그거 자체가 기억이 잘 안나고

그 앞뒤로 무슨 일이 있었고 전개가 어떤 순서로 되었는지 애매모호하고

자기한테 누가 잘못했다고 느낀 그 순간만 기억이 나는 등

기억을 더듬어서 전체적인 그림을 보려고 노력해도  
왠지 뭔가 벽이 있는 것 같다 싶으면 그게 중요한 기억이니 그걸 파고들면 돼.

잘 안되는데 어떻게 하나요 또 그럴텐데  
집요하게 해보면 안되는 거 없다 다 됨  
운동하고 또 기억해내려고 애쓰고 올라오는 감정 밖으로 표출해서  
내다버리고  
또 앉아서 기억하려고 애쓰고 졸리면 한숨 자고 일어나서 또하든가 운동을  
또하든가 ...  
계속 하는거임 집요하게 하는거임 질릴 정도로 토나올 정도로 하는거임 하면  
다 됨

그렇게까지 해야 되냐... 싶으면 안하는 거지 뭐 자기맘이지. ㅎㅎㅎ  
자기 인생 자기 좋은대로 살고 싶다면 노력해야 그렇게 하게 되어 있는  
곳이거든 여기가  
안하고 싶으면 안하고 살면 되지 근데 안하는 자신에 대해 또 비난하진 말란  
말여  
하지도 않으면서 왜 자기비난 계속하냐? 참 이상한 심리란말이지 ㅋㅋㅋ

과거를 돌이키는 건 어떤 사건을 새로 만들어 내는 거거든  
바로 그래서 기억을 청산하면 그 사건이 새로 만들어지는 거랑 똑같은거야  
이건 해 본 사람만 무슨 말인지 알 거 같은데

그 일은 이 환영인 세상속에서나 일어난 일이고 변치 않는 실체가 아니거든  
그래서 바꿀 수 있고 새 그림으로 교체할 수 있는거임  
새 그림으로 교체하면 인과관계에 맞게 인생의 다른 그림들도 새 걸로  
자동으로 교체가 됨  
이건 성령이 알아서 해줌 그래서 인생이 변하는 거임

좀 더 구체적으로 말해 보면  
지금 이순간 과거를 돌이킬 때 너는 어떤 일이 일어났다면 좋겠는 방식으로  
기억을 만들어내고 있는거임  
과거나 미래는 실재하는 게 아니라  
지금 이순간 너의 파동체가 두근 두근 파동치며 모든 그림을 푹푹 하고 아주  
빠른 속도로  
불이 꺼졌다 켜졌다 하며 새로운 그림으로 재창조 해내고 있는건데  
수행을 하면 의식이 깨어나면서 그 매 순간 계속해서 아주 조금 더 깨끗하고  
아름다운 그림으로 변하고 있는거지

특정 사건에 대한 깨우침이 오면 해당 그림이 확 변해버리는거고  
그림이 통째로 한 세트라서 다른 그림도 한꺼번에 그에 맞게 다 변해버리는  
거고  
그러면 너는 변한 그 그림을 보고 새로이 너의 인격을 형성하는 거지. 그래서  
사람이 달라지는 거임.

우선은 제발, 자기가 기억하고 있는게 옳다는 생각은 좀 깨길 바래.  
이것만 깨도 스스로 정의롭고 남들은 틀렸다는 믿음이 좀 사그라져.

기억을 해내려고 애쓸수록 자기 좋은대로만 이상하게 왜곡해서 기억하고  
있었다는 걸 알게 될거야.  
누구나 다 자기 좋은대로 방어적으로 자기는 귀하고 남들은 틀렸다는  
방식으로 기억을 조작해.  
있었던 사실인데 여러사람에게 말 시켜보면 사람 입장에 따라 얼마나 서로  
말이 달라?

한 대 맞았잖아? 저 천한 것이 감히 날 때리다니? 하고 악감정을 가지고  
마음속에서 곱씹으면서  
곱씹을 때마다 한 대씩 더 추가해서 때린 거 처럼 더 억울해져.

머리로는 한 대 맞은 거 아는데, 마음으로는 열 대 맞은 억울함으로  
왜곡시키게 되고  
때린 이유도 작의적으로 열 배는 더 갖다붙여 ㅋㅋㅋ  
악! 한 놈에게 니가 지금 나한테 으악~~~~~!! 했냐? 하게 되는거지.

열 대나 맞은 놈이 행복할 수가 있겠냐?  
피해자니까 비틀어진 마음 갖고 대충 사는 면죄부가 되지.

한 대 맞고도 허허 맞았구나 아이고 아파라.  
때린 놈은 시원하겠네 하고 웃고 털어버릴 수 있으면 얼마나 좋겠냐.

글고 왜 맞았을까?  
실체 없는 가짜 세상인데 이유가 뭐 그리 중요하겠냐?  
내 마음 속에 뭐 있는지 보라고, 봐서 빨리 자유로워지라고 이런 일이  
일어났나보다, 하고 생각하며 살면  
얼마나 살기도 편하고 수행도 빠르겠냐

근데 그렇게 생각할 수 있으면 이미 도인이지  
보통은 씹씹대며 니가 감히 날 때려? 니같은게? 내가 꼭 갚아준다 두고봐라.  
라든가  
아니면 한 술 더 떠서 역시 난 맞고 살 팔자인가보다 하지 ㅋㅋㅋ

기억을 나쁘게 왜곡하는 것 뿐 아니라, 좋게 왜곡하는 경우도 있어.  
방어기제 라고들 말하지? 살기 위해 기억을 왜곡해서 나쁜 걸 잊어버리는  
거지.  
잊었으니 없을 것 같지만 한 겹 덧씌워 없는 척 하는 것일 뿐이라서  
어떤 사고에 대해 기억을 하지는 못하지만, 비슷한 일이 일어나서  
세포 속의 그 감정기억을 끌어올리는 경우 신체적으로는 증상이 일어나지.

두근두근하고 식은땀나고 현기증나고 괜히 눈앞에 있는 사람이 무섭고  
그러는데  
왜 그러는지 머리로 알지는 못하는거지.  
그런 두근거림이 올라왔을 때 그 감각을 피하지 말고 있는 그대로 느끼게  
허용하면서  
이게 무엇과 연관된 것일까 내면에 물어보면 연관된 기억이 언뜻 나는 경우가  
많아.  
네 안에 이런거 있다 마음이 괴로우니까 어떻게 좀 해줘 라고 하면서 그 감각  
올려주는 거거든  
근데 이걸 나쁜거라고 무서운거라고 자꾸 외면하니까 적으로 착각하는거지.

너의 인생 주변에 내가 옳다 라고 주장하는 고집센 사람이 많이 보여?  
혹시 너네 엄마나 아빠나 형제 자매 아님 직장동료가 너한테 그래?  
그럼 너가 네 고집세고 정당화하는 마음을 안보려고 외면해서 안그런 착한 척  
하기 때문에  
그걸 엄마나 아빠로 형상화해서 너 이거 있다 이거 봐야해 하고 보여주고  
있는거야.

난 고집 안 썬데? 순둥이인데? 하고 안믿어져?  
착한 사람이 더 무섭다는 말 혹시 들어봤냐?  
혹시 사람이 되게 착한데, 주변 사람들은 사고나고 자살하고 병걸리고 이런 거  
본 적 있냐?  
참 이상하다 저 사람 되게 착한 사람인데, 팔자가 왜 저렇꼬 하는 말  
들어봤냐?  
착한 사람이 자기 가족으로 온갖 병자나 장애인, 폭력적인 남편, 개차반인  
자식 건사하며 평생 사는 거 본 적 없냐?  
  
웁 하고 올라오는 사람 있을 거 같네.



그게 내 잘못이라는 거야? 난 착하게 살았는데? 난 희생자인데? 하고 올라와  
혹시?

잘 됐네. 그 감정 잘 기억해놨다가 사람 없는 데 가서 욕하고 토해서 뱉어봐봐  
다다 이 개새끼야 욕하면서 풀어봐봐.

엄청 지독하고 우악스럽고 죽이고 싶은 마음 평생 처음 보게 될지도 모르니까.  
봐야지 풀 수 있음. 그래서 뱉으라고 하는거임. 뱉다보면 상상초월로 강력한  
감정인걸 깨닫게 되거든.

누구에게나 그런 마음이 다 있다고.

누구 탓을 하는 게 아니라,

사람은 깨어나서 자기자신의 주권을 되찾기 전엔 에너지 파동으로 얽힌  
프로그램의 인형일 뿐이야.

이 에너지 파동을 통제하려는 마음을 먹어야만 깨어날 수 있지.

네가 네 속에 있는 그걸 보면, 네 몸에 같은 파동이 없기 때문에, 주변  
사람들이 너 붙잡고 자기주장 관철하지 않게 돼.

어쩌다 그런 사람을 보면, 그게 귀엽게 보이고 내가 좀 말 들어줘서 마음  
편하게 해주고 싶게 돼.

그런 일 두세번만 있으면 세상이 어떻게 보이겠어?

이거 정말 뚜렷한 실체가 아니네? 바꿀 수 있는거구나, 어쩌면 다른 고민들도  
별거 아닐지도 몰라

이렇게 심각할 필요가 없는거네? 하게 되지.

기억을 떠올려서 마음속에서 하나하나 정리하고 일관성을 유지하면서  
차이점을 불만한 집중력이 대부분 안 되니까

글로 써서 정리를 하면서 보면 내 입장에서만이 아니라 상대방 입장에서도  
보게 되거든 한번 해보면 좋을거같네.

자기 인생의 흐름도 보이고 자기가 어떤 사람인지, 뭘 해야 행복할지,  
지금까지 해온 게 뭔지,  
인생에서 어떤 가치를 구현하고 싶은지, 어떤 흐름을 타고 있고 어디로 가야  
할 지  
그런걸 대부분 몰라서 어디 뭐 유튜브 성공한 사람들 강연 조회수가 그렇게  
높은거지  
남이 성공한 강연 봐서 도움이 되는 거는, 자기자신을 알아야 그게 대입이  
되지  
자기자신을 알지도 못하는데 남의 인생얘기 들어봤자 부럽기만 하지  
볼 때는 그럴듯 하지, 보고 5분만 지나면 별로 쓸모 없을걸.

내 글도, 평소에 자기자신을 알려고 애써온 사람한테나 효과라고 할만한  
효과가 있는거지  
내가 사람들이 이것저것 알려달라고 할때 안 알려주거나 대충 알려줄 때  
있거든  
기본도 안 된 사람은 수행 하려고 애쓸 때가 아니라는 거야  
중독 증세가 있거나 성격에 큰 문제가 있으면 병원에 가서 도움부터 받아야지  
뭘 수행법을 알려달라고 하고 있노

자기가 미묘하게 기분이 이렇게 저렇게 변화되는데 그게 무엇 때문인지를  
모른다면  
자기 인생이 이렇게 저렇게 형성되었는데 그게 어찌다가 그렇게 되었는지를  
모른다면  
자기가 좋아하고 싫어하는 것이 뭐고 왜 그런걸 좋아하고 싫어하는지 알지  
못한다면...  
이런식으로 말해보자면 끝도 한도 없는데  
하여간 자기자신이야말로 자기가 제일 많이 대하는 사람, 제일 오래 함께  
있어야 하는 사람이잖아

근데 자기자신하고 진지하게 대화를 해보는 사람도 드물 뿐더러  
자기자신에게 할 일을 정해주고 잘 하고 있는지 지켜보며 스스로에게  
조언해주는 사람도 드물고  
아니 뭐 그런 것은 고사하고 미워하지나 않으면 다행이지.....

지금은 이렇게 말하는 나도 나자신을 죽여버리면 이 고통에서 벗어날 수  
있을까  
부엌에서 경동맥에 식칼 갖다대고 찌를까 말까 한 적이 종종 있었다. ㅋㅋㅋ  
겪어보니 그런 맘을 다 알지

자기자신을 왜 그렇게 미워하냐?  
개 미워 해서 넌 뭐가 좋아? 괴롭기만 하지.  
미운 놈하고 평생 붙어 살아야 되는데 ㅋㅋㅋㅋ

내가 왜 자기자신이 미운지 말해줄게.  
니가 계속 개를 외면해와서 그래.

외면해 온 자기자신이 비겁하고 부끄러워서 계속 안보게 되고  
그러다보면 엄한 애를 미운놈으로 둔갑시키는 거야.  
자기가 비겁한 놈인걸 보는 거보다  
자기자신이라고 하는 그 알수없는 놈을 미워하는게 속 편하거든.  
그놈이 문제야, 개가 날 방해해, 예고가 문제야, 그러잖아?

아니거든.  
아니라니까? 니가 문제라고 ㅎㅎㅎㅎ

예고는 실체가 없는 거라는 말 들어봤음?  
편의상 예고라고 말할 뿐이지 그건 아직 크게 깨어나지 못한 너에겐 그게 그냥  
너야.

네가 엄한 짓 하고 있는 걸 못 보니까 그걸 에고에게 휘둘린다고 말하는 거라고.

그 엄한 짓 하고 있는게 보이면 그때는 그 보는 놈은 에고가 아니니까 그때에서야 에고와 진짜 너가 분리가 되는거지

엄한 짓 하고 있는 거 못 보는 너는 완전히 에고 그 자체라고.

자기가 좋아서 그러고 있는 건데 뭘 에고 탓을 하고 카르마 탓을 해.

카르마 궁금해하는 사람들 심리가 뭐겠냐?

자기가 잘못 살아온 탓이 아니라 카르마 탓에 자기가 이렇게 힘들다고 말하고 싶은거지

나도 어쩔 수 없고 내가 할 수 있는 게 별로 없고 이렇게 면피하고 싶은거지 자기 인생 스스로 책임지며 부끄럽지 않게 살려고 노력하는 사람은 수행같은 기웃거리지 않아도 카르마니 사주니 운명이니 이런거 신경쓸 시간도 없어

그런 찌질이같은 마음가진 사람들 끌여들여서

넌 특별한 운명을 타고나서 그렇다면서 돈 뜯는 데가 얼마나 많은줄아냐

다시 말하지만 자기 인생이 만족스럽지 않은 건 자기 탓이지, 그 누구 탓도 아니다.

사건 자체가 일어난 건 자기 탓이 아닐지라도,

그것을 마음속에서 자기 식대로 해석하면서 자기 좋은대로 키워온 건 자기 자신이잖아?

같은 사건이 일어나도 어떤 사람은 긍정적이고 행복한 삶을 살거든?

자기가 괴로운 건 자기 탓인 걸 마음으로 받아들이지 못하는 한 삶은 계속 만족스럽지 않을거야.

자식 버린 부모가 자식 버린 거 부끄러워서 외면하잖아?

거기서 인품이 한참 덜 되었다면 그보다 더 해서 뻔뻔스럽게 굴며 다 크고 나면 갑자기 나타나 돈 내놓으라고 그러잖아?

그거랑 똑같은거임

외면당한 너 자신은 너의 자식과 같은거임

너는 그런 버려버린 너의 자식놈에게 어떤 감정을 갖고 있냐?

부끄럽고 보고싶지 않고 피하다가, 나중엔 뻔뻔스러워져서,

니가 날 먹여살려야지 내가 낳았으니까. 이러고 있진 않아?

참회가 수행의 핵심인 이유가 이래서임

지금껏 자기가 다 잘못해온거지 남의 탓 할 것이 하나 없었음을 마음으로 깨우치는게 수행이야.

근데 재밌는 건 뭔지 알아? 너가 너 자신을 좀 알려고 계속 파헤치면

'못나기만 한 나' 가 그 안에 있는 줄 알았는데, 알고보니 되게 사랑스러운

내가 있음을 알게 된다는 거

'못난 나'는 '개를 외면하는 나'가 못난거였지, '외면당한 나'는 사실은 되게 사랑스러운 나였구나 하게 되는거지

그럼 너가 발견한 그 사랑스러운 나 가 기존의 못난 너를 조금씩 대체하게 되다가

시간이 지나면 사랑스러운 네가 결국 너의 주도적인 인격이 되고, 못난 너는 개한테 위로받는 존재가 되는 거야.

그담에 또 해야 할 것이 상대방 입장에서 내 말과 행동을 돌이켜 보는거야.

수행이라는 게 결국 상대방 입장에서 나를 보는 거거든

나는 내 식으로 내 입장에서만 모든 걸 봐왔는데

상대방 눈에 보이는 나는 어떻게 말하고 행동했으며 어떻게 보였을까

이런걸 감정 풀다보면 자연히 보이고, 잘 안풀리면 감정 올리려고 생각하다가 알게 되는 거거든

이렇게 하면 가족들 입장이 되어서 나를 보기도 걱정하고 해보면 수행이 빠르지  
우리 엄마 마음으로 나를 보기, 우리 아빠가 되어서 아빠 인격을 가졌다고  
생각하고 나를 보기

예를 들어 올 엄마는 이런 삶을 살았다고 하고 평소 이런 말씀을 하시니 대략  
이런 가치관을 가졌겠구나

그런 엄마 입장에서 나를 보면 내 말과 행동이 이렇게 보이고 들리고  
느껴지겠구나

이렇게 구체적으로 해보는거야 계속 계속 엄마 입장에서 나를 보다 보면  
왜 내 말에 엄마는 이렇게 반응했을까? 이런게 조금씩 이해가 되지

하다보면 엄마한테 섭섭했던 내 감정은 그냥 나의 착각이었을 뿐이었구나  
하게 되고

왜 이런 착각을 계속 키워오면서 날 낳고 키워준 고마운 사람을 계속 나쁜  
사람 만들었을까

자기한테 제일 많은 걸 해준 사람을 제일 미워하는 그 심리가 참 이상하다는  
걸 보게 되고

참 잘못했구나, 지금이라도 알아서 참 다행이다 하고 참회하게 되고

그 다음부터 엄마가 내게 해 주는 작은 호의를 전에는 당연한 걸로 여겼다면  
이제는 그 마음이 느껴지는거지, 그게 엄마가 날 사랑하는 마음이구나 하고  
받아들여지는거야

자기 부모가 자기 낳아서 젖먹이고 기저귀 갈아주고 씻겨주고 아프면 병원  
들쳐업고가고

돈 벌어서 교육시켜주고 잘되라고 잔소리 해주고

그런 거 고마움도 모르는 사람이 무슨 살면서 다른 일을 고마워 할 수가  
있겠냐?

남들이 아무리 잘해줘봤자 자기 부모보다 뭘 더 큰 걸 해줄 수가 있다고?

네가 맨날 쓰고 있는 그 몸을 만들어서 키워 준 사람들인데.

오늘은 여기까지 ㅎㅎ  
그럼 다음에 또 만나요

## 48. 빠른 수행을 위한 조언

하나 짚고 넘어갈 것이 있는데  
용서할 때 "일어나지도 않은 일에 내 감정을 덧붙여서 그걸 진짜로 만드려고  
하는 거" 를 용서해야 하는거 기억해?  
그 모든 일은 다 일어난 적이 없다는 거 기억나? 전에 글에 써줬잖아  
나는 성폭행 경험 있는데? 나는 평생 모은 돈 사기당했는데? 나는 부모가 날  
버려서 고아로 자랐는데?  
나는 내가 사기꾼이었고 도둑이었고 살인한 적 있는데?  
그럼 겪은 경험이 힘들었으니까 수행이 남보다 더 힘들까?

모든 게 다 같은 파동에서 파생한 가짜인데 어떻게 일부가 다른 것보다 더  
힘들 수가 있을까?

