

행복으로 향하는 길

해리 팔머

다음은 1995년도 플로리다주 올랜드 워저드 코스에서 있었던 해리의 강의를 편집한 것임.

당신은 행복하기를 원하나요?

그 목표를 한 번 생각해 보세요-나는 행복해지기를 원한다. 이것은 많은 사람들이 갖고 있는 일반적인 목표입니다.

제가 당신에게 묻고 싶은 것은 왜 행복해지기를 원하느냐는 것입니다.

그것을 논리적으로 풀어볼까요? 당신이 사탕가게를 지나가게 되었습니다. 그런데 갑자기 가게에 들어가 사탕을 먹고 싶은 욕망이 듭니다. 왜일까요? 그것은 당신이 사탕이 맛있다는 것을 알고 있기 때문입니다. 당신은 그것을 먹어 보았고 사탕이 어떤 맛인지를 알고 있습니다.

다시 '나는 행복해지기를 원한다' 로 돌아 가세요. 왜그럴까? 기분이 좋기 때문이지요. 당신은 행복한 순간을 경험해 보았기 때문에 그것이 기분 좋다는 것을 알고 있는 것입니다.

그렇다면 당신은 왜 그것으로부터 떠났나요?

당신은 아마 이렇게 말할 것입니다. “글쎄요, 내가 옳지 않은 결정을 했습니다. 내가 하지 말아야 할 일을 했고, 행하지 말아야 했던 행동들을 했습니다. 그래서 나는 지금 여기에 있게 되었지요.”

잠깐동안 자기가 신성한 “나”로서 이 세계를 당신의 손에 들고 있는 것을 상상해 보세요.

그리고는 이렇게 생각하세요. “괜찮다, 그것은 정말 괜찮다.” 그리고 당신은 행복합니다. 이것이 자연적 상태입니다. 당신은 세계 밖에 있고 세계는

그것은 더 이상 똑같은 “나”, 행복한 “나”가 아닙니다. 이제는 의문을 가진 “나”이지요. 신(神)이 우리를 혼란에 빠뜨리기 위해 모든 창조를 “나”로 경험하도록 했을까요?

당신이 “나”로서 세계에 들어갑니다. 그리고는 자기를 한정짓기 시작하지요: “는 백인이다. 나는 미국인이다. 나는 금발머리이다. 나는 대학을 졸업한 사람이다. 나는 개를 기른다. 나는 스포츠카를 타고 다닌다.” 이 보다 더 많은 한정들이 있습니다. 한정이 많을수록 세계속으로 더 깊이 들어갑니다.

어느날 당신은 이렇게 말합니다. “나는 행복해지기를 원한다.” 그것은 사실상 “나는 완전하기를 원한다.” 는 뜻이지만 그것을 이해하지 못하는 우리는 그것을 “나는 행복해지기를 원한다.”로 표현하는 것입니다.

어느 순간에 당신은 행복해지기에는 ‘신뢰’가 큰 부분을 차지한다는 것을 기억합니다. 그리하여 당신은 신뢰하기 시작하는데 당신이 처음 본 것은 잡지의 한 광고 문구입니다. “성공적인 사람이 되십시오. 행복한 사람이 되십시오. 롤스로이스를 운전하십시오.”

“행복”. 당신이 원하는 것이질 않습니까? 당신은 또 신뢰하는 사람입니다. 그것 또한 당신이 원하는 것이구요.

그러다면 롤스로이스, 바로 이것이 행복의 비밀이었습니다. 그리고 당신은 그 생각을 꼭 붙들습니다. 롤스로이스의 부재(不在)가 곧 불행임을 한정짓습니다. 그리하여 당신은 창조하기 시작합니다. “나는 정말 롤스로이스가 필요하다! 나는 행복해지기 위해 롤스로이스가 필요하다.” 당신은 “불행하