우리 모두가 수없는 생의 정보를 모두 공유하고 다 같이 겪은 일들인데

일부 전생만 좀 기억한다고 해서, 겉보기에 생김새가 좀 다르다고 해서, 정말  
개인마다 다 다르겠냐?

무의식 속에는 모두가 다 같은 것을 공유하고 있는데 어떻게 사람마다 더  
힘들고 덜 힘들고가 있겠어?

이 모든 게 다 이 세상에 정박시키기 위한 가짜 기억에 불과하다고  
처음부터 받아들여버리면 어떻겠어?  
그럼 쉽고 빠를텐데.

겉으로 보기에 버라이어티하고 완전 너무 진짜같고 이래야 속지.  
근데..... 다 가짜라니까?  
일어난 적이 없다니까?  
시간도 가짜라니까?  
과거의 일은 일어났던 적이 없어!!

세상이 가짜라면 그 세상을 살고 있는 너도 가짜여야 해.  
네가 가짜이면 네가 겪은 모든 일도 다 가짜여야 해.

옛날에 이런 영화 있었어 제목은 기억 안나는데  
지구인들이 외계종족에게 점령당해서  
밤에 잠자는 동안 지구인들은 외계인에 의해 주사를 맞고  
기억이 삭제되서 장소가 옮겨져서 다른 삶을 살게 되는데  
다음 날 일어나면 완전히 다른 삶을 살지만 그 주사에 의해 자기가 원래 그  
삶을 쪽 살은 줄 알고 있는거  
그게 사실과 거의 유사해.  
진짜 세상의 눈으로 보면 가짜 세상의 모든 일은 한 번도 일어난 적이 없어.

그때의 너라고 기억하는 네가 정말 진짜 그걸 진짜로 살았는지 확인할 수  
있어?  
증거 있어?  
그 증거가 진짜라고 확인할 수 있어?  
그게 진짜라고 확신 하는 게 너한테 좋을까?

만일 이런 상처받은 일들은 다 진짜로 일어난 일로 철썹같이 믿고  
감정을 다 닦아내고 계속 닦아내다가 그 바닥까지 다 닦은담에  
어 없네? 아 진짜 원래부터 통째로 다 가짜구나  
라는 걸 직접 겪어 알아야만 믿을 수 있다 라고 하면,



수행이 너무 너무 오래 걸려.

사실상 그건 거의 불가능에 가깝지. 일어났던 일을 어떻게 없었던 일로 만드냐?

내 몸 속에 조상이 겪은 모든 일의 기억이 파동으로 저장되어 있거나  
전생에 수천생을 살면서 잘못된 일이 전부 카르마로 다 진짜로 일어난 일이면  
구제받을 수가 없어. 어떻게 그 하나하나를 다 참회하고 다 지워?  
말이 되냐?? 불가능하지 어떻게 그걸 다 지워?

수행을 제대로 하면 며칠만 해봐도 마음에 변화가 있거든  
아니 며칠동안 수천 생을 산것의 얼마를 지울 수 있다고 변화가 있는거야?  
말이 되냐? 논리적으로 생각을 해봐 그 경험들이 다 진짜라면, 말이  
안되잖아?  
진짜라면 애초에 지우려고 시도를 해서 지워 진다는거 자체가 말이 안되는  
일이야.  
실제로 일어났던 변할 수 없는 뼈도 박도 못하는 돌이킬 수 없는 과거를  
어떻게 지워?

내 말 맞아 틀려? 생각을 해봐?  
감정적인 저항감이 있어도 논리적으로 옳다면 그 감정의 저항감이  
가짜인거라고  
머리로 납득이 가는데 받아들이기 싫은거는 그냥 똥고집인거야  
이치에 맞으면 받아들이는게 현명한 사람이지.  
고집 부릴 자유도 있지 얼마든지 ㅋㅋㅋ  
근데 왜 힘들게 가냐 쉬운 길 있는데...

수행이 오래 걸리면 안돼. 그만큼 괴로움을 질질 끌며 오래 겪는 거거든.  
하는 대로 후딱 후딱 결과가 나와야 하는 재미가 있어서 빨리빨리 간다고.  
모든 건 될 때 하는거지 오래 끌어서 좋은 게 없어.

나는 감정지우기 시작하고 나서 한달만에 백회가 열렸거든  
수행이 남들보다 독보적으로 빨리 되었던 이유가 있는데  
내 자랑 하는게 아니고 빨리 쉽게 가라고 말해주는거니까 잘 봐봐

옛날에 수행터에서 감정이 파동이고 가짜라고 하길래  
난 원래 현실을 현실같이 안 느끼고 이론적으로 느끼던 사람이라서  
(성격유형이 intp임 좀 이론적인 타입이지)  
감정이 파동이면 인식도 파동이고 세상 전체가 가짜이니까  
개꿀인데? 좋잖아 수행하기? 이렇게 받아들였어

다 가짜인데 어쨌든 나는 존재하니 나는 진짜겠지?  
가짜인 내 부분이 죽더라도 내 기억이 어느날 사라지는 것도 아니고 내 몸이  
죽는 것도 아니잖아?  
요는 내 정체성의 근본은 어쨌든 사라질래야 사라질 수가 없는 거라고  
혹 내가 진짜가 아니라도, 날 수행시키는 존재는 진짜일거 아냐 어쨌든?

그럼 진짜인 대단한 내가 하찮은 가짜를 지우는거니까 족족 잘 지워지겠구나?  
이렇게 여겼고 그냥 마음속으로 지우개로 쓱쓱 하거나 마음의 손으로 쓱쓱만  
문지르기만 해도 다 지워지고  
무서운 기억 뭐 생매장 당하는 기억, 대들보에 목 매단 엄마를 보는 충격

이런 전생이라고 해야할지 조상의 기억이라고 해야할지 이런 기억들이  
올라와도  
전부 다 가짜고 좀 무섭다고 죽는거도 아니고 개들이 그냥 연기같이 아무것도  
아닌거잖아  
다 그냥 뇌파를 통해 느껴지는 감각일 뿐인데.  
감정이나 기억 쳐들어가기만 하면(느끼면) 바로 파동이 깨져서 흩어져  
버리더라고

그러니까 기선 제압을 처음부터 제대로 한거지  
한번도 그것들이 진짜라고 생각한 적도, 무섭거나 어려운 것들이라서 내가  
못할거라 생각한 적이 없고,  
모기 잡듯이 파리 잡듯이 쉽고 하찮은 것들이라고 여겼고  
재들이 나를 무서워하지 내가 귀신잡는 사람이니까. 이런 입장이었어  
지워서 파동이 기혈을 통해 나가는 게 느껴졌기 때문에 내 망상이 아니란걸  
알았고.

남들은 기억도 잘 안 떠오르고 별별 저항도 많았는데 나는 백회 열기까지  
체력소모 말고는 힘든 게 없었어  
그 후에도 신체적 고통을 좀 겪은 거 말고는  
어떻게 가는지 뭐가 기다리고 있는지 몰라서 개고생을 엄청 한거 치고 되게  
빠르게 온편이지  
내가 수행 죽도록 힘들었다 하는 건 대부분 백회 연 한참후의 경험이지. 집단  
무의식 밑바닥에 접근 한 후  
그 전까지는 수행 어려운 게 없었어 그냥 하는대로 다 됐어.

그니까 내가 하고 싶은 말은  
일단 수행이 집단무의식 밑바닥에 핵심에 접근하기 전까지는 그렇게  
힘든일이 아니야.  
수행은 힘든거다 자기자신을 바꾸는 건 힘든거다 하는 고정관념을 버렸으면  
좋겠고

가만 보면 사람 좋아하는 친화적인 사람일수록 애착 때문에 수행에 방해를  
받더라고  
사람 좋아하는 사람은 사람을 실체로 여기고 싶어하는 마음이 강하더라  
근데 생각을 해봐. 네가 대하고 있는게 사람 맞아?  
네가 대하고 있는 건 그냥 너의 감각정보일 뿐이잖아?

그 사람하고 웃고 즐기고 눈앞에 그 사람이 있지만 실제로 일어나는 일은  
너의 뇌 속에서 눈과 귀에 들어오는 감각 정보를 해석하고 있을 뿐이라고.  
그럼 실제로 그 사람이 진짜 실체라는 증거가 어디 있어?

너의 감각은 그게 진짜라는 증거가 전혀 안돼. 만일 너의 몸이 어딘가 병원에  
묶여 있고

너의 뇌파로 감각이 주입받고 있다 해도 넌 그게 실제일거라고 여길 거야.

더구나 같은 상황인 경우 너 자신도 진짜라는 증거가 없어.

너의 몸 뿐 아니라 너의 사상도 네가 만들어 낸 거 아니잖아? 대부분 외부에서  
주입된 거잖아?

난 원래 사람한테 관심이 별로 없고 현실에도 관심이 별로 없던 사람이라

머릿속에서 이론과 사상을 정립하며 살던 사람이라서 ㅋㅋㅋ

내 기억조차 실제로 일어난 현실이든 아니든 상관이 없었어

어차피 그게 지금 내 눈앞에 있는것도 아니잖아?

게다가 나쁜 일들이었는데 그게 다 가짜이면 도리어 안심되고 좋은거 아냐?

내 가족이든 나든 전부 다 가짜라고 해서

그 사람들과 나누었던 따뜻함마저 다 가짜인 건 아니잖아?

본질이 있으니 가짜가 들러붙는거 아니겠어? 본질은 따뜻한 그 마음일 거  
아냐?

본질은 사라질 수가 없는거잖아?

그럼 이론적으로 생각해서 내가 모든 걸 다 버려서 잃을 게 뭐가 있어?

하나도 잃을 게 없고 얻을 것만 잔뜩 있잖아?

내가 여기 와서 글 쓰면서 종종 당황했던 점이 있는데

사람들이 감정이나 기억이나 뭐든지 다 가짜라고 그러면

우울이나 슬픔 등의 저항감을 가지는 거 같더라고

[기적수업]에

“왜 기뻐하지 않는가? 너는 모든 고통으로부터 해방되었다”라는 구절이 있어.

이 글도 써놓고 몇 분 되지 않아 죽어. 하고 댓글이 달림

너는 자유다. 넌 상처받은 적이 없다 라고 하는데 어떤 사람에겐 그 말이  
모욕적인거지.

사람들 댓글이 그대로 보여주잖아? 이 세계의 파동의 구성이 살기인거?

그리고 얼마나 상처를 소중한 여기며 자기에게 일어난 비탄과 고통이

진짜이기를 바라며

그게 아니라고 말하면 공격하는지 그대로 보이잖아?

기쁜 일에도 기뻐할 줄 모르는 그 마음은 이상한 마음이야.

이 모든게 다 가짜데 안심이 안 되고 반대로 우울하다?

우울하고 싶은 마음이 뭐든지 다 우울하고 슬픈걸로 해석해 내는거임.

똑같은 일도 사람마다 다 반응이 다르잖아?

혹시 즐거운 일과 사랑했던 기억까지 다 가짜일까봐 걱정이라서 그러는 거면

그건 걱정 안해도 돼. 모든 행복했던 기억은 다 남아서 온전히 너의 것이야.

오히려 수행을 안 하면 그 모든 사랑했던 기억이 다 아무것도 아니게

되어버리고

수행을 해야 그 기억들이 찬란하고 아름답게 살아서 유지가 돼.

넌 지금 자유야.

수행 해서 자유가 되는 게 아니고 지금 자유야.

지금도 자유고 항상 늘 자유였어.

근데 왜 자유로 못 느껴? 자유롭지 않다고 믿고 있으니까.

그럼 힘들게 수행 할 필요가 뭐가 있나요? 한다면

항상 자유임을 믿고 살 수 있다면 힘들게 수행 안 해도 되지?

근데 그게 머리로만 믿어지는 게 아니라 온몸으로 믿어져야 하니까 수행하는거지

하지만 계속 마음을 돌이켜서 매순간 계속 믿어봐?

그럼 일부러 수행 안하고 늘 즐겁게 살면 되지.

힘들게 갈지, 쉽게 갈지 본인이 선택을 하는 거야. 자기 맘이니까.

저항감 올리면서 없는 고생 만들어가면서 갈지, 아니면 쉽게 갈지

요새 때가 되어서 에너지가 이렇게 강해서

안갈려고 해도 먹살잡고 하드캐리하는데 쉽게 가는 게 어때?

늘 말하는 거지만 남의 글 읽을 때는 그럴듯~~ 하겠지만

막상 자기 것이 되려면 자기가 곰곰이 생각을 해보고 인식을 해봐서

아! 그런거구나 정말 그러네? 하는 깨우침이 와야 자기것이 됨

그럼 다음에 또 만나요

## Chapter5. 애착, 특별한 관계, 용서실습

### 49.미쳐버린 무의식과 특별한 관계1

안녕 친구들

미쳐버린 마음과 특별한 관계에 대해 글을 몇편 써볼게

특별한 관계에 대해서는 별로 글을 안썼는데

일종의 성역이랄까.. 거부감이 많이 들것같아서 안썼었어

가족에 대해서는 카르마로 얽힌 걸 인정하지만

연애, 사랑에 대해서는 수행자도 많이 헛갈려하거든  
이 연애, 사랑에 대한걸 적나라하게 밝혀버리면 좀 싫어할 거 같기도 하고

ㅋㅋㅋ

무의식 속에서는 모든 게 뒤집혀 있어서 환상이 팍팍 깨지거든

암튼 이야기 시작해보자.

우리를 이 가짜우주에 정박해두는 고통에너지 덩어리는 두려움 덩어리인데  
상상할 수 없을 정도로 거대한 두려움에 미쳐버린 에너지가 무의식속에 있어  
미쳐버린 마음이 있다고 전에 쓴 글 기억나지?

기적수업에도 보면 미쳤다고 계속 그러잖아?

미쳐버려서 살기 위해 발악하며 뭐든지 움켜쥐려고 하는데

어느 정도 느낌이나면 물에 빠진 사람이 물먹고 가라앉으면서

살려고 허우적대는 거 얼마나 절박하고 황망해? 그 이상의 강도 상상하면  
될거같아.

물에 빠진 사람 옆에 갈 때 옷이나 줄같은걸 던져줘서 그걸 잡고 따라오게  
하거나,

아무 것도 없으면 맨손으로 들어갔다가 상대방이 날 허우적대서 잡으면  
내가 아무리 수영 잘해도 전문 구조 요원이 아니면 같이 죽을 수가 있다고  
가족이라도 참고 기다려서, 물먹고 기절한 후에 구조하라고 그런단말야?

이 미쳐버린 마음은 다른것도 같이 끌고 다같이 죽으려고 하는 마음인데  
일부러 그러는 것은 아니지만, 너무 고통스럽기 때문에 그렇게 되는거지

이 괴로운 마음을 너무 오래 외면해오면 억눌리고 억눌리다가  
어차피 이렇게 고통스러운데 남도 나만큼 고통스러우면 좋겠고  
남을 그렇게 만들어서 즐기려는 마음이 되지  
이런 마음도 모든 사람의 밑바닥에 있어

나중에 수행하다보면 나오는데

그 마음은 하하하하 이렇게 웃어. 드라마 같은데서 미친과학자라든가  
싸이코패스 보면

미친짓 하면서 양손에 피 묻히고 웃잖아? 그런 웃음을 정말 웃어.  
어차피 난 이렇게 되었으니 구제받을 수 없으니 너희들도 나처럼 되어라  
이 고통스런 세상 살면 뭐하냐 내가 죽여줄게 내가 너희를 구원해주마  
뭐 이런 느낌이랄까

모든 사람이 이런 마음을 무의식에 갖고 있기 때문에  
살면서 어려서부터 학대당했는데 아무도 애를 정서적으로 관심주는 사람이  
없고

이런게 세대를 연이어 내려와서 어려서부터 뇌구조마저 남들하고 다른데  
경제적으로든 정서적으로든 또 학대받고 방임되어 자랐다면  
커서 연쇄살인마 같은 게 되는거지

이런 미친마음은 막대해서 인지가 잘 안되고 보통사람은 그런 게 있는 줄도  
모르고 살아

인지된 후에도 굉장히 오랜 시간동안 닦아내야 하지 너무나 대단한 규모거든  
그리고 사람들은 이 미친마음의 생체로봇같은 거라서  
자신이 자기가 좋은대로 살고있다고 생각하지만 실제로는 그렇지 않고  
영적 자각이 있어서 깨어나서 그 상황을 볼 수 있기 전에는  
생각 하나 감정 한조각 모조리 이 마음에서 나오는거야

이거를 믿을수가 없을텐데 정말이야

말 그대로고 과장하는게 아니야

아무리 똑똑하고 멀쩡한 사람도 다 이 미친마음의 생체로봇이야.

영적 자각을 해서 이걸 알게 된 후에



팔 하나 다리 하나 움직이는 것 마저도 다시 내 인식으로 되찾아오는 기간이 있어.

내 몸과 내 생각과 내 감정의 주도권을 하나하나 찾아오는 시간들이 있어.

그래서 원래는 이런 글 안읽히는게 정상이거든?

내가 거듭 말하잖아 너네 내글 읽어주고 좋아해주고 댓글 달아주고 그런게 더 이상한거라고

어딘가 마음 한구석에서는 아 이거 진짜야 라는걸 아는 마음이 있는거지

그런 마음이 너무 깊이 있어서 안보고 산지 오래된 사람은 이런 거 보면

거부반응 보이는거고 욕하는거고

그런 진리를 알아보는 마음이 강하면 이 거짓 세상 사는게 괴로운거고 남들을 이해할 수 없는거고

남들 따라 해보면서 정상인 코스프레 하면서 살지만

자기가 이상한게 아니고 남들이 다 이상하다는 걸 알게 되기까진 늘 마음이 괴로운거지

하지만 이렇게 진리탐구를 하는 사람들 마저도 이제부터 쓸 글들에는 진정 저항감이 올라올텐데

어디 한번 도전해봐 ㅋㅋㅋ

기적수업 교과서 잘 안 읽히지? 저항감 때문에 어렵게 느껴지고 졸리고 그럴 수 있어

이제부터 무의식의 모양을 적나라하게 까발려볼테니 한번 가보자

이 미친마음이 누가 더 크고 작고 이런게 없어 무의식은 공유되는 거거든

근데 왜 사람마다 미친짓 하는 강도가 다르냐면

사람마다 감정체에 누적된 카르마의 형태가 다 다르고

(카르마가 뭔 형태가 있고 이러진 않아, 다만 살면서 가짜 몸으로 인식해온 방식이 있을거 아냐?)

그 방식으로 인해 패턴이 생기고 패턴대로 행동하게 되는거. 그 패턴이  
실체하지는 않아,  
인식하는 방식, 이게 카르마지. 그래서 카르마도 사실 실체하는 게 아니라서  
인식하는 방식을 깨부수면 카르마가 사라지는거야)

흔히 정신이라고 부르는 뭐 멘탈체? 라고 부르는 그런 마음의 활용능력이 다  
달라서 그래.

가정이나 국가나 사회의 철학이나 시스템에 따라 달라지기도 하지.

이런 두려움의 에너지가 맹금류의 발톱처럼 생겼다고 상상해봐  
이게 무언가를 움켜쥐는데 사실은 에너지만 있고 움켜쥐는것이 연기같은거야  
실체가 없지

그런데도 움켜쥐면 발톱이 자기 살을 뚫어 관통하겠지?

뭔가 다른 것을 움켜쥐고 있다고 상상하지만

있을 수 것은 나 뿐이라 결국 자기가 자기 몸을 움켜쥐어 스스로를 정박시키고  
있지

아파서 오그라든걸 풀고 싶은데 풀 수가 없어

무서워 죽겠는데 너무 무서워서 아무 생각이 안드니까

풀 수 있다는 생각이 안 떠올라, 계속 더 움켜쥐기만 하는거지

죽지 않으려고 절벽에 매달린 사람을 상상해봐

움켜쥔 거 놓으면 죽는 걸로 알고 있거든 당연히 죽어라 매달려야지

놓으면 그 밑엔 절벽이라서 떨어져 죽을거잖아

근데 막상 놓으면, 떨어지는데 바로 밑에 땅이 있었네?

죽을 줄 알았는데 안 죽네? 절벽이라 밑에 지옥이 기다리고 있을줄 알았는데

알고보니 2미터짜리 절벽이었어 ㅋㅋㅋ 폴짝 하고 땅에 닿았네

쓸데없는 고생 괜히 했네? 알았으면 개고생 안했을텐데

이 움켜쥔 걸 다 풀면 이 세상 (지구만이 아니라 가짜우주 전체) 에서 떠나게 되는거지

자기 스스로가 움켜쥐고 있는거라서 자기 스스로 풀어야 하는데  
움켜쥔 에너지를 보고 느끼기 전엔 이게 실감이 잘 안날거야.

특별히 마음의 고통을 느낄만한 트라우마가 없는 보통 사람이라도  
살면서 어디든지 마음을 두고 의지하려 하지. 가족도 있어야 하고  
정기관도 있어야되고 할일이나 목표도 있어야 하고 계획도 세워야지  
나의 사상, 생각, 취향, 애인도 있어야 하고 남들 다 가진 집이나 차도  
있어야겠고

이것도 믿어보고 저것도 믿어보고 근데 아니고 저것도 아니면 어떡하냐  
믿을 만한게 없고 마음 둘데가 없잖아? 그럼 공허하고 사람에 따라서는  
미칠거 같은 느낌이지

가족도 애인도 그닥 믿을만한 게 없어? 그럼 주식 차트라도 보든가  
술이라도 먹든가 도박 약물 음식에라도 빠지든가  
정치인 욕이라도 하든가 지식탐구라도 하든가 어떤 종교의 독실한 신자가  
되든가  
하여간 뭔가 마음을 정박시킬데가 있어야 하지  
뭐든 붙들고 있지 않으면 마음이 불안해서 안되거든  
이걸 삶의 의미라고 하고 살아가는 이유라고 하고 그러지

원래 있는 건 나뿐이지만 여긴 이원성의 세상이니까 나와 남을 구분해서  
이야기해보면  
입자라는 게 여러개가 결합해서 묶여 있는 거잖아?  
별들도 보면 위성 여러개랑 행성이 한 묶음이고  
태양계도 한 묶음이고 그게 또 은하에 묶여있고 은하도 성단에 묶여있고

그것처럼 우리들도 여러개가 결합해서 같이 태어나서 드라마 쓰는 걸로 보이는데  
분리의 세상이라 계속 분열되고 개별영혼을 구성하는 에너지도 분열되는 걸  
영매들은 영혼 가족이니 하는 말로 표현하지

원래 다 하나지만 분리의 세상이니 여러개로 분리되어 한 세트로 다녀  
포도송이처럼  
나를 움켜쥐면 너무 아프니까 비슷한 사람 만들어 그사람을 움켜쥐네  
저쪽은 가만있겠냐? 저쪽도 나를 움켜쥐고 서로 서로 움켜쥐는거지  
서로가 발톱을 서로에게 박고있네, 세상에선 이걸 애증이라고 하지  
에너지로 움켜쥐고있으니 몸 껍데기 죽어 없어져도 서로 먹살잡고 움켜쥔채  
다시 태어나지  
그게 가족이고 연인이고 원수고 전생인연이고 카르마지  
소울메이트라는 등 트윈플레임이라는 등 멋진 말로 포장도 하지

아 아 아파, 그만 썩게 쥐어, 너무 아파 피나잖아?  
너 때문에 내가 이렇게 아픈거야  
이거봐 너때문에 이렇게 내가 다쳤잖아 너때문이야  
아니 뭐하는 짓이야 지금? 놓으려고? 안돼 놓지마 놓지말라고!  
안돼 무섭단말이야, 혼자 되는 건 너무 무섭다고  
놓지 말고 더 썩게 움켜쥐어  
그래 그래 차라리 이게 낫다. 무서운 것보단 아픈게 낫지  
너 없이는 못살아 너 없으면 무서워서 안돼  
역시 너밖에 없어, 날 떠나면 안돼, 날 버리지 마  
너도 내가 없으면 넌 안되지? 이렇게 널 썩게 꼭 잡아주잖아  
계속 날 필요로 해줘, 그래야 내가 존재할 가치가 있지  
네가 아니면 난 아무것도 아니야, 날 꼭 잡아줘  
뭐? 아프다고? 좀 아픈 건 어쩔 수 없는거야 원래 그런거야 참아  
널 위해 이러고 있는 거 너도 알잖아? 나도 널 아프게 하고 싶진 않아

너도 날 아프게 하고 있지만 내가 널 위해 이렇게 잘 참고 있잖아?  
우린 영원히 이렇게 하나야, 전생에도 후생에도 영원히 이렇게 하나야  
이 얼마나 아름다운 인연인가? 우린 운명이야 천생연분이지  
우린 서로를 성장시켜 주려고 이렇게 아프게 하는거야, 참 아름답지?  
이렇게 배워가면서 진화하는거지  
이번생엔 니가 날 등뒤에서 찔렀지?  
담엔 내가 너의 뒷통수를 때려줄게  
뒷통수 맞고 많이 성장하게 될거야 나도 등뒤에서 찔려서 많이 성장했거든

.....

떡이나 아름답네 너무 찬란해서 눈물이 날 거 같다  
아 잠만 눈물좀 닦고...

세상을 움켜쥔 이런저런 집착 중에 제일 잘 안놓아지는 게  
기적수업에서 말하는 ‘특별한 관계’야.  
가족, 애인 외에도 인생에 얽힌 원수라든가 뭐 하여간 중요한 사람  
본인에게 의미가 있는 사람 그런걸 특별한 관계 라고 지칭해.  
포도송이처럼 다 한 팀이라서 그중에 누구 하나가 이탈하려고 하면  
더 세게 붙들거든  
가족이나 날 아끼는 사람들이 도리어 수행을 방해하고  
수행하고 있으면 빈정거리거나 악감정을 드러내는 경우가 있어  
자기들도 자기들이 왜 그러는지 몰라 ㅋㅋㅋ 그냥 이런저런 이유를  
갖다붙이지  
서로 영원히 움켜쥐기로 약속을 했는데 놓으려고 하니  
처음에는 저항이 있는거지

## 50.미쳐버린 무의식과 특별한 관계2

오늘은 가짜 세상 속 사랑과 성에 대해 글을 쓸건데  
내용이 일반적이지 않으니  
내 글 기준에 봐온 사람만 봤으면 하고  
그중에서도  
연애와 사랑과 성에 환상을 깨기 싫은 사람은 제발 읽지마.

난 분명히 말했다?  
나갈사람 빨리 나가  
괜히 읽고나서 욕하지 말고  
욕하는 건 괜찮은데 엄한 사람이 읽었다가  
앞뒤 문맥도 모르면서 이상한 가치관이 주입되면 안된다고.  
너의 멘탈은 소중한니까

.....

난 분명히 경고했다  
오늘 글은 내 글 중에 제일 깨는 글일거다

그럼 시작  
성과 연애와 사랑은  
워낙 중요한 주제라 해당 주제에 몇편이 나올거같음

이성에게 (뭐.. 사람에 따라서는 동성에게)  
사랑에 빠지는 거 있잖아?  
두근두근하고, 운명같고, 황홀하고, 너무나 행복한거  
평생에 한두번밖에 없는 그런 감정 말이야  
또 그런 사랑 말고도 모든 연애감정은  
저번 글에서 말한 그 미친마음이 일으키는 감정이야.

가만 생각해보면 당연한 소리지?

미친 마음의 생체로봇이니, 이 로봇이 느끼는 로맨스도  
당연히 미친 생각에 기반을 두고 있음.

미친 마음은 신성모독을 좋아하지.  
좋아한다기보단 미친 마음은 신성모독 그 자체야.  
그리고  
이 마음에게 섹스는 궁극적인 신성모독 행위야.

물론 신은 신성모독 따위를 알지 못하는 존재이니  
이 미친 마음이 혼자 신성모독이랍시고 뭘 짓을 저질러 봤자  
신에게는 다 귀여운 짓으로 보일 뿐이지.  
이거 다 꿈꾸고 있는거 잊지마.

하지만 어쨌든 이 미친 마음은 진지해.  
자기가 진짜로 크나큰 잘못을 저질렀다고 믿고 있기에  
혼자 만든 세상속에서 고통을 느껴서  
신에게 정말로 버림받은것이 확실해질수록  
신으로부터의 처벌은 덜어지거나 미뤄진다고 믿기 때문에  
이 미친 마음은 고통을 구원으로, 쾌락으로 인식하게 되었지.

이 개념은 내 글 봐온 사람들은 알고 있을거야.  
이 개념만 깨우쳐도 인생에서 스스로를 피해자로 만드는 일들을 덜 하게  
되어서  
삶이 여러가지로 좋아져.

그러다 그 미친 마음이  
이 신성모독을 함께 할 수 있는 이상적인 대상을 찾으면  
그 마음은 그 관계 안에서 구원을 인지해.  
상대방을, 이 무서운 세상에서 자신을 구해준 사람이라고 인지하지.

이제 혼자서 신의 처벌을 피하지 않고 함께 더 효율적으로 더 잘 피할 수 있는거야.

함께이면 무엇도 두렵지 않아. 신의 처벌을 피할 수 있거든.

성적 쾌락에는 이러한 해방감과 신을 배신한다는 짜릿함이 있어.

그래서 개별 마음이 신을, 처벌하는 무서운 신으로 여기는 착각으로 더 많이 기울어 있을수록

그 사람은 인생에서 성을 즐길 수 없고 성적 수치심이 있어서 불감증이라든가 성도착 등 다양한 성적인 문제에 시달리게 되지. 성행위를 하려고 하면 자동적으로 죄책감이 올라오는 거야.

섹스는 단순히 성관계 자체만 말하는 게 아니라 음과 양의 에너지 교류를 뜻해.

섹스는 물론 그 에너지 교류의 최고봉이지.

이 최고봉의 신성모독을 통해 짜잔~ 또다른 몸이 태어나고 그렇게 자신이 만든 가짜세상이 계속돼.

가짜 우주를 만들어낸 가짜 신인 나는

설령 스스로를 조각 조각 내서 가짜 정체를 까먹었어도

섹스를 통해 몸을 만들어 그안에 (가짜) 생명을 불어넣을 수 있으니

이 가짜 세상의 정체잃음 속에서도 (가짜) 신의 노릇을 계속하게 되지.

자신이 (가짜) 신인 것을 잊었지만 그 정체성을 출산을 통해 지속하게 되는거야.

신을 버렸다는 죄책감을 인정하기 싫으니 신을 자기를 버린 나쁜놈 만들고 자기자신이 우주를 만들어 신 노릇을 해놓고

진짜 신에게 들키지 않으려고

그 우주를 조각 조각 내서 그 안에 숨은거지.

이 우주 속에서



신성모독을 더 심하게 할수록 진짜 신에게 처벌을 받지 않을 거라고 믿고  
진짜 신을 아주 무섭고 잔인한 존재로 착각한 우리는  
고통받을 수록 더 안심되기 때문에  
이 세상에 별 희한하게 이상하게 고통받는 모습들이 많은거야.

성적 쾌락과 고통과 신성모독이 같은 것임을 보려면 꽤 깊이 들어가야 하는데  
성욕을 웬만큼 많이 청산해야 볼 수가 있어.  
어떤 에너지가 양이 많으면 인지가 아예 안되고  
많이 줄이면 원지 좀 알게 되고  
거의 줄여서 막바지에 이르러야 실체가 보이거든.

성적 욕망이라는 마음을 끌어내서 있는 그대로 보게 되면  
그 마음은 성적 쾌락을 추구하는데  
실은 그 마음 자체가 고통 그 자체이고  
쾌락을 추구하는 걸 멈출 수 없어서 고통스러워하면서 계속 성행위를 하고  
있어.  
그 마음에겐 성행위가 쾌락이 아니야. 고통이야.  
고통스럽고 그만두고 싶은데 괴로워하며 울면서 계속하고 있어.  
그걸 그만두면 무시무시한 처벌이 기다리거든.

미친 소리 같지? ㅎㅎㅎ  
구체적으로 어떻게 성적 행위 안에 신성모독이 있다는 건지  
이건 나중에 또 쓸게.  
너무 한꺼번에 다 알려주면 거부감이 심하게 들잖아.

오늘 이야기는 좀 골때리니 여기서 끊어보자  
그럼 다음에 또 만나요

## 51.미쳐버린 무의식과 특별한 관계3

미친마음과 성과의 연관성에 대해 이야기하고 있었지? 지난 글에서 중요한 포인트를 짚어보자

1. 성적 사랑과 연애감정은 미친마음이 올리는 것이다.
2. 고통의 파동이 쾌락을 갈구하고 있으며 고통과 쾌락은 같은 파동의 양 끝이다.
3. 사람은 이 파동의 꼭두각시이며 성욕도 이 파동이 올리는 것이다.

이번 글은 이런저런 성에 대해 궁금할법한 이야기를 가볍게 해볼게

미친마음이 연애한다니 미친마음이 없으면 연애도 안하나요 할텐데... 그 미친 마음을 웬만큼 닦아내면 사람이 연애대상으로 보이는 일이 없어.

그러니까.. 어떻게 해보고 싶어서 설레거나 성욕이 올라오는 이런일이 없어. 아름답고 예쁘다고 감탄, 찬탄은 얼마든지 할 수 있지. 마음에서 상대방에게 실례가 될만한 지저분한 욕구가 안올라온다는 뜻임 겉과 속이 동일한 사람이 되어가는 거지

속으로 그런 생각이 올라와도 겉으로는 표현 안하니까 문제 없는줄 알지만 마음차원에서는 그런 마음이 올라오는 거 자체가 실례임 상대방의 의사와 상관없이 성적욕구가 올라오는게 실례라는 소리임 서로에게 마음을 열고 성적행동을 하려고 마음먹었을 때 필요에 의해 성욕이 올라오는 게 정상임

필요도 없는데 제멋대로 올라온다 이거는 작동이 잘못되고 있는거지 ㅋㅋㅋ 마음은 모두 공유되는거야, 머리로 인지를 못할 뿐이지 마음은 상대가 무슨 마음 먹고 있는지 전부 다 알고있음 자기도 모르게 이상한 마음 올라오면 그 즉시 양심의 가책이 따라오잖아? 지저분하지 않고 다른식이기를 바래서 바른 마음이 올리는거임.

양심이 곧바로 내면의 목소리임. 양심은 바른 마음이 그 지저분한 마음 보고 이거 내꺼 아닌데 너 왜 올라와? 하는 목소리임. 양심이 살아있는 사람일수록 영성과의 연결이 살아있다고 볼수 있는거지.

대신 이 지저분한 세상에서 너무 양심적이면 마음이 늘상 괴로워서 현실에는 적응을 잘 못하게 될 수 있지.

그래서 양심을 죽일 것이 아니라, 죄책감을 지워야 함. 사람들은 양심과 죄책감을 좀 혼동하는 거 같음. 둘이 엄연히 다른거임. 왜 혼동하냐면 죄책감이 올라올 때 바른 마음 즉 양심이 거의 항상 이거(죄책감) 내꺼 아니다! 하고, 이거 봐! 이런거 있어! 재 좀 보래요! 어떻게 좀 해봐! 하고 고자질 해주기 때문임.

그런 일이 너무 자주 일어나니까, 사람들은 어느새 양심=죄책감 인줄 알게 되어 버렸음 그렇게 둘다 싸잡아 묶어 버리면 죄책감 안느끼고 싶으니까 양심도 같이 안느껴버릴 수 있거든

이 양심을 행동으로 옮기면 정의로움이 되는거지. 이 세상에서 벗어나려면 궁극적으로 모든 욕구에서 벗어나야 할지는 모르지만 세상을 사는 우리가 먼저 해야 할 일은 양심과 정의를 회복 하는 거겠지 양심과 정의도 회복 안되었는데 세상에 집착을 떼서 벗어날 수 있을 리 없잖아 애초에 이기적이고 집착을 일으키는 마음이 양심을 억누르고 부정의한 사회를 만드는 거니까.

물론 세상이 이모양이니 세상을 바르게 만들기 전엔 세상을 벗어날 수 없다 이런건 또 세상에 집착하는 거지 자연스레 양심과 정의가 살아나는 게 수행하며 일어나는 자연적인 현상이다 이런말이야.

이런 저런 파동이나 이상한 마음 등등이 없으면 사람들이 어떻게 보이냐면 정확히는 사람들이 하나 하나가 내가 만들어낸 예쁜 아가들처럼 보여. 가짜 마음이 만든 세상이지만, 아름다운 마음이 그 세상을 보고 있기에 모든 게 아름다워 보이는 거지.

못생긴 정치인이 얼굴 벌개져서 소리 지르고 있으면 심통난 어린애가 볼 뽕뽕해져서 소리치는 걸로 귀여워 보여. 예쁜 연예인이 섹시한 옷 입고 춤춰도 오구오구 예쁘다 귀엽다 잘한다 이런 느낌이야. 선정적인 옷 입고 섹시한 춤춰도 멋지네 섹시하네 건강해보여서 보기좋다 이런느낌이야 섹시하지만 그게 성적충동으로 오지 않고, 자연적인 건강한 아름다움으로 보이는거

욕구해소 후 현자타임 오면 야한 거 봐도 성적인 생각 안들고 평화롭게만 보이잖아? 그거랑 같은거야 ㅋㅋㅋ 별거 아니지? ㅋㅋ 늘 현자타임인 마음으로 살게되는거지 ㅋㅋㅋ 밝고 환한 느낌만 들고 성 충동이나 소유욕 같은 건 안드는 거 아가들 보면서 이성보듯이 응큼한 생각 품는 사람 없잖아? 그런거랑 같아.

근데 이런 저런 글 보다보면 자위하는 걸 안좋은 걸로 아는 사람이 아직도 왜 이렇게 많아?

남자고 여자고 하고 싶으면 해. 성욕이 뇌파에 섞여서 흥미한데 빨리 풀고 제정신으로 할일 하는게 낫지. 왜 죄책감 가져? 몸은 성욕이랑 한 세트지 당연히. 남에게 피해 주는 것도 아닌데 왜 거리껴?

혼자 별짓 다 해봐. 자기 몸 데리고 좀 놀아보라고. 그래야 파트너하고도 만족스럽게 잘 하지. 몸은 자동차 같은거야. 차 사면 풀악셀도 밟아보고 여러가지로 갖고 놀아 보잖아? 몸도 자기가 좋은대로 갖고 놀면 돼. 안전하고 건전하게 갖고 놀면 아무 문제 없지.

## 그담에 연애감정

연애를 하고 싶은 감정도 안올라와. 외로움이 안올라오거든, 혼자 오랫동안 별거 안하고 있어도 그냥 재밌어. 외롭지가 않아.

외로움이란 성욕이란 강 한 세트라고 보면 될거같아 ㅋㅋ 둘이 되게 비슷해  
외로움이란 성욕이란 둘다 깊이 들어가면 다루기가 좀 힘들고 몇년이나 걸려.  
양파 까는데 안에 얼룩이 까도 까도 계속 나오는 기분이라서 ㅋㅋ

사실 모든 감정은 원 파동 하나에서 올라오는 거니까 다 같은거라고 봐야겠지.  
연애 감정 없으면 심심할 거 같지? 뭔가 비인간적일 거 같고? 반대야. 되게  
좋아. 자유로워. 연애감정이 괴로운 감정이거든.

그래서 그 사람 신경 쓰이고 내가 하고 싶은대로 잘 못하게 만들거든?  
싱숭생숭 하고 신경쓰이지. 내가 원치 않는데 좋아하는 감정이 어느 새 생겨  
있잖아?

이거 좀 웃기는 거거든? 어느 새 누군가가 좋아져 있다? 아니 왜? 내가 허락  
안했는데? 왜 내가 누군가를 좋아해야 하는데? 내가 그 사람 검증도 안했고  
나랑 잘 맞을지 어떨지 이성적으로 아직 살펴보지도 않았는데 그 사람 보면  
설레이고 어떻게 해보고 싶은 그런 감정이 왜 생겨 있는데? 내가 감정의  
주인이야 노예야? 왜 그 감정이 하라는 대로 해야 하는데?

자기 마음은 자기꺼이기 때문에 내가 어떤 사람 봐서 아 이사람 괜찮다. 나랑  
잘 맞는다. 내 애인이나 배우자 했으면 좋겠다. 하고 마음 먹으면 그때부터  
연애감정이 생기고 연애하게 되는 게 정상이야. 헤어질 때도 애착 없이 좋은  
기분 좋은 기억만 남고 감정은 사라지는 게 정상이야.

자기 감정은 자기꺼니까 자기가 쓰고 싶은 만큼 쓰고 싶은 방식으로 쓰는거지.  
꽉 차 있는 파동을 비우면 빈 공간이 생겨. 그 빈 공간 만큼은 자신이 파동을  
내서 쓸 수 있어.

그담에 성욕 얘기 해보면 야동 봐도 성욕이 안올라와. 내가 성욕 느끼고 싶다  
해야 성욕 느껴짐 안그러면 그냥 응 불가불가하고 있구나.. 열심히 하네 이런  
느낌임

아 난 원래 성적으로 담백한 사람이 아니었음 건강하고 혈기넘치고 성격  
불같고 성욕 왕성하고 성적으로도 적극적인 사람이었음

성격유형 intp 라고 했지만 그건 대학생때고 몇년전엔 entj 로 나왔음 말수만  
좀 적지 주도적이고 불같은 성격임 성질 드럽고 근데 또 즉흥적이고  
귀차니스트라서 내 mbti 뭔지 잘 모르겠음 난 좀 인격이 여러개 있는  
기분으로 살아왔음 나같은 사람 없나?

이 인간 다루기가 좀 힘들었음 데리고 살기 가끔 피곤함 그래도 언젠간  
만렙찍고싶음. 죽기전엔 되겠지

근데 성욕 안 올라오는 거, 수행 딱히 한거도 아닌데 나는 원래 그런데요?  
원래 성욕없고 아무느낌 없어요 하는 사람은 연애고 성욕이고 보기 싫어서  
뭉쳐서 창고같은데 넣고 문 걸어 잠궈버린거임

자기가 없다~ 없는거다 하고 안 보면 안보임. 안보고 있으니까 당연히 안보임  
그거 다 꺼내서 다 본 다음에 하나하나 정리해서 편해진 마음을 말하는거임  
가는 도중에 성욕과 관계된 파동 엄청나게 많이 닦아내야 돼

강 십년쯤 걸린다고 보면 될거같아 ㅋㅋㅋㅋ 초반에 많이 올라오고..  
연애감정도 없고 성욕도 없으면 뭘 재미로 살아?? 할텐데 연애나 섹스를  
하려고 한다면 할 수 있어. 못하는게 아님 자기가 지나온 길 다시 돌아갈 수  
있잖아? 길도 훤히 알고?

몸을 지배하는 의식을 조금 다른차원으로 전환시키는 느낌이랄까 상대방을  
보고 성욕이 올라와서 성행위가 가능해지도록 하는 거지 집중력이 좋으니까  
몰입하고 생생하게 잘 느낄 수 있고 성적 수치심도 없으니까 부끄러움 없이  
자유롭게 즐길 수 있고 만족도도 높음

도가 되는 거를, 생활하고 완전 저 ~ 멀리 떨어뜨려 생각들 하는데 하도  
도판이 개판이 된지 오래되서 생겨난 오해임 그 반대임 도가 될수록 자기 인생  
자기 좋은대로 잘 살게 되는거야. 마음의 괴로움 없이.

이럴까 저럴까 갈팡질팡 하는 마음이 이래도 답이요 저래도 답인 평화로운  
마음이 되는거임.

남들에게 도움 주면서 활발히 사회생활 하면서 멋지게 살기도 좋지만  
게으르고 나태하게 뒹굴거리면서 뭐 아무것도 안하고 빈둥거리려도 죄의식이나  
자기혐오나 거리낌같은 거 안올라와. 내 마음이거든



내 마음 내꺼니까 내 마음에 안드는 마음은 안올라오는거지, 마음의 자유가 있지 어쩌다 올라와도 기혈이 다 열려있으니 이거 내꺼 아닌데? 하면 그 마음은 바로 쫓겨남 후반부로 갈수록 그 파동이 들러붙어 있는게 찢득해서 인식만으로는 잘 안나가긴 함 집중력을 고도로 사용해서 집중수행을 해야함

하나도 빠짐없이 다 없어지면 어떻게 살게 될까 좀 궁금함 그럼 아마 여기 글썽이유도 없겠지 세상이 그냥 완벽할거아냐 뭘 알려주고 싶은 생각자체가 안들거 같음

암튼.. 자유로워지려고 수행했으니 자유롭게 뭐든 할 수 있어야지 돈도 벌고 싶으면 벌고 연애도 하고 싶으면 하고 뭐든지 다 가짚는데 뭐든 활용할 수 있지 않겠어?

장난감 갖고 노는데 별 재미를 못느껴서 덜 갖고놀게 될뿐 뭘 갖고 놀든 내 의사와 반해서 고통을 겪는 일은 없어지는거지

그럼 평소에 자위도 안하나요 궁금할텐데 하고 싶으면 하지 왜 못하겠어? 긴장감 풀고 싶으면 하는거지 근데 재미를 느끼거나 긴장을 풀고 싶어서 하는거지 내 의사와 반해서 성욕이 올라와서 풀어야 하거나 성욕땀에 괴로운 일은 없는거지

성욕이 올라오지 않으니 거의 잊고 지내긴 해 초반에 그런게 좀 익숙치 않을때는 좀 이게 뭔가 했음 아무도 그런말 안해줬으니 ㅋㅋ 나 아직 젊은데 이렇게 성욕이 사라져버리는게 정상인가? 남들도 그런가? 이런게 좀 궁금했었음... 어디 물어볼데도 없고 ㅋㅋ

일부러 한번씩 야동 틀어보고 성욕 안올라오니까 좀 이상하게 느껴지고  
그랬고 불감증같은 거 된 건 아니겠지? 하고 자기위로 해보고 그랬음  
ㅋㅋㅋㅋ 많이 지나오고 나서야 이치를 좀 알겠는거지, 성욕이 살기이고  
에너지이고 그게 없어지는만큼 성욕도 사라진다는걸...

성욕을 없애는 수행은 어떻게 하나요 할텐데 그냥 내가 알려주는 감정 버리기  
일반적인 수행을 하면 성욕은 차차 적어짐

그러다 유난히 성욕으로 올라오는 때가 있음 1차크라에서 에너지가 걸려있는  
경우지 가장 빨리 해결하는 방법은? 성관계 하는 상상을 해, 최대한  
환상적으로 ㅋㅋ 휩쓸리지 않을 자신 있으면 야동을 봐 ㅋㅋ 두려움 없애고  
싶을 때 일부러 무서운 영화 보는거랑 동일함

상상하거나 야동보면서 거기에 빠지지 말고 신체변화와 감정을 느껴 차크라  
열려 있으면 그걸 에너지로 빼내고, 그런 신체변화와 감정이 모두 존재하지도  
않는 그림에 들러붙은 감정이고, 진짜가 아님을 자꾸 인지하려고 애써

분노했을 때 화내면서 에너지의 규모를 파악해보고 분노에너지 내보내면서  
가짜임을 인지하고 슬플 때 슬퍼하면서 규모를 파악하고 슬픔에너지  
내보내면서 가짜임을 인지하려고 애쓰고 성욕도 똑같은 성욕 느끼면서  
가짜임을 인지하며 내보내면 됨

근데 다른 감정보다 성욕에는 더 많이 휩쓸릴거임 ㅋㅋㅋㅋ 수행한다고  
상상하는데 어느새 즐기고 있고 그럴거임 ㅋㅋㅋ 자연스러운거임 성욕이  
굉장히 힘이 세다니까 ㅋㅋ우리 몸이 다 성욕의 결정체로 태어난거잖나 그걸  
거스르려니 쉽겠냐

이런식으로 하다가 못참겠으면 자위해도 되나요? 할텐데 아 하고 싶으면 하는거지? 안될 건 뭐야? 못참겠고 집중이 안되면 하는거지 나중에 또 수행하면 되지 그런다고 뭐 불이익 있고 그런게 아님 이왕 할거면 하면서 생각과 감정이 어떤 매커니즘으로 움직이는지 잘 보면서 하는거지 ㅋㅋ

차크라 백회까지 열리는건 일단 한번에 열리면서 길이 터지는 거고 그담부터 계속 차크라 하나하나 돌아가면서 더 열리는데 초반에 1차크라 집중적으로 열릴때 엄청 성욕 올라와 뭉쳐있던 에너지가 풀려 나가면서 성욕이라든가 성과 관련된 부분들을 건드리고 나가는거지

이때 참말로 대단하거든 별 변태같은 욕구 다올라옴 겪어보면 다시는 온갖 성도착자들 욕 못하게 될거임 ㅋㅋㅋ 무의식 속에 모든 욕구가 다 있다고 보면 됨 너무 썬 에너지이기 때문에 풀어줘야 되는데 운동만으로 다 못푸니까 그걸 마냥 다 참으면서 수행하려고 억누르는 건 좀 바보짓이지? 정신 못차리고 해롱거릴 바엔 빨리 해결해서 현자타임을 갖도록 해. ㅋㅋㅋ

사실상 이렇게 하지 않으면 그걸 풀수가 없어 거부하지 말고 다 받아들이는 거...그 과정에서 허탈하거나 죄책감이 올라오면 그것도 다 거부하지 말고 있음을 인정하여 놓아주는거지 여자들 성욕 안올라올거 같지? 차크라 열리면 좀 곤혹스러울거야 ㅋㅋ

여자들은 평소에 성욕 남자보다 덜 풀고 살거든 몸이라는 게 유전된 거고 조상들의 삶이 누적된 거잖아? 조상 대대로 억눌린 게 많아서 엄청 올라올거야 그럼 이렇게 성욕 청산하는 시기에 섹스 해도 되나요? 할텐데

아 하고 싶으면 하는거지? 안될 건 뭐야? 결혼해서 배우자 있으면 섹스하면  
건전하게 해결하고 좋지

근데 성욕 올라와서 정신 못차리고 밖을 헤매면서 상대방 찾아 헤매면 바보짓  
하는거임 내면을 봐야 청산이 되는데 해결책을 찾아 밖을 헤매는거잖아  
엄하게 이상한 인연 얹혀서 고생하다 수행도 안되고 그럼

경험담임 ㅋㅋ 온갖 빨짓 다해봤음 어떻게 그러고도 계속 하긴 했냐 싶을  
정도로 ㅋㅋ 나도 내가 온갖 빨짓 다하면서 꾸준히 계속 한 게 신기함 사실  
안할 수가 없게됨 이거 수행이 좀 무서운게 신의식에는 그 자체의 동력이  
있어서 백회 열고 신의식 들어선 후엔 내가 뭘 빨짓을 해도 그게 전부다  
수행하는 길로 간다. 아주 웃겨.

에고가 적어질수록 더 날뛰거든? 살려고 발악하고 별 짓을 다 한단 말야 그걸  
전부 다 갖다가 수행하는 재료로 씬 내가 의식적으로 안해도 그냥 그렇게 됨  
기존에 내가 알던 개별 나 라는 존재는 그냥 수행 당하는 존재일 뿐이라는 걸  
어느 순간엔가 깨닫게 됨

아직 파동이 남아있으니 나도 궁금한 점들이 더러 있음 여기 분들이 빨리  
수행을 해서 나한테 좀 알려줬으면 좋겠음 내가 겪은 일들이 나름 스탠더드한  
프로토콜을 거쳐온거긴 한데 수행터에서 알았던 사람은 완전 옛날 일이라서  
주변에 비슷한 사람 없어 어디 물어볼 데 없어 궁금한 것들도 있거든

아.. 참 혹시, 동성애자이거나 트랜스젠더이면 무슨 영혼이나 에너지가  
문제가 있거나 뭐가 어떤 원리가 있어서 그런게아냐. 에고가 온갖 방법으로

의문을 올리며 그 세상에 집착하게 만드는데 그것도 그중 하나일 뿐이야. 남과 다르니 머릿속에 얼마나 고민이 많겠어?

행복하지 않고 죄책감 느끼며 사는 에고의 술책이 하염없이 많은데 그 중 하나인 거고 그거 이유를 알아내려는 거 자체가 속는거야. 그 시간도 아까우니 그냥 행복하게 살아. 남에게 피해 주는 것도 아닌데 뭘 거리껴.

진짜 너는 여자도 아니고 남자도 아니고 동성애자도 아니고 이성애자도 아니고 트랜스젠더도 아니고 아예 그냥 사람이 아니라고. 뭐든 자기가 좋은 대로 살면 돼. 트랜스젠더도 수술하고 싶으면 수술하고 아무 문제 없어.

수행해서 이런 거 뭐 이성애자나 트랜스젠더 아니게 바꿀 수 있나요? 그건 자기 맘이지? 바꾸고 싶으면 바꾸는 거고 안 바꾸고 싶으면 안 바꾸는 거

만일 자기가 동성애자인데 나는 내가 살펴보니까 내면에 이성애에 대한 두려움이 있어서 그렇게 된 거 같다 하면 일단 이성애에 대한 두려움을 제거를 해 그러고 성적 성향이 바뀌는지 봐봐 바뀌는 경우도 있고 그게 아닌 경우도 있겠지.

이 가짜 세상 안에서 이렇다 할 답이 딱 있을거라고 꿈도 꾸지 마 답이 없는 게 이 세상의 목적이야. ㅋㅋㅋ 이 세상 = 답 없음. 공식이야 외우세요 ㅋㅋ

아까도 말했듯 다 에고의 술책이고 넌 무얼 하든 몸에 연연하지 않을 자유가 있기에 자기가 살고 싶고 하고 싶은 대로 죄책감 없이 즐겁게 살면 돼.

이 가짜 세상에서 뭐가 되어 있는 데 이유 같은 거 없어. 자기가 가진 재능도 성격도 다 아무 이유 없어. 그냥 원래 그런거야.

아무것도 정체성으로 고정해서 집착하지 말고 주어진 것에 최대한 감사할 것을 찾으며 하루하루 행복하고 즐겁게 살아.

문제는 항상 문제라고 착각하는 그놈이 문제임 오키?

아 그러면 도둑질하고 사기치고 살아도 되냐 그건 걱정마. 수행하면 남에게 피해 끼치는 거 안 하게 된다. 양심이 아주 밝아지거든 글이 좀 길었네 하지만 성에 대한 이야기 한참 더 해야 될 거 같으다

그럼 오늘도 피이쓰

## 52.가정폭력, 때리고 맞는 관계

안녕 친구들

얼마전 글에서 '아무 문제 없다' 하라고 했잖아?

사실 수행은 처음부터 끝까지 이거 하나만 갖고 해도 되지. 너무 중요한거고 근데 이게 될 때가 있고 잘 안 될 때도 있을 거야. 작은 거면 좀 집착이 놓아질 텐데

자기 인생의 핵심 카르마이면 복잡한 마음만 더 올라오고 잘 안되고 믿어지지 않기도 해.

마음 속 세계를 아직 볼 수가 없어서 눈에 보이는 것만 보이고 그거만 진짜같잖아.

감정 에너지를 풀어서 버려야 좀 덜 진짜 같으니 방법을 잘 모르겠는 사람은 작성글 눌러서 실전편 참고해봐.

오늘은 때리고 맞는 관계에 대해 이야기 해볼거야.

문제가 있는 집단이나 조직, 가정에서는 폭군이 있고

그에 동조하는 동조자도 있고 희생양도 있기 마련인데 나는 가정 내 희생양 역이었어

일단 처음에 그걸 감정기억 청산을 시작할 때 뭐 그냥 감정 버리라고 하니까 마음으로 그 때로 돌아가서 가족들이 나한테 욕박지르거나 얻어맞았던 상황들을 떠올려서 마음속으로 재연을 해봤어

충격적인 기억들은 떠올리면 몸이 움찔 움찔 놀라고 어깨가 움츠러들고 식은땀나고 숨이 잘 안 쉬어 지더라고

몸이 앓은채로 펄쩍 뛰기도 하고 뒤틀리기도 하고 그러니까 한동안 누워서 했어 다칠까봐

맞은 기억을 떠올려 맞는 느낌의 파동을 끌어내서 몸에서 느끼면서 그게 뭔지 정체를 밝혀보면

그게 누굴 욕박지르고 겁박하고 때릴때의 포악한 기운하고 똑같은 거더라고?

그 분노한 기운이 비록 약한 아이의 몸 속에 있지만

너도 나처럼 비열한 인간이니까 너도 나랑 똑같은 인간으로 만들어버리겠다  
날 때려! 날 때려! 자 빨리 날 때려! 내가 하라는 대로 해! 빨리 때려!

때리고 싶지? 화나지? 너도 나랑 똑같아 지는 거야! 날 때려야 내 편이니까  
넌 나를 때려야 해! 안 그러면 넌 내 편이 아니야! 이렇게 외치고 있더라고.

무의식 세계란 알면 알 수록 변태들 집합소같은 곳이라네 ㅋㅋㅋ  
머리로 아는 거하고 완전 반대로 거꾸로 뒤집혀 있어.  
신체적 폭력 뿐 아니라 언어적, 성적 폭력, 미묘한 학대 등 모든 종류의 폭력이  
다 이런 식이야.

당연히 맞는 아이로서의 당시의 내 마음 표면에서 느껴지는 마음은  
맞으니 너무너무 무섭다고만 느꼈었지. 몸이 굳어서 움직여지지도  
않을 정도로 무서운거  
근데 두려움과 분노는 같은거, 동전의 양면이라고 했잖아? 두려움만 느껴지고  
분노는 숨기는 거지.  
그게 발각되면 둘 다를 보게 되고 온전한 파동이 드러나는거잖아? 들키니까  
영향력이 없어지는거.

맞으면서 두려움을 강하게 느껴서 몸이 굳어버리면 상대방은 더 눈이  
뒤집혀서 때리더라고  
그게 당시에 맞으면서도 이치가 왜 그런지 궁금했는데 ㅋㅋㅋㅋ  
나중에 수행하다 보니까 상대를 도발하는 그 파동이 더 세질수록 나는 그  
정체를 감추기 위해 두려움으로만 느끼고  
그게 너무 세니까 신경계 전체를 장악해서 몸이 굳어버리고 서러운 감정은  
분리해버려서 저 멀리 보내서 느껴지지도 않고  
상대방은 나의 무의식적 요구에 맞춰주고 있다, 정당하다, 심지어 그 요구에  
맞춰주지 않으면 안된다 라고 느끼는거야  
내가 (내 무의식 파동이) 그런 요구를 강하게 하고 있으니 맞춰주지 않으면  
버림받는다는 두려움을 건드리는 거지  
때리는 상대도 마음 속에 두려움이 있을 거 아냐? 겉으로 표현 된 건 분노지만  
파동의 다른 끝이 있을 거 아냐  
그 두려움은 버림받을까 하는 두려움이야.

버림받을까 하는 감춰진 두려움이 마음속에 있는 사람이,



무의식중에 폭력을 애정표현으로 착각하는 누군가를 만나서 때리고 맞는 관계를 연출하는거지.

그 무엇보다도 끈끈한 관계로 죽어야만 끝나는 관계다 라고 표현할 정도로 강력한 관계지.

너무나 사랑하는 마음을 숨기기 위해 너무나 미워하는 관계로 포장한다고나 할까.

그래서 보통 정상적인 관계보다 이런 비틀어진 관계가 청산을 했을 때 더 큰 사랑을 품을 수 있는 넓은 자리를 발견할 수가 있어. 참 역설적이지.

전생이라는 환영속에서 나도 누군가를 많이 때렸겠지

맞든 때리든 피해 주든 받든 다 같은 파동인 건데, 우리 눈으로 보는 삶에서는 파동의 한쪽만 보이는 거지.

그 다른 한쪽을 찾아내서 온전한 모양을 보는게 수행이야.

어떤 여자가 결혼해서 남편한테 맞고 살다가 이혼을 하고 좀 지나서 재혼을 했어.

연애 기간 동안에는 두번째 남편이 살갑게 잘해 주다가,

같이 살면서 점점 첫번째 남편처럼 아내를 구타하게 되는 그런 일이 종종 있거든?

이게 전체 판을 볼 수 있도록 저 멀리서 보면 에너지세상은 통째로 하나고 결국 다 판이 짜여져 있는 건데

좀 더 가까이 개별 에너지로 구분해서 어떤 일이 일어나는가 보면

얻어맞는 아내의 몸을 구성하는 에너지 파동은 얻어맞는 걸 관심 표현, 애정 표현으로 알고 있기에

새로 얻은 남편을 서서히 꼬드겨서 결국 자기를 때리게 만드는 거지.

얻어 맞는 걸 어째서 애정 표현으로 여기냐고?

상대가 나에게 폭력을 써서 비열함을 나타내면, 신을 배신한 자들끼리 뭉쳐서 한 팀이 되잖아.

그러면 내 속에 있는 비열함을 나는 걸로 드러내지 않고 없는 척 할 수 있잖아

결과적으로 상대방이 나 대신 (신계로부터 타락하며 얻어진 비열함으로 인해) 신에게 처벌 받고

나는 피해 받은 걸로 보이니 덜 혼날테고, 따라서 이번 생에는 상대방이 날 더 사랑해주는 게 되는거지.

다음 생에는 내가 때리는 역할 해서 상대를 위해 신에게 처벌 받을 위험을 감수해 줘야겠지.

남편이고 아내고 둘 다 의식적으로 그러는 게 아냐. 의식적으로는 서로 아껴주며 행복하게 살고 싶지.

근데 무의식이 힘이 더 세거든.

그리고 무의식에는 인간의 머리로 생각하는 옳고 그름이나 윤리관 같은 거 없어.

그저 자기가 생겨먹은 파동 모양대로 노는 거 뿐이지.

저번 글에서 썼던 것처럼 이런 관계는 애초에 에너지상으로 발톱 박아서 먹살 잡고 함께 세트로 태어나는 거야.

그걸 전생이다 서로 배우게 하려고 역할바꾼다라고 하는 건

이 모든 게 다 에너지이고 사람은 단순 생체로봇에 불과한 걸 인정하기 싫어서 그렇게 말하는거지.

깨어나지 못한다면 모두 의미가 없어져 버리는 그림인거지. 다시 말해

깨어나는 소수를 위해 존재하는 그림판이라고도 볼 수 있어. 원래는 소수를 위한 판이었지만

언젠가 우리 다 함께 전체적으로 깨어나자 라는 약속을 했었고

지금은 그 초반부라서 사람들이 조금씩 깨어나고 있는거지.

어떤 사람들인 딥스니 카발이니 트럼프니 백신이니 하는걸 알아차리는게  
깨어나는 건줄 알고 있는데  
그게 아니고, 자기가 지금껏 렘틸리언의 노예였다 이걸 알아차리는 게  
깨어나는 거다 라는 생각은  
정신문명의 뿌리가 없는 서양 애들이 생각해내는 개념이고,  
진짜 깨어남의 시기에서 깨어남이란  
자기가 지금껏 이 가짜 에너지판의 노예였다 카르마의 생체로봇이었다 이걸  
알아차려서 깨어나는 걸 말해.

### 53.우리 모두가 버린 작은 여자아이

우리 모두가 버린 작은 여자아이  
누가 때린 것처럼 흐트러진 머리카락  
낡고 더러운 얇은 내복 한 장 입고  
커다란 눈에는 눈물이 그렁그렁  
추운데 신발도 없이  
맨발로 눈 위에 서 있네

내 옷 한 장 벗어 덮어주면서  
아가야 너 여기서 뭐하니?  
신발 없어? 안 추워?  
너 엄마 어디 있어?  
왜 혼자 있어?

주먹 쥔 손을 잡아보니 너무 차갑네  
눈물이 뚝뚝 떨어지는데

나도 마음이 아파  
아가야 울지 마 울지 마  
너네 엄마 어디 있어?  
내가 찾아 줄게

아무 말도 못하고 땅만 보는 아이  
누가 이 아이를 밖에 내버려 뒀을까?  
왜 이 추운 날씨에 신발도 없이 이러고 있을까?  
더러운 얇은 내복 한 장만 입고  
내내 여기서 이러고 있었던 걸까?  
왜 아무도 이 아이에게 관심 주지 않았을까?

울기만 하는 아이  
하얀 눈 밟에 눈물이 한 방울 두 방울 떨어지네  
보고 있자니 왜 이렇게 내 마음이 아플까  
불쌍해라 불쌍해라  
가슴에 꼭 안아주는데  
낯설지 않은 느낌  
가슴에 퍼지는 잊고 있던 느낌

아 그렇구나  
난 이 아이를 알아  
이 우는 얼굴 어디선가 본 적이 있어

그제서야 얼굴을 자세히 들여다 보니  
잊었던 내 어릴 적 얼굴  
나조차 보기 싫어 잊었던 나  
너를 여기 버려 둔 사람이 나였구나

우리 모두가 함께 버려 버린 여자 아이  
너 얼마 동안 여기 이려고 있었니?  
너 얼마 동안 이렇게 혼자 있었어?  
왜 이제서야 찾아온 걸까  
왜 너 아픈 걸 지금까지 몰랐을까?

아가야 미안하구나 미안하구나  
너무나 미안하구나  
이렇게 오랫동안 내버려둬서  
너무 너무 미안하구나  
너무 너무 미안하구나  
너무 너무 미안하구나  
너무 너무 미안하구나

너를 잊은 척 기억 못하는 척 지냈지만  
나도 너무 아프고 힘들었던단다  
가시밭길 눈발같이  
내 마음 아프고 차가웠단다  
내가 버린 게 뭔지 몰라  
죄인같이 살아왔단다

괴롭고 아프면 너를 잊을까  
무서운 벌 받으면 너를 버린 죄가 덜어질까  
무섭고 두려워 도망치고 방황했단다

이젠 너를 외면하지 않을게  
이제야 찾아와서 미안하다  
용서해 주지 않을래?

참던 눈물이 터진 아이  
뺨속을 누가 짖 쥔 듯 숨이 쉬어지지 않아  
창자가 끊어지는 아픔이란 게 이런 걸까  
이렇게 아픈 걸 왜 지금까지 몰랐을까  
너의 눈물이 나의 눈물이었구나  
너의 아픔이 나의 아픔이었구나

울지 마 울지 마  
아가야 너는 울지 마  
너 지금까지 혼자서  
영겁의 세월 동안  
이렇게 외롭게 울었잖니

이제 너 대신 내가 울어줄게  
이제 너 대신 내가 아파줄게  
내가 너를 지켜줄게  
아무 걱정 하지 마  
항상 이렇게 너에게 와서 너를 안아줄게  
이제 너는 울지 않아도 되고  
아프지 않아도 된단다  
네가 괜찮아질 때 까지  
계속 계속 너에게 올게

우리 모두가 버린 작은 여자 아이  
하나님 이 아이를 치유해 주소서  
너무 오래 혼자 아팠던 이 아이  
가엾게 여겨 이 아픔을 거두어 가 주소서  
하나님 부디 가엾게 여기소서

제 마음을 당신께 드립니다  
제 생명도 당신께 드립니다  
저의 모든 것을 가져가소서  
저를 통해 이 세상이 치유되게 하시고  
저를 통해 당신의 영광이 드러나게 하소서  
세상에 아픈 이 하나도 남지 않게 하시고  
하나님의 찬란한 영광만 남게 하소서  
하나님 저를 통해 드러나소서  
이제야 다시 찾은 당신을  
너무나 너무나 사랑하기 때문입니다

## 54. 용자를 위한 속성 수행법

오늘은 용자를 위한 개 찌는 수행법을 하나 알려 줄건데  
이건 감정 버리기 하다가 수행이 깊어질수록 기존 수행법의 부족함을 느껴서  
내가 고안해낸건데, 수행법이라는 게 개인적 취향에 맞게 개발된 거기 때문에  
나한테는 효율적이고 좋은 방법이지만,  
모두에게 잘 될거란 보장이 없으니, 알아서 하기 바란다.

정신이 건강한 사람만 해야 하고, 멘탈 약하면 하지 마.  
내 글 기존에 안 보던 사람은 하지 마.  
최근에 보기 시작한 사람은 다른 실전! 붙은 수행법부터 먼저 해봐.  
가짜인 거 인식 잘 못하고 멘탈 약한 사람이 하면 마무리가 안 되어서 무서운  
꿈 꾀다. ㅋㅋ  
봐서 맘에 들면 해보고, 되는 사람은 어땠는지 댓글 달아줘  
보편적인 수행법으로 효용가치가 있을지 궁금하거든 ㅋㅋㅋ

0.

세상을 우리가 몰래 만들었고 다 가짜이다.

통째로 가짜라서 강약 고저가 없다, 하나의 그림판이기때문에.

썬 에너지 약한 에너지 이런거 없다, 다 가짜데, 다 환영이고 다 꿈인데,  
뭐가 더 없애기 어렵고 더 오래 걸리고 이런거 없다. 다 똑같다.

- 이게 중요하다. 믿으려고 애쓰지말고 마음으로 그런가보다 하고 그냥  
받아들여봐. 시간을 줄일 수 있다.

내가 만들었기 때문에 내가 지운다고 하면 당연히 지워지는거다.

\* 잘 안 지워지는데요? - 라고 하는 마음이 올라오면 그 마음도 지운다.

\* 마음을 어떻게 지워요? - 강 커다란 지우개로 쓱쓱 지워 ㅋㅋ 자동차  
와이퍼처럼 지워도 되고

\* 그게 어떻게 지워져요? - 지워진다고 믿으면 싹싹 잘 지워짐 왜냐면 침부터  
가짜거든

\* 나는 안 지워지는데? - 자기가 안 지우고 싶어서 안 지우는거임 안 지워  
'지는' 게 아님

\*그럼 어떡해? - 아직 정신력이 약하니 감정 버리기를 더 해.

\* 지워졌는지 안 지워졌는지 어떻게 알아? - 제대로 지워졌다면,  
팔다리를 통해 에너지가 빠져나가면서 몸속에 어떤 진동같은 느낌이 있거나  
땀이 나거나 근육통을 남긴다.

\* 아무 느낌 없는데? - 많은 양이 한번에 지워져야 느낌이 느껴지고,  
감각이 둔한 사람은 초반에는 안느껴진다. 하다보면 감각이 개발되어  
느껴진다. 자신을 그냥 믿고 해.

\* 그럼 이런 식으로 쓱쓱 지우기만 하면 되겠네 편하네? - 그건 안 된다.  
왜냐면 파동 에너지가 몸 속에 군데군데 뭉쳐있는 식이라서, 초반에는  
정신력도 약해서 지우기같은 거 하다가 망상의 세계로 빠진다.  
울고 소리지르고 많이 해야 멧힌 게 풀어지고 정신력도 강해진다. 최소  
3년간은 감정풀기를 최우선으로 해야 한다.



이 수행법의 핵심은 최대한 속에 있는 걸 많이 끌어올려서 한번에 많이 지우는 것임.

만일 몸에 병이 있다면 몸이 막 아프면서 병이 나올거고,  
안 아픈 사람이라도 여기저기 잇몸이 아프거나 배가 아프거나 하면서 치유가 일어날 거임

그정도로 강력한 수행법이니 나는 고통없이 평탄하게 가고 싶다 라거나  
아~ 재가 하라는대로 했더니 여기저기 아프고 감정 올라오고 힘들다 하고  
쫄쫄거릴 사람은 하지 마시오.

일단 최대한 자세하게 쓸건데 두세번 해보면 핵심을 알것임

1.

성령 혹은 하나님이 나의 수행을 도와주고 있다고 인식하고 시작한다.  
나는 이 세상의 신이다. 나는 심판하는 신이다. 이렇게 상상하며 우월한  
기분을 끌어올려본다.

마음속에서 세상을 떠올린다. 온갖 나쁜일들이 일어나고 서로가 서로를  
비난하는 세상

세상은 지옥도같이 생긴 그림이다. 전체를 보는 눈으로 그 세상을 바라본다.  
그 세상 속에선 차별, 살인, 강도, 강간, 폭력, 거짓, 온갖 있을 수 있는 미친  
짓거리가 다 있다.

보고 있자니 이 세상은 쓰레기 같아서 신의 분노가 퍼부어져 통째로 산산조각  
나야 할 것 같다.

세상에 벌을 내리는 게 너무 정당하게 느껴질 때까지 세상의 부조리를  
느껴본다.

자기 삶에서 직접 겪은 억울하고 죽이고 싶은 감정까지 포함해 본다.  
'정당함' 을 느끼는 게 핵심이다. 벌 주는게 옳고 정당하다는 마음을  
느끼는거다.

2.

격렬하고 미친듯이 무시무시한, 온세상에 지옥의 불 같은 진노의 재앙을 내려  
파괴하고픈,  
더러운 인간들 하나하나 다 잡아 죽이고 뜯어먹고 씹어먹고 고문하고  
토막내고 강간하고  
집요하게 고통 주고 파멸시키고 싶은 감정을 생생하게 끌어올린다.  
그 감정은 몸 속에 있으니 몸 속을 집중해서 느껴본다.  
세포 속으로 들어가는 느낌으로 미토콘드리아로 들어가는 느낌으로  
느껴본다.

두려워하지 마 다 가짜야. 죄책감도 느낄 필요 없어, 이미 몸속에 있는 건데  
있는 걸 보는 거 뿐이야.  
보면 사라지고 안 보면 감추어 간직하는 거야. 봐야 사라져.  
속이 울렁거리고 토할 것 같고 몸 어딘가가 더 맷힌듯한 게 느껴지고 그럴거야  
심장이 한 번 뛸 때마다 그 감정 속에 더 깊이 들어간다. 계속 들어간다.  
최대한 끌어올린다. 그 감정에 더 더 더 더 더 깊이 들어간다.  
죽을 것 같아도 더 들어가 안죽어. 다 가짜야.  
주먹이 짹 쥐어지거나 배에 힘이 들어가거나 몸이 떨리거나 팔다리가  
의사와는 다르게 움직일 수 있다.

3.

이제 그 느낌이, 내가 만든 세상이라는 그림에 <집착>하는 에너지라는 걸  
느껴본다.

이 집착의 에너지가 그림에 발톱을 박고 내 꺼! 내 꺼! 내가 만든 거라고  
애지중지하고 있는 걸 알아차려본다.

독수리 같이 생긴 발톱이 그림을 뚫고 내 가슴을 뚫고 나자신에게도 상처내고  
있는 것을 느껴본다.

이 죄와 벌에 대한 집착으로 인해 내 삶에 온갖 일들이 일어났구나 하는 걸  
알아차려 본다.

의식적으로 느끼는 것은, 예고에 잠식당한 신경계에 의식의 빛을 쫓아서 내 것으로 되찾아오는 것임.

혹시 몸이 제멋대로 떨어거나 움직이면 의식에너지가 신경계에 흐르면서 몸 여기 드문드문 맏힌 저차원 에너지가 풀어지면서 그러는건데

아무 문제 없으니 걱정하지 말고 몸이 알아서 표현하게 내버려둔다.

토할 거 같고 머리가 어지러울 때까지 느껴본다.

제대로 느끼면 죽을 거 같을텐데 신경계에 느껴지는 파동일 뿐 좀 느낀다고 안 죽는다.

4.

여기서 극한까지 느껴버리면 파동의 끝으로 가면서 뒤집힌다.

울음이 터지거나, 근육이 막 떨어지면서 에너지가 빠져나가거나, 토해버리거나, 깨우침이 오면서 그림도 집착도 사라져 버린다.

나는 기적수업 모를 때 이거 만들었기에 극한까지 가는 방법으로 해왔지만, 보통은 이정도 집중력을 쓰기가 힘들기 때문에 우리는 기적수업을 활용해서 다음과 같은 방법으로 할거야.

그 집착하고 있는 내모습을 제대로 봤고 충분하다고 느껴진다면 그 집착 에너지에게 말한다.

이 미친 세상이라는 그림은 내가 만들었다.

나는 이 그림을 놓아 준다.

더 이상 이 그림은 내게 의미가 없기 때문이다.

이 집착하는 나는 더 이상 내가 원하는 내가 아니다.

그림이 가짜이듯 이 집착도 가짜이다.

마음에 받아들여 질 때까지 반복해도 좋다.

그림을 놓는 걸 상상한다.

잘 안 놓아지면 몸에 힘을 조금씩 빼면서 발톱 박힌 걸 마음속으로 하나 하나 풀어준다.

미련이 올라온다면 아기 달래듯이 토닥이고 달래서 놓아 본다.

그 집착의 형상에 또 말해 준다.

나는 더 이상 이 벌받는 그림이 필요치 않다.

나는 아무 죄 없이 결백하기 때문이다.

나의 죄 없음은 하나님이 보장하신다.

내가 죄 없으니, 세상도 죄가 없다.

나는 세상을 놓아 준다.

그림이 바닥에 떨어진 걸 상상한다.

그림은 저절로 불이 붙어서 다 타버린다.

나의 집착 에너지 아직 남아 있을거다.

바람이 불어와 모래성이 무너지듯 그 형상이 허물어지는 걸 마음의 눈으로 본다.

숨을 내쉬고 힘을 뺀다.

다 안 없어진 거 같다면 한번 더 허물어지게 한다.

바람도 가 버리고 이제 그 자리엔 아무 것도 없다.

이건 옵션인데 하면 더 좋다.

집착을 놓은 것에 대해 하나님께 감사 드려본다.

저의 결백함을 보게 해주셔서 감사합니다 하고 말한다.

하나님을 직접 부르기가 아직 내키지 않으면 성령이든 참나든 상위자아든 부른다.

도와줘서 고맙다고 하고 다음에도 또 도와달라고 부탁한다.

제대로 되었다면 졸리거나 몸 여기저기 근육이 쑤실 것이다.

기혈이 덜 열려서 저급한 파동이 부서지면서 나갈 통로가 없어서 그러는건데  
좀 쉬어주고 물 마시고 가벼운 운동하거나 낮잠 한숨 자면 풀린다.

시간은 자기 나름대로 하면 된다. 단 망상 속에 오래 빠져 있지 말기를 권한다.  
고통받으려고 하는 수행법이 아니기 때문이다. 한 번에 5~10분 안에 하길  
추천한다.

이걸 여러 번 반복하되, 한번에 긴 시간을 쓰는건 망상에 빠져 허우적거릴 수  
있어서 좋지 않다.

도중에 울음이 터지거나 소리를 지르고 싶다면

여건이 되면 그런식으로 에너지 뱉어내는 게 몸이 덜 아프다. 이런 경우는  
시간이 좀 더 걸리겠지.

에너지가 세게 느껴져서 근육에 긴장이 오면 길게 할 수 없으니 1분, 2분씩  
짧게 짧게 여러 번 하면 된다.

5.

노파심에 설명 좀 더 붙여본다.

이 세상에 시체 뜯어먹고 강간하는 미친 살인마가 존재한다는 사실이 내  
안에도 미친 살기가 있다는 걸 입증한다.

왜냐하면 이 세상을 내가 만들었기 때문이다.

개별 ‘나’라는 존재가 그런 짓을 한 적이 없어서 내안에 그런거 없다는 건  
거짓말이다.

이 세상 통째로 내가 만들고 나는 그 중 하나의 캐릭터로 숨어서 순진한 척  
하고 있는거기 때문이다.

없다고 믿으면 안 보인다. 있다고 믿어야 보인다.

이런 게 내 속에 있을리가 없다, 내가 과장하는 거라고,

이거 내가 만들어낸 것 아니고 외부에서 주입된 것이라고,

이런 거에 집중하면 큰일난다고, 정신이 피폐해질거라고,

dada 이상한 사람이라고, 수행 하다 보면 예고가 속이려 들 것이다.

이런 생각이 들면 수행이 제대로 되고 있구나 하면 된다. 제대로 될 수록 저항이 많아지거든.

dada 가 오랫동안 직접 해온 방법이니 이상한 거 아니다. 걱정 안 해도 된다.

속으면 안 된다. 자기 생각에 속아 넘어가면 그 동안 수행은 못하는거다.

무슨 생각이 들든 다 무시해. 너는 떠들어라 나는 내 할 일 한다 식으로 기계적으로 보고 풀고 버리고 보고 풀고 버리고 반복만 하면 된다.

내 생각, 감정 상태로 수행 잘하고 있는지 판단하면 속는다.

진짜 수행법은 에고를 직접 죽이기 때문에 가는 동안 마음이 괴롭고 저항이 있기 때문이다.

늘 변하는 마음상태 말고 내 주변 환경이 긍정적으로 변하는 것을 증표로 삼아야 한다.

속성 수행법이기에 때문에 현실이라는 환상이 확확 변해서 조금만 해보면 충분하고도 남을만한 증표들이 온다.

주변 사람이 예뻐 보이고 인상 좋아졌다 편해졌다는 말을 듣는 등 변화가 온다.

6.

이와 관계된 기적수업의 문구를 덧붙여본다.

숫자는 합본 기준 페이지 번호.

621

이 세상은 오래전에 끝났다.

최의 책임에 따른 모든 경과는 더 이상 여기에 없다.

왜냐하면 죄책은 끝났기 때문이다.

기억은 마치 과거에 지각한 것을 지금 일어나고 있는 것처럼,

여전히 볼 수 있는 것처럼 지각하는 것이다.

622

너는 오랜 세월 지나간 것만을 기억한다고 믿는 데 익숙해진 나머지,  
기억이 현재를 기억해내는 기술임을 깨닫기가 어렵다.  
과거를 살려두고 현재를 죽이기 위해 형성된 이상한 연상들이 기억에  
저장되어,  
너의 명령으로 네게 불려가 재생되기만을 기다린다.  
해묵은 증오의 기억이 떠오르면 그 원인이 사라졌음을 기억하라.

623

내가 기억하는 것은 결코 존재한 적이 없다.  
네 기억은 하나님에 대한 두려움을 입증할 뿐이다.  
하나님은 내가 두려워하는 일을 하시지 않았고, 너도 하지 않았다.  
그러므로 너는 결백을 잃은 적이 없다.

625

아무 일도 일어나지 않았다.  
너는 다만 자신을 잠재워 스스로에게 이방인이 되고  
다른 사람들이 꾸는 꿈의 일부가 되는 꿈을 꾸었을 뿐이다.

626-627

꿈꾸는 자는 꿈속에서 자기자신을 만들었다.  
하지만 꿈꾸는 자처럼 그가 만든 것도 창조자의 자리를 차지하며 그에게 등을  
돌렸다.  
그가 창조주를 증오하듯 꿈속의 등장인물들도 그를 증오하였다.

## 55. 애착, 의존, 사랑

오늘은 의존, 애착에 대해 이야기해 볼거야

오늘의 글은 팩폭이 가득할거야.

어쩔 수 없어 나는 내가 아는데로 쓰는거야. 받아들이 수 없다해도 이해해.

의존하는 마음은 사랑하는 마음, 동정하는 마음 하고 다 비슷비슷하게 느껴지는데

한마디로 ‘애착’ 이라고 말할 수 있겠다.

이 세 가지 모두는 다 버려야 할 마음이야.

동정하는 마음을 좋은거라고 착각들을 많이 하는데

다 죽어가는 강아지 보고 막 울잖아?

자기 내면에 자기가 버려버린 존재를 인식해서 그 강아지와 동일시해서 울게 되는거야.

얼마전에 써준 그 내복 입은 여자아이 기억나지?

그 애를 건사해서 키워서 더 이상 그 애가 상처받은 존재가 아니게 되면, 그런 처참한 장면 봐도 동정심 안올라와.

동정심이란 그 불쌍한 강아지가 실재이고, 신은 잔인하다는 선언이잖아? 따라서 위장된 증오심이라고 볼 수 있어.

그럼 또 질문하겠지 대자대비 마음같은 건 어떤거냐?

대자대비의 마음에는 고통이 없어. 동정심하고는 달라.

말로 설명되지 않는 부분이니 그리스도 의식을 찾은 다음에 직접 겪어봐.

그렇게 오래 안걸리니 조금만 진지하게 노력하면 금방 알 수 있어.



사랑하는 마음도 버려야 한다는 것이 좀 의아할 텐데,  
세상 속에서의 사랑은 그리스도의 사랑하고 완전히 다른거거든  
세상 속에서의 사랑은 진짜 사랑이라기보단 애증이라고 볼 수 있지  
아무리 좋게 말해봤자 증오를 감추기 위해 걱정과 동정심을 올리는 거야.  
또한 사랑하는 마음이 많은 사람일수록 의존하는 마음도 강해서  
사랑이 가득한데, 세상사는 거에 적응 못해서 자기 밥벌이는 못하는 사람 본  
적 있을거야.  
예고가 참 다채롭게 여러가지 모습으로 변주곡을 펼치지.

세상 속에서의 사랑이 증오라는 것이 잘 와닿지 않을 텐데,  
증오도 그냥 증오가 아니고 갈아마시고 싶고 파멸시키고 싶은 불타는 지옥의  
증오야.  
이 증오를 감추기 위해 여러가지 술수를 쓰는데 그 중 제일 훌륭한 위장이  
특별한 관계야.  
가족, 연인 집단을 주로 말하지.

이 애착을 더 적극적인 공격으로 드러내면 집착과 중독이 돼.  
애착은 나에게 특별한 대상에게 올리는 사랑의 감정이지.  
신에 대한 사랑과 그리움이 애착으로 둔갑한거라 보면 되는데,  
그럼 좋은거라고 생각하겠지만 그 반대야. 버려야 하는 거야.

왜냐하면 신으로부터 떨어져있다고 느끼니까 신을 그리워하는 거잖아?  
그런데 우리 떨어진 적이 없다니까? 지금도 신의 품 안에 있다고.  
우리 모두 지금 꿈꾸고 있고 착각하고 있다고 말했던 거 기억나?  
정말 중요한 부분은 예고가 자꾸 잊으려고 하니까 자꾸 인지시켜 줘야 해.  
내 글만 읽지 말고 [우주가 사라지다]를 자주 읽어,  
[기적수업]도 교재 부분 매일 조금씩 읽고, 연습서도 실행하면 빠르지.

따라서 신으로부터 떨어져있다고 믿으니 생기는 그리움 = 애착이

실은 신을 공격하는 것, 증오, 죄책감, 벌받고 싶어하는 마음 이라는 걸 명확히 인지하는 게 좋아.

이게 어떻게 신을 공격하는 거냐고?

두려움에 질려버린 마음은 자동으로 모든것을 공격하거든, 에고에게 최고의 방어는 공격인거.

사람은 다 자동 공격기계야. 무의식 속에 있는데, 너네 이거 나중에 보게 되면 기가 막힐걸?

눈도 없는 괴물같은 게 모든 걸 물어 죽이려고 미친듯한 증오로 포효하며 턱을 닥닥거리며 공격한다고.

지금은 이거 볼 정도가 안되니까 내면에서 불쌍한 아이 정도만 보이는데, 사실 이게 핵심이야.

애착이 삶에서 큰 카르마인 사람들이 많아.

어떤 경우는 애착을 놓을 바엔 수행 안하겠다고 하거든?

애착을 버리라고 하면 배신감마저 느끼고, 적대감을 드러내기도 해.

애착을 통째로 자신의 정체성으로 알고 있는 경우지.

모든 사람이 착한 얼굴이라는 가면을 써서 에고를 감춰.

하지만 그 중에도 세상 속에서 사랑이 가득한 사람은 이 착한 얼굴이라는 가면을 최고조로 활용하는 경우야.

'사랑을 준다'는 자신의 역할을 너무나 애지중지 하고 있거든?

실은 그의 사랑은 그리스도의 사랑이 아닌 세상속에서의 사랑이기 때문에 그 사랑을 받는 자는 즐겁지 않고 괴롭거든? 에너지상으로 살기를 계속 받고있는 거거든.

이 살기를 주고 받는다는 거 잘 와닿지 않을텐데 나중에 차크라 열려서 살 맞아보면 원지 알거야.

몸에 특히 가슴에 뜨끔 하고 칼 박히는 것처럼 박혀. 심하게 당하면 토해버리기도 해.

시간이 많이 지나서 개별 에너지체 = 개인이라는 환상 을 많이 없애면 살  
주고받는 환상도 더 안느끼게 되지만,  
이 에너지 공격은 에너지 세상에서는 너무나 실제적인 일이야. 그냥 비유가  
아니야.

물론 살기를 본인이 주려고 의도해서 주는 게 아니지.  
원래 다 그려져 있는 그림인데 그 그림 속에서 의식이 깨어나고 보니  
이 그림은 이쪽으로 살기 에너지가 가도록 그려져 있는 그런 식인거지.

본인은 사랑 주는거에 행복을 느끼지만 주변사람들은 그거에 목줄이 죄인 듯  
괴로워하는 경우가 있지.

착하고 동정적인 사람인데 가족으로 병자나 장애인이나 개차반인 자식이나  
폭력남편 등 있는거 본적 있지?

나는 내 자식 아무개를 사랑하는데 그 애는 나를 불편해하는 그런 일  
흔하잖아?

자신이 주고 있는 것이 사랑이 아닌 증오라는 증거가 가득한데도 본인은  
사랑으로 느끼니까, 인정하기 힘들고

희생하고 사랑하는 것이 자신의 역할이라며 끝내 애착의 발톱을 떼지 못하지.

이런 세상에서 알고있는 사랑을 버려야 그리스도의 사랑이 드러나거든  
쉽게 말하면 그냥 모든 느껴지는 감정을 다 버려. 진짜는 버리려고 해도 안  
버려지니까

문지도 따지지도 말고 족족 다 버려 침부터 끝까지 다 버리기만 하면 돼.

남들에게 느껴지는 호감이나 호의 같은것도 버려야 돼?

이런 저런 질문 같은게 올라올텐데

응 다 버려. 왜 버리면 안돼? 진짜는 안 버려진다니까.

다 버려서 안버려지면 진짜인거니까 아무 문제 없잖아?

문지도 따지지도 말고 모조리 다 버리면 돼.

버리면 도리어 진짜 사랑이 드러나서 그 관계가 더 돈독해져.

근데도 버린다고 하면, 버림 받을 거 같은 두려움 올라오지?

좋은 건 못 가질 거 같고 기회를 놓칠 거 같은 두려움 올라오잖아?

세상에 나 혼자만 남을 거 같고 아무도 날 안 사랑해줄 거 같은 두려움 올라오지?

그럼 그 두려움도 족족 다 버리면 돼.

오히려 그 두려움 버려야 더 사이 좋아지고, 버림 안 받게 된다고.

어떻게 버려? 느껴서 있음을 인정하고,

숨 쉬고, 발톱 빼듯이 빼서 말 그대로 버리면 돼.

감정이 느껴지면 느껴지는대로 발산하고, 울고 싶으면 울고,

이것은 더 이상 내가 가지고 싶지 않은거야. 버린다. 라고 마음속으로 말해.

그런데 애착은 특히 잘 못 버리더라고 사람들이

그래서 이 애착이라는 것에 대해 숙고해서 환상을 좀 깰 필요가 있어.

의도적으로 하는 생각은 대단한 힘이 있다고 그랬지?

어디 공원같은 데 산책이라도 하면서 애착이라는 게 뭔지 깊이 생각을 해보길 바라.

이 애착이라는 에너지 교류가 내 가족 안에서 어떤 구도의 그림을 그리고 있는가 숙고해봐.

애착을 안 가지고 사는 것 상상이 잘 안되잖아?

난 애착이 별로 없는 성격이다 라고 하더라도

애착을 꼭 살아있는 것에 가지는 건 아니거든

취미라든가 물건에 둘 수도 있고 지식이나 의견에 둘수도 있어.

궁극적으로는 자신의 몸과 개인으로서의 정체성에 가장 많이 애착을 가지지.

자기자신이라는 개인으로서의 정체성은 결국 애착들이 뭉쳐져서  
만들어지거든

그래서 애착을 많이 버려야 그런 개인으로서의 정체성도 똑바로 볼 수 있고  
그것마저 버릴 것으로 인지할 수가 있어.

애착이 여러가지로 덕지덕지 붙어 있으면 걸다리가 더 많으니까  
개인이라는 정체성이 허상이라는 걸 직시할 수가 없어. 애착부터 먼저 버려야  
해.

애착은 상대방이 내 식대로 행동해야 한다는 요구야.

행동만 그렇겠냐? 생각조차 내가 원하는대로 해야 하거든?

자식이 있는 사람은 생각을 해봐

남편이나 아내는 내맘대로 못하는게 입증되었으니 어쩔 수 없지만,

자식은 연약해보이고 내가 뭘 해주는게 정당화되니까

자식이 어떤 생각을 어떻게 하는지까지 내가 간섭하고 싶은 마음이 있거든  
숨 쉬는 방법마저 내 마음에 안들면 그것마저 고쳐야 하지.

다른 생명체에게 자기식대로 존재할 자유를 주지 못하는 그 마음이 사랑이야  
폭력이야?

남자친구나 여자친구는 어때?

내 맘에 드는 대로 나를 사랑해주지 않으면 나를 사랑해주는 게 아니잖아?

내 맘에 드는 대로 나를 사랑해줘야 니가 날 진짜로 사랑하는 건데,

그걸 또 내가 알려줄 필요는 없고, 니가 날 진짜로 사랑하면 니가 알아내야지,

혹은 반대로 니 맘따윈 관심없고 난 너를 좀 이용하겠다는데 왜 이렇게

까다롭냐?

이런 식이잖아 이게 얼마나 코미디야?

또한 나 자신에 대한 애착도 마찬가지로

나 자신이 남보다 특별한 존재인 것은 아니거든?

이 환상의 세상 속에서 내 몸이나 남의 몸이나 다 똑같은 몸이거든 다 똑같은 그림이라고

이런 게 아직 와닿지 않겠지만 그냥 봐봐.

특별한 관계의 최고봉은 나 자신과의 관계거든

내가 남들하고 다르게 느껴지잖아? 내 몸이 내게 특별하고,

내 감정, 내 생각, 내 의견, 내 정체성, 내 기억이 내게 특별하고,

나 자신에게 가장 많은 애착을 두고 있으니

내가 하는 생각도 감정도 의견도 행동도 모든 것이 내가 원하는 대로 해야 한다고 느끼니

뭔가 내 맘에 안드는 생각이나 감정이나 의견이나 행동이 있으면 마음이 괴롭지.

지난 과거를 돌이켜봐도 하나 하나 맘에 드는 게 없지, 다 잘못되고 다 부끄럽고 다 개선의 여지가 있고

그냥 좀 자유를 주면 어떨겠어? 사사건건 간섭하는거 엄청 피곤한 일인데.

내 맘대로 안 되면 큰일 나?

큰일 안 날 거 같아?

죽기라도 할 거 같아?

큰일 날 거 같고 죽을 거 같다고 느끼니까 그러고 있는 거야 사실...

먹살 잡고 발톱 박고 있지 않으면 사라져 죽어버리니까 두려워서 큰일 날 거 같아서 그러고 있는거라고.

근데 발톱 떼도 안 죽어.

안 죽는다고.

넌 안 죽어. 그 발톱 가진 애가 죽지.

넌 그 발톱 가진 애가 아니라 그리스도야.

그리스도는 어디 뜬구름같은 게 아니라 실재야. 나머지가 다 뜬구름이야.

넌 아직 그리스도가 뜬구름같고 나머지가 다 진짜 같잖아?

그걸 뒤집어야 되니 그게 쉽겠냐? ㅎㅎ

글을 그냥 막 써봤는데 정리를 해보자.

1. 애착은 증오=죄책감 이다. 애착을 버려라. 애착이 증오심인 걸 평소에 자주 인지해라.

애착에는 쾌감이 느껴지는데 이것은 사실 고통이다. 뒤집힌 지각이 모든 걸 거꾸로 인지하기 때문이다.

이 쾌감=고통 에 대해서는 또다른 글에서 자세히 다뤄줄게.

2. 우선 가족, 연인, 물건, 의견에 대해 가진 애착을 버려라. 특히 사람에 대해서 증오심을 버려라.

좋은 감정은 그냥 뱉둬도 된다 일단 증오심, 불만부터 버려라. 버리는 방법은 지난 글 참조.

3. 나 자신에 대한 애착도 버려라. 나에 대해 증오하는 것부터 토해서 버려라.

내 생각, 내 감정, 내 의견이라고 특별하다고 여기는 마음이 들때마다 버려라.

나 역시 그림 속 캐릭터이다. 그리스도는 그림 속 캐릭터와 무관하다.

나나 남이나 똑같은 그림으로 느껴질 때까지 버리면 된다.

오늘은 여기까지 ㅋㅋ 그럼 다음에 또 만나요

## 56.남자란 어떤 존재인가

안녕 친구들

여자들끼리의 알력다툼, 권력투쟁 이런걸 쓰려다 보니 결국 이게 남자와  
연관된 거라

우선은 남자들이란 어떤 존재들인가에 대해 썰을 좀 풀어봐야겠음

남자들이 여자를 이해하는 것보다 여자들이 남자를 잘 이해 못하고 있어  
이게 사실 남자들은 여자를 이해할 필요가 없거든? 이해가 불가능하기도  
하고.

근데 여자들은 남자라는 종족을 이해를 좀 할 필요가 있어. 이해를 하는게  
가능하고 이건.

남자를 이해를 하려면 두 가지를 알면 돼.

첫째는 남자는 서열 속에 사는 동물이라는 점

둘째는 남자의 무의식 속에서 여자는 신의 현현이라는 점이야.

이러한 점은 호르몬에 좌우되는 젊을 때 더 잘 드러나지.

남자들끼리는 일단 모이면 서열이라는 걸 확실히 정하려고 하는 동물적인게  
있는데

그 서열이 어렸을 적에는 피지컬로, 커서는 사회적 계층, 계급 이런걸로 주로  
이뤄져

어렸을 적에 학교안에서 혹은 동네안에서 주먹다짐 해보고 하는게 남자로서  
자연스러운 커가는 과정임

남자들이 좀 무리해서라도 외제차 몰고 다니려는 거 이거 여자들한테  
잘보이려고 하는 것보다는

남자들 속에서 서열에 뒤쳐지지 않으려고 그러는거거든

외제차 동호회같은거 가면 사회에서 잘 만나기 힘든 나보다 높은 서열의 형들  
만나서

이것저것 배우면서 신분상승, 서열상승 할 기회도 찾을 수 있는데 이런것도 다  
계산해서 그러는 거거든



여자 좀 꼬셔 보려는 목적도 있지만 그건 어릴때나 그러는거고  
이런 어떤 집단의 서열 속에서 자기 위치를 최대한 좋게 만들고  
향상하려고하고 그런거는 평생 그러거든

이걸 잘 모르는 여자들은 무슨 돈도 없으면서 외제차 몰려고 하냐고 주제파악  
못한다라고 폄하하는데

젊어서 돈없어도 외제차 몰고 싶어하고, 잘 사는 형들 찾아다니는 이런 남자,  
남자를 잘 고르려면 사실 이런 서열이라는 것에 긍정적이고 적극적인 남자를  
고르는 게 맞음

여자들도 무의식중에 이런 걸 아니까 몰고다니는 차 급에 따라 남자가 달라  
보이는거야

그런 여자들을 욕하는 사람들은 사실 뭐를 좀 모르는 사람들임  
이런 건 좋고 나쁘고가 아니라 그냥 자연의 이치랄까 그런거거든

남자들은 서열 속에서 자신의 위치가 어딘지 알고 싶어하고, 자신의 서열이  
정해지면

그 안에서 나름의 관계에 납득을 하고 그 구도를 유지해나가는 게 있는데  
여자분들 남자를 좀 이해하고 싶다면 남자들이 열광하는 조던 피터슨 강의  
같은거 좀 들어봐

꼭 남자를 이해하는 것만이 아니라 사회를 이해하는 데 도움이 좀 될거임  
젊은 남자에게도 추천함 멘토로서 좋은 역할을 해줄것임

사회가 딱히 남성중심이어서 그렇다기 보단, 산업이란 게 효율과 생산성  
중심이라서

이렇게 서열제도가 안착되어 있다보니 여성들도 이런 서열문화에  
적극적이어야 승진등에 유리하고

그러다보니 여성성이라는 게 더더욱 찾아보기 힘든 구시대의 유물같은 게  
되어버렸네.

남자들은 변함없이 여성성을 찾아 헤매고,  
여자들은 여성성을 잃어버렸기에 가짜 여성성을 만들어 공급하고있어.  
사회에 산업, 성장, 돈 이런 게 사라지지 않는 한 여성성은 가망이 없지.

여성성이 사라진 이상 남자들도 엄마 잃은 아이처럼 방황하게 될수밖에 없지  
여자가 없으면 남자들은 아무것도 아니거든,  
이건 남자들끼리만 아는 암묵적인 비밀같은 건데  
여자들을 만족시키려고 남자들이 평생 얼마나 많은 걸 하고 있는지 여자들은  
잘 인식을 못할거야  
좀 과장하면 인생 전체가 여자들에게 자신의 가치를 입증해내려는 시도로  
이루어진 게 남자의 삶이거든

여자에게 전통적인 판타지란 백마 탄 왕자가 와서 자기를 구해주는 건데,  
한편 이 왕자는 알고보니 야수인데 그 힘을 통제할 줄 아는 짐승인거, 이게  
섹시한 남자로 어필되지  
그래서 그레이의 50가지 그림자가 역대 판매 최단기간 최고기록을 세운거고

남자에게 판타지란 그 여자를 지키는 기사 노릇을 하는 게 남자의  
판타지거든?

이거를 여자들이 잘 모르더라고 ㅋㅋㅋ  
여자아이들이 어릴때부터 디즈니 공주 옷 입고 다니는 것처럼,  
기사도가 바로 남자에게는 판타지야. 여자를 구하고 지켜주는 거.

그래서 남자가 여자가 차 탈 때 차 문 열어주고 앉을 때 의자 빼 주고 하는  
이런 클래식한 행동은  
사실 남자 자신의 기사로서의 가치를 드러내어 스스로를 만족시키는  
행위거든?  
딱히 여자를 위해서 그런다기 보단 자기 스스로 만족감으로 하는거지  
그렇게 하면 여성성을 지켜내는 능력있는 남자가 된 기분을 갖게 되는거야.

사회에서 좀 능력 모자란 남자라도 마트 가면 아내가 생수병 카트에 담게 두는 남자는 없거든?

슈퍼마리오에서 마리오가 왜 여정을 해? 공주 구하러 가는거잖아  
전통적으로 불 뿜는 용에게서 공주를 구해내는 게 왕자의 역할이잖아  
기사가 되려면 남자들끼리의 경쟁을 뚫어야 하고, 공주를 구하려면 어려운 임무를 수행할 능력이 있어야 하거든  
이게 진정한 남자가 할 수 있는 일인거고, 그래서 군인이 사회적으로 존중받는거지 (우리나라는 말고...안습)

근데 포르노그래피가 너무 퍼지면서 이 남자들만의 판타지가 감각적 만족감으로 대체되었어.  
여자는 더 이상 절치부심하고 경쟁에서 승리해서 구해낼 가치가 있는 존재가 아닌  
가상으로 쉽게 얻을 수 있는 게 되어버렸지.

남자들의 기사도에 대한 판타지는 고전 영화라든가,  
한 20년 전까지 유행하던 노래 가사 같은거 보면 뭘 말인지 알 거야.  
이젠 남자들도 자신들의 판타지가 원래 뭐였는지 기억도 잘 안 날 거 같다.  
여자들이 페미니즘 사조 때문에 왜곡된 여성성을 강요받는 거랑 비슷한거지.

우리가 근대 들어 공산교육을 받아오다 보니 뭐가 뭔지 흐려져서  
여성성이고 남성성이고 둘 다 왜곡되어 버린게 현재의 상태인데  
자연스러운 현상인 거 같아. 물질문명의 끝이잖아. 첨예한 대립과 혼돈이 있지.

아무튼 전에도 말했듯이 그나마 다른 나라들보다 남성성이 덜 왜곡된 최후의 보루가 여기 한국임

이건 분단상황하고 연관이 있을거 같은데 ㅋㅋ 어쩔수 없이 군대 가다 보니  
ㅋㅋ

이렇게 여자들에게 보호자, 공급자 역할로 자신의 가치를 입증하려는  
남성성이

사회에 대한 책임으로 전환되어 가장, 경찰관, 소방관, 군인 등  
긍정적 남성상의 모습으로 사회의 한 축을 담당하는 거야.

그래서 남자를 잘 써먹는 방법은, 남성성 부심과 기사도의식을 좀 이용해서  
나는 너의 도움이 필요하다, 나보다 네가 이걸 잘한다 라고 추켜세운 다음에  
그걸 해주게 만들어서, 개떡같이 해서 맘에 좀 안들어도  
해준 걸 고마워하여 남자로서의 가치를 입증하는 피드백을 해주는거지  
그걸 반복훈련 시켜서 여러번 하게 만드는거지  
그럼 나중엔 자기 할일로 인식해서 자동으로 하게 됨

개 훈련 시키는 거랑 비슷한데 개는 먹을 거 주면 하잖아?  
남자는 남자임을 인정해주는거 즉 해당 서비스를 고마워하는거가 보상임  
여자를 만족시키는 남자가 되고 이걸 유지하는 것이 남자에게는 정말  
엄청나게 중요한 일임  
여자에게는 누굴 만족시켜야된다 이런 자연적인 명령어같은게 입력 안되어  
있어서 이게 뭔지 잘 모를 것임

남자들은 자기 할 일이 뭔지 항상 알고 싶어하는 종족이라  
이렇게 임무를 만들어 주는 건 남자들에게도 행복한 일이야  
일 많이 해주면서 자기 가치가 입증되니 겉보기엔 매여 사는 거 같은데도  
가정에 더 충실하게 되지  
이 때 아내가 하는 일은 몇마디 말과 칭찬이 전부지.  
즉 고마운 마음 갖고 말만 좀 예쁘게 하면 편하게 이것 저것 다 시킬 수 있어.

자연이 준, 여자들만이 가진 매력이 남자에게 미치는 영향력이 얼마나 대단한지  
여자들은 아는 여자만 아는 거 같음  
어떻게 보면 그게 여자의 삶의 행복을 결정한다고도 볼 수 있을 거 같아. 혼자 살게 아니라면

그리고 이 자연적 매력은 꼭 외모가 아님, 여자로서 남자에게 행하는 말이나 행동인데  
자연적인 매력이라 뭐라 딱 집어서 말할 수 없지만  
이건 마치 남자의 염색체 속에 명령어같은걸로 입력된 불가항력 같은 거임  
만일 이렇게 없다면 이 세상엔 혼란이 훨씬 심할 것임  
남자가 힘이 더 세잖아. 얼마나 더 심하게 착취를 하려고 하겠냐

여자로서 남자를 대해야 그 남자 염색체 속에 있는 남자 명령어가 활성화가 되거든?  
〈너는 내가 지명한 나의 공급자이자 보호자이다 나는 그래서 행복하다〉  
이게 여자로서 남자를 대하는 거란 말이야?  
언어로 나타내지 않아도, 표정이나 어조나 뉘앙스에서 느껴지는거야.

근데 여자로서의 열등감이 있으면 이 여성성 오랫동안 억압해와서 쓸줄을 모르니까  
남성성을 써서 남자에게 요구하게 되고,  
남자 염색체(염색체이든 뇌이든 하여간...)속에는  
동성간의 투쟁과 갈등이라는 자연적인 명령어도 있단말야, 이 부분을 건드리게 돼.  
버럭! 하면서 싸우게 된단 말야?  
근데 남자는 여자와 버럭거리며 싸운 것에 대해 죄책감을 가져.

여자는 남자에게 말로 공격해도 죄책감 없어, 근데 남자는 죄책감 가지거든  
이걸 잘 알아야 해  
여자가 남자에게 무의식적으로 이상화된 신 같은 존재라니까?  
남자로서 여자를 만족시키는 자신의 역할도 제대로 하지 못하는데다가  
자기가 보호해야 할 대상에게 도리어 화를 내고 있는거야!  
남성성이 강할 수록, 무의식중에 스스로가 쓰레기같이 느껴질 수밖에 없지  
그래서 남자는 말싸움을 회피하기 위해 상황 자체를 회피하고 밖으로 돌거나,  
아예 될대로 되라 식으로 자포자기하여 폭력적인 대응을 하게 되지.

이렇게 가정은 남녀의 조화가 아닌 남남끼리의 갈등이 되어버리고  
여자는 자기를 여자로 대해주지 않는 남자에게 섭섭하고,  
남자는 여자인줄 알았더니 군대상관같이 동성에게 명령받는 느낌이라 속는  
기분인거고  
남녀 둘다 식어서 섹스리스가 되는거지.....

이러한 점을 예쁜 여자들은 남자를 많이 접할 기회를 갖다 보니까 좀 더  
알거든?  
그래서 남자 잘 다루고  
다른 여자들에게 질투의 대상이 되기도 하지.  
외모만이 문제라고 생각해서 성형을 과하게 하기도 하고.  
어디서 여자답게 말하는 법 같은거 가르쳐 주지도 않고, 그런 거 가르치면  
성차별주의자로 낙인 찍힐 테고.

집안일 분담 관련해서 얘기해보면  
가정에서 남편을 짐 들어다주고 쓰레기 버리는 정도로만 써먹고 남편이  
다른건 잘 안해준다고 불평인데  
이런걸 무조건 나는 하는데 너는 왜 안하냐 해봤자 소용이 없잖아 서로  
싸우기만 하지

집안일이란 여자고 남자고 어려서부터 훈련을 안시켜서 그런거거든  
그 남편은 어렸을 적에 엄마가 차근 차근 잘 훈련시키지 않았을 거거든  
개보고 훈련도 안시켰는데 묘기 못부린다고 타박해봤자 개가 묘기를 부리게  
되진 않아  
어쩔 수가 없는거야 누군가는 훈련을 시켜야 되거든  
학교에서라도 훈련 시키면 좋은데 그런거 잘 안해주잖아

개 훈련 시킬 때 조련사가 개보고 잘 못한다고 짜증내면 훈련이 당연히  
안되잖아  
인내심을 좀 가지고 시간을 들여 해보면 많은 것을 시킬 수 있게 되어서  
편할거야  
뭐 시켰을 때 잘 할거란 기대는 당연히 하지마 한 70퍼 정도만 해내도  
만족하도록 해  
대신 70퍼 해내는 일을 종류를 많이 시켜, 반복해서 시키면 80퍼까지는  
해낸다

뭐 하나 시켜 보면 질질 흘리고 맘에 안드니까  
아휴! 이것도 못하냐! 강 내가 해야지,  
혹은, 아 그거 아니라니까? 이렇게 해야지 저렇게 해야지, 하고 옆에서  
간섭하면  
남자들은 자존심 상해서 다시 안 해 주려고 한다

어쨌든 70퍼라도 해주긴 해줬잖아? 왜 해준 건 인정 안해주냐?  
내가 한 건 뭐냐 다 쓸모없는 일이었네?  
내가 한 일이 쓸모 없으니까 난 쓸모 없는 인간이네?  
너는 뭔데 날 맨날 쓸모 없는 사람으로 만드냐? 이렇게 되지  
자존심 상하니까 말도 못하겠고 그냥 밖에 나가버리지

이게 남자들 머릿속의 논리전개 과정인데 이게 본능적으로 이뤄짐

일 시키면 하는 게 맘에 안들어도 입 꼭 닫고 모르는 척 해야 묘기 부리게 만들 수 있어.

이렇게 자기가 한 일을 자기 자신으로 아는 게 남자이기에 당하는 남자는 속이 상하게 되는데

이거 속이 상하는 거는 여자들이 나이나 외모로 비교당하는 게 속쓰리고

자존심 상하는 거랑 비슷한 느낌임

그 정도로 썬 거임 남자라는 염색체에 들어있어서 삭제가 안돼 자기도 어쩔 수 없는거야

그래서 함부로 남자가 해놓은 일을 평가하면 안됨 여자들 자기 손해지

이거 남편만 그런 게 아님, 사내아이 키우는 경우 똑같음

사내아이 키우는 데 매사 따라다니며 수행능력을 비교 평가하면 무능한

남자가 되어라 라는 거랑 똑같아

남자에게 여자는 무의식적으로 이상화된 신의 현현이라니까?

남자아이인데 엄마가 따라다니면서 해놓은 일에 대해 평가를 하는 것은

신이 자기를 따라다니면서 못났다고 말하는 거랑 같지. 어려운 일을 회피하게 되기 딱 좋은데,

여자들이 일을 지시하고 평가하는 방식이 남자들 입장에서는 너무

투쟁적이고 비판적이라서

사실 작금의 집안 일 알아서 안하고 문제를 회피하는 남성상은 여자들이

만들어 온 거라고 볼 수 있지.

여자들이 만들어 왔으니 여자들이 풀 수도 있잖아?

여자는 피해자가 아니야 적극적으로 상황을 해결하고 다뤄야 할 건

여자들쪽임.

여자아이도 어려서부터 남성성이 강해서 엄마를 보호해주려고 하는 경우가

있는데 이런 경우도 똑같음



그러니까 남자 여자를 가르기보단 남성성의 특성 여성성의 특성 이렇게 보면  
될거같아

남자아이지만 여성성을 많이 쓰는 경우도 있고 그렇지

반복해서 말하고 있는데 남자는 존재 가치가 여자로 인해 생긴다고.  
그래서 여자에게 대놓고 무시당하는 남자만큼 불행한 남자는 없음  
자기가 하는 일의 근본이 인간으로 구현된 신인 여자의 맘에 들기 위한 의도란  
말이야.

남자가 바람이 나는 경우 대체로 아내가 남편에게 고마운 마음이 없는 경우인  
경우가 많아

혹은 말로는 고맙다고 하는데 속으로는 내내 무시하는 경우인데  
남편은 자신의 남성성을 밖에 나가서 입증하려고 하게 되지  
사람이 아무리 말이 그래도 마음으로 다 느끼잖아 자기 무시하는거  
물론 타고난 바람둥이도 있지 그건 예외로 하고 ㅋㅋ

이런 걸 이해를 잘 못하고 무조건 내가 이만큼 했으니 너도 이만큼 해 하고,  
시켜놓고 평가하고 맘에 안들어하고, 맘에 들게 해낼 리가 있냐 원래 잘 하던  
일이 아닌데,

합의 해서 하기로 해도, 남자는 자존심 상했던 그 기억이 떠오르니 회피해서  
안하거든,

여자 보고 너 나이 들어서 배 나왔네 가슴 처졌네 이러면 여자로서 마음이  
차갑게 식잖아? 그거랑 똑같은거야

이래서 결국 여자가 더 많은 일을 하게 되고, 그 과정에서 서로 싸우고  
틀어지고 이러는건데,

남자 잘 못 다루겠으면 그냥 식기세척기, 빨래건조기, 로봇청소기를 사  
로봇청소기 사서 이걸 니꺼다 해주면, 기계니까 좋다고 이것저것 만져보고  
자기가 한다

샤오미같은거 사줘, 작동방식 알려면 앱도 깔고 설명서 중국어라 검색 좀  
해봐야되는 그런 할 일 생기는 걸로  
식기세척기도 그릇 쌓는 거 못하는 척 몇번 하면 자기가 공간지각력이 좋다는  
등 하면서 자기가 할거야 ㅋㅋ

남자는 여자를 활용할 수가 없는 존재야, 여자가 남자를 활용하게 되어 있거든  
왜냐면 자연적으로 그건 여자의 위치거든,  
아마도 피지컬이 남자가 월등히 유리하니까 자연적으로 그렇게 설정되어  
있는게 공평하니까 그렇게 되어 있겠지  
아무튼 여자가 남자를 잘 알아서 써먹도록 되어 있는 게 자연스러운 여성과  
남성의 구도인거라서  
이걸 잘 모르고 남자를 잘 다루지 못하는 여자는 자기가 사서 고생 하고  
있는거라고 볼 수 있지.

딱히 예쁘지 않아도 자신의 여성성을 긍정하고 잘 써먹는 여자들은  
이런 걸 어려서부터 가정에서도 배우고 본능적으로 잘 하는데 이런 여자들이  
사실 흔치 않지.

자기 엄마 보고 배우는 거니까 집안 대대로 그런 문화가 있어야지.  
여성으로서의 열등감이 많을수록 자신의 여성성을 다뤄서 남자를 써먹는 걸  
창피해하는 마음이 있어서 못하게 되는데

후천적으로 좀 배우면 되지. 네이트판 같은데 가면 남편이나 시댁식구들 잘  
다루는 여우같은 여자들 많더라

주말에 공원같은데 가서 다른 여자들은 어떻게 남자를 잘 다루나 이런거  
유심히 보고 배우고 그러면 돼.

남자 잘 다루는 여자들 싫어하지 말고 좀 친해져서 친구가 되어서, 남자문제  
상담도 해보고

그리고 남자를 미워하는 마음을 많이 풀면, 좀 잘 써먹으면서 살 수 있겠지.

이렇게 남성성은 서열과 남자로서의 가치입증으로 이뤄진 거기 때문에  
남자들의 알력다툼은 구도도 쉽게 보이고 흔히 예상도 되지만  
여자들은 서열과 무관한 자신들 개개인의 알력다툼속에 있어서 딱히  
체계라고 할만한 게 없어

여자들만의 서열이라고 할만한 걸 굳이 꼽자면 여성성이 얼마나 왜곡되지  
않고 살아있느냐 라고 볼 수 있지  
여자들만의 자연적인 매력, 남자를 움직일 수 있는 즉 세상을 움직일 수 있는  
능력을 얼마나 쓸 수 있느냐  
이런 것에 여자들은 예민하고, 다른 여자들이 나보다 잘 하면 자존심 상하고  
좀 따라해보기도 하고 성형도 하고 여러가지로 노력해 보지만  
아예 따라해보기도 싫을 정도로 자신의 여성성을 미워하면 여자도 미워하고  
남자도 미워하고 그렇게 되지.

## 57.여자의 형상을 이용하여 공격하기

지난 글에 댓글 단 사람 중 몇몇 사람들이,  
아마도 20대 초반이거나 그에 상응하는 멘탈을 가진 이로 추정되는데,  
다른 사람이 자신의 기분을 알아서 맞춰줘야 하고, 자기 맘에 드는 소리만  
해야 하고,  
안 그러면 그 사람이 나쁜 사람이라서 공격하는 게 정당하다는, 이상한 사상을  
가지고 있네.  
남이 어떤 인생을, 어떤 세대를 살아왔든 차이를 인정하지 않고 무조건 자기가  
알고있는 게 옳다는 식으로  
터널비전식 사고관과 공격적인 피해의식을 갖고 있는데,

20대가 교육을 좀 이상하게 받아서 많이 망가져 있는 건 알고 있었지만,  
사태가 생각보다 더 심각하네?

인생 선배로서 부디 정신 차리기를 권해봅니다 ㅋㅋㅋ

안그러면 나이 30넘어서까지 여러 직장을 찢리면서 전전하게 될 가능성이  
크니까요

대학과 사회는 굉장히 다름 너네들 말고 어른들은 생각이 다 너네랑 달라요  
여러분 정신차리세요...

20대는 사회의 주축이 아니에요 30대도 아니고, 40대 50대가 사회의  
주축이에요 ㅋㅋㅋ

아니면 뭐 정신 차리지 마세요... 고생 해보세요 뭐.. 젊은날 개털리고  
정신차려보니 아무것도 수중에 없어서

중년이 되어도 회복이 안되는 그런 걸 굳이 경험 해 보고 싶다면 뭐... 내가  
뭐라고 감히 말리겠습니까 여러분 ㅋㅋㅋ

여러분에게 남과 다른 대단히 특출난 재능이 있어서 사상이 좀 많이 이상해도  
사회에서 승승장구할거라 믿어 의심치 않습니다 ㅋㅋㅋ

이 dada 라는 인간은

깨어남이 예정되어 있는 소수의 영적 천재들을 타겟으로 나름의 목적이  
있어서 글을 쓰고 있거든?

생활 수행이나 반쪽짜리 진실을 알려주려고 글쓰고 있는 게 아냐.

너네 맘에 들게 글써야 한다 더 노력해라 이런식의 댓글들이 보이는데 ㅋㅋㅋ  
웃기지좀 마 ㅋㅋㅋㅋㅋㅋ

이 인간 인생 되게 잘 살아와서 조기은퇴 하고 시간이 남아돌아서 이러고 있는  
사람임..

평생 남의 맘에 들어보려고 되도않는걸 해 본 적이 없음.. 사람들 맘에 들려고  
글 쓰는 거 아니니까

앞으로도 dada 글은 불편하고 맘에 안들것임

보지마세요 맘에 안들면 ㅋㅋㅋ 너의 멘탈은 소중하잖아 ㅋㅋㅋㅋ

글 보기만 하고 따라 해보지도 않는 바보들이 꼭 저런 소리 하더라 ㅋㅋㅋ

그럼 오늘 하려는 이야기를 해 보자.  
전에 한 애긴데 잘 안 먹히니까 또 한다.

파동에너지는 살기 라고 한 거 기억나?  
살기는 뭐야? 죽이는 기운이지?  
그래서 죽이려고 공격 하는 자를 보는 게 수행의 핵심이야.  
즉  
공격 당하는 자는, 공격 하는 자를 감추기 위해 쓰는 위장이다

는 거지.

미쳐버린 신이지만 그리고 가짜 세상이지만 어쨌든 자기가 만든 세상인데  
그 세상속에선 신인데, 신이 뜻하지 않게 공격 당한다?  
불가능하지 이걸. 신이 뭘 아무 힘이 없어서 공격을 당하고 희생을 당하냐?

이 세상은 진짜 신을 공격하기 위해 만들어진 거야.  
공격을 해야 되니 겉보기엔 공격 당하는 놈도 있는걸로 보이는 것 뿐임.  
근데 그 공격 당하는 놈 입장이 되잖아?  
그럼 그 공격 당하는 걸로 보이는 파동도 자기쪽에서 보면 공격하는 파동임.  
파동 자체가 살기라서 공격이라서 그런거임.  
가정폭력, 때리고 맞는 관계 라는 글에서 이거 더 자세히 써줬었음.

너네 댓글 보다보면 웃기는 게, 글에서 정말 핵심적인, 충격적인 내용은  
씩 빼놓고 다른 얘기만 한다 너네들? ㅋㅋㅋㅋㅋ 진짜 중요한 내용은 못본 척  
못들은 척 하고  
별 안 중요한 거 갖고 질문하고 그래 ㅋㅋㅋㅋㅋ 읽어도 눈에 안들어 오는  
거지.

저번 글도, 남성성에 대한 정말 중요한 점을 짚어 줬는데  
그런건 하나도 안보이고 집안일이라는 예시에만 꽂혀서 난리들이네 ㅋㅋㅋ

친구들아 너네는 여자인거를 굉장히 잘 활용해서 온갖것을 비난하고 있거든?  
너네 여자 아니었으면 어쩔 뻔 했냐? 비난할 핑계 없어서?  
여자인거만 가지고 그러는 줄 아냐? 사람은 자동 공격기계라니까?  
자기한테 있는 카드는 전부 다 써서 최선을 다 해서 모든 있을 수 있는 가능한  
공격을 다 하는거야  
그래서 공격 기! 계! 라고 부르잖아내가. 자동으로 공격할 건수를 AI 처럼  
찾는 시스템을 돌린다고. ㅋㅋ

근데 왜 하필 여자와 관련된 점에 유독 더 예민하냐면, 너넨 여자가 당해와서  
그렇다고 착각하는데,  
시간이 환상이라니까? 업장 쌓은게 진짜면 그거 다 풀어야 다 풀리는건데,  
전에도 말했지만 수천번 생을 살았을텐데 어떻게 그걸 다 풀어?  
전부 다 가짜라니까? 그런 일은 일어난 적이 없다고!  
공격하기 위해 기억을 만들어내서 품고있으면서 계속 확대 재생산 하는거야!!

그래서 본인이 여자인거에 유독 남들보다 예민한 건,  
에고가 가장 교묘하게 감추는 게 희생자인척 하는 공격자로 드러난 게 본인  
삶에는 여자 라서 그래.  
그 희생자 카드가 어떤 사람은 여자가 아니라 아동학대피해자, 성폭행피해자,  
병자, 장애인 등등 여러가지가 있는거야.  
희생자니까 공격하는 게 잘 보이지도 않고 게다가 공격이 정당화되거든? 감히  
이 성역은 건드리면 안되는거지.  
희생이 공격에서 대단히 중요한 술수이고 이걸 잘 파헤치면 인생이 달라지는  
거고  
그래서 기적수업에 희생에 대한 이야기가 그렇게 많은거야.

에고가 여자라는 몸을 좀 입고 있다고해서 그 살기, 공격성이 갑자기 뭐  
부드럽고 순한  
그런게 되더라도 할 거 같니? 남자들은 몸이 단단하니까 공격성도 더 심하고  
그럴거같아?  
천만에 여자가 더 지독해. 옛말에 여자가 한을 품으면 오뉴월에 서리 내린다  
그러잖어?  
여자인 위장한 공격성이니 정당화되고 숨어서 더욱 지독해 지는 거야.  
시어머니한테 당해 본 사람 알잖아 얼마나 지독한지? ㅋㅋㅋ

아무튼, 따라서

너는 여자다 - (x)  
너는 그리스도다 - (o)

여자는 공격 당해 온 희생자다 - (x)  
공격 당하는 척 하며 공격하려고 여자의 형상을 이용중이다 - (o)

공격 당했기 때문에 내가 이런 피해의식을 갖게 되었다 - (x)  
공격성을 피해의식으로 위장시켜서  
더 적극적으로 공격하기 위해 공격당한 기억을 만들어내고 있다 - (o)

내가, 여자가 많이 당했다라고 말해주는 건 빨리 풀으라고 격려하며 말해주는  
립서비스일뿐임  
진실은 아무도 당하는 사람 같은건 없는거임  
심지어 사람이 겪은 일은 전부 실제로 일어난 일이 아닌 꿈이고 환상임,  
사람도 꿈이고  
시간이 환상이기 때문임..

이런게 무슨 말장난인줄 아는데.. 말장난 아님 이게 유일한 진실임

수행터나 심리센터같은데서 인생 경험만 풀면 되는 줄 알고 당한 경험만 다루고 있는데

그게 핵심이 아니기 때문에 우울감만 강화되고 인생에 비슷한 경험이 반복되는거임

공격하는 자를 보고 인정하고 버리는 것이 수행의 핵심임

그래서 내가 맨날 코인 노래방 가서 개새끼야 찢어죽인다 씹어먹을거다

이렇게 과격하게 풀으라고 하잖어 ㅋㅋㅋㅋ

내말대로 과격하게 풀어본 사람은 알잖어 무슨소린지? 뽕 터지면서 후련해 지잖어 ㅋㅋ

여자로써 공격 당한 것만 풀면 수행이 된다 - (x)

성별에 상관 없이 공격 하고 있는 것을 풀어야 수행이 된다 - (o)

지난 글 댓글 봐봐

여자로써 자신들이 공격당해왔다는 이유를 끌어올리며 글이나 dada를 공격하고 있잖아?

공격이라는 게 뭘 주먹질이나 하는 것만 공격이 아님, 판단 비교 평가 이렇게 전부 공격인거거든

사람은 자동 공격기계라고 했잖아 기억나? ㅋㅋ

글이 맘에 안들면 안읽고 그 시간을 즐겁게 다른거 하며 보내면 되는데, 굳이 시간들여서 길게 댓글 여러개 달면서 평가 판단하며 다른 글에 비해 어찌니 저찌니

공격하는게 되게 쾌감이 있거든? 우울감 쓰면서 공격한단 말야.

우울감 쓰는데 말로는 자기가 피해자라고 하고 있잖아?

정확히 봐. 공격당하는 자란, 공격하는 자를 감추기 위한 책략이야.



내가 여자니까 나는 성착취 한적이 없다 - (x)

전생이라는 환영 속에서 무수히 성착취 해왔음 너도 언젠간 강간범이었음 -  
(o)

여자의 전생 속에서 여자는 당하기만 했을 거임 - (x)

여자도 남자를 성노예 삼고 성착취한 집단기억이 있음 - (o)

이건 수행해보면 나오는데 레무리아 시절 그랬다고 하더라

왜 없겠냐? 레무리아 아니더라도 모계중심 사회에서 충분히 그랬음직하지  
그리고 전생이라는 환상이 뭐 지구인 환상만 있겠냐?

지금껏 너는 그리스도다 라고 했는데 여자 여성성 남자 남성성 이야기 하니까  
막 휩쓸리지?

그건 왜그러냐면 남자와 여자라는 건 성별을 분리해서 공격을 더 교묘하게  
적극적으로 흥미진진하게 하기 위한거라서

이거 얘기하기만 해도 공격성이 막 올라와서 자제가 안되는거야 ㅋㅋㅋㅋ

그래서 내가 그랬자노 여성성의 열등감 이런거 푸는게 수행의 핵심이고 이거  
못 건드려서 도통 못한 사람 많다고 ㅋㅋㅋ

남 녀 는 겉으로는 화합하며 아름답게 살게 되어 있는걸로 보이지만  
무의식 세계 속에선 서로 싸우고 죽이기 위해 만들어진거야.

오늘은 여기까지.. 다음에 또 만나요..

## 58.도전, 용서실습

안녕, 친구들? 오늘은 마지막으로 용서 실습을 해볼 거야.

난 글 봐 주는 사람들 무의식에 접속해서 필요한걸 인지하고 글을 쓰는데

사람들 마음이 화나서 새 글이 받아들여 지지 않아. 이거 어느정도 풀리지 않으면 다음 글을 못 올려.

잘 안 되어도 세상의 평화에 기여한다고 생각하며 노력해 주길 바래 ㅎㅎ 시간이 좀 지나도 계속 돌아와서 이 글대로 해보고 실습을 해 보면 자기 인생에도 여러가지로 좋을 거야.

남자란 어떤 존재인가 2편 을 타겟으로 할 거야.

[https://gall.dcinside.com/board/view/?id=mystery&no=1849540&stype=search\\_name&keyword=dada&page=1](https://gall.dcinside.com/board/view/?id=mystery&no=1849540&stype=search_name&keyword=dada&page=1)

덧) 만약 위 게시글이 삭제된 상태라 볼 수 없다면 네이트판, 디씨인사이드 등 게시판에서 남혐, 여혐과 관련된 글/댓글을 가지고 적용해 보세요.

우선 위의 게시글을 열어. 그리고 댓글을 대충 봐봐.

쭉 내려 대충 훑어보다 보면 자기가 꽂히는 댓글이 있을 거야.

이 글에는 댓글이 많이 달렸는데

본인에게 진짜같이 느껴지고 고구마 백개 먹은거 같은 답답함이 느껴지는 댓글 하나를 골라. 그리고 그거 잠깐 노려보면서 답답함을 느껴봐. 그리고 내 인생에서 어떤 문제로 이런 답답증을 느꼈던가?

기억을 떠올려봐. 분명 연관된 것이 떠오를거야.

이 댓글에서 올라오는 답답함을 청산하면, 너의 인생에서 그 일이 일어나는 원인이 청산되는거야.

이거 이해했어? 겉보기엔 그 글 댓글때문에 답답하지만, 마음속에 느껴지는 그 답답함은

너의 인생에서 문제로 지각되는 것들과 같은 에너지라서 그 댓글 봤을 때 반응이 있는거거든

↓

그래서 여기에 잠시 시간을 들여 용서 작업을 해볼건데,  
댓글 단 그 사람을 용서한다기 보다는, 사실은 자기 자신을 편하게 해 주는 거니까,  
자신에게 혜택이 있는거야. 충분히 답답한거 감수하면서 해볼만한 가치가 있으니 도전해봐.

0. 잘 안 되어도 연습하는거니까 부담갖지 말고 다만 자기자신을 속이지는 말고 되는 정도까지 해본다.

1. 두어번 반복해 읽어서 답답함을 느껴보고

그게 내 무의식속의 죄책감이 겉으로 드러난 것이란 걸 인정해 본다.  
죄책감이 없다면 답답하지도 않을것이다.

2. 이 댓글을 보면 유독 화나거나 답답하거나 비난하고 싶은 이유는,  
내 무의식 속 죄책감을 인정하기가 무서워서  
남의 잘못이라고 떠넘기려고 공격하고 싶어하는 거라는 걸 인정한다.

3. 그런데 애초에 죄가 있다는 건 나의 착각이거든.

답답한게 풀릴 때까지 <나의 진짜 자아는 죄없이 순수하다>

<난 이걸 놓아준다. 집착을 놓아준다> 라고 되뇌인다.

성령, 참나, 그리스도, 예수님, 하나님, 부처님, 상위자아 뭐든지 나보다  
위대한 존재에게

이걸 놓게 해달라고 부탁한다. 그림에서 발톱 빼는 걸 상상한다.

4. 그정도로 잘 안되면 답답한게 풀릴 때까지 소리를 지르거나 욕을 하는 등  
감정 표출을 해본다.

이건 진짜가 아니라 그냥 쌓인 감정일 뿐이고 환영이라고 인지하면서 감정 표출을 한다.

5. 마음이 좀 편해졌는지 살펴보고 완벽하지 않더라도 전보다는 편해졌다면 그 댓글에 대댓글을 달아본다고 생각하고 글을 쓴다.

#### <대댓글의 예시>

복붙하지 마세요 ㅎㅎㅎ 예시 참고만 하시고 자기가 나름대로 진솔하게 한 자 한 자 써보는겁니다.

이 댓글은 내 마음의 죄책감이 겉으로 드러나는 거야. 이걸 용서하면 나도 용서받을거야.

난 평화롭고 싶다. 이걸 놓아준다. 여기 집착 안할거다.

친구야 나는 마음 편해질테니 너의 마음도 편안해지길 바래. 나는 이걸 용서한다.

이 댓글은 내 마음의 죄책감이 겉으로 드러난 거야. 하나님의 평화 속에서 난 이걸 놓아준다.

왜냐하면 이 친구의 자아와 나의 자아는 똑같은 하나님의 자녀로서 하나의 죄없는 자아이기 때문이다.

분리가 아닌 결합을 보게 해주셔서 하나님께 감사드립니다.

이 댓글은 내 마음의 죄책감이 겉으로 드러난 거야. 아직 완전하지는 않지만 조금이라도 놓아줌으로서

나역시 세상의 속박에서 풀려나길 바래본다.

나도 한때는 내 식대로 생각했던 적이 있었으니 나는 함부로 판단하지 않겠다.

이 댓글은 내 마음의 죄책감이 겉으로 드러난 거야.

이 댓글을 보고 용서해서 내 마음의 죄책감이 풀려나게 해주셔서 고맙습니다.

이 댓글을 단 친구가 나를 해방하도록 기회를 주었으니 고마운 친구입니다.  
친구에게 행복과 평화가 있기를 빕니다. 나도 조금씩 더 평화로워질것입니다.

이 댓글은 내 마음의 죄책감이 겉으로 드러난 거야.

이 댓글에서 답답함을 느껴보자니 내 인생의 이런 문제가 떠오른다.

결국 같은 것이었구나. 나는 이 댓글을 용서함으로써 내 인생의 이 문제 또한  
용서받기를

나의 죄없이 순수한 진짜 자아에게 청해 본다. 우리 모두는 하나이다.

---

No Copyright. 저작권 없음. 무단 배포 허용.

dada수행글모음 Part2 바로가기:

[https://docs.google.com/document/d/1EANkeYLwjPRKGCK\\_ZarLEuK5luxFughoTBYYLNya5WM/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/document/d/1EANkeYLwjPRKGCK_ZarLEuK5luxFughoTBYYLNya5WM/edit?usp=sharing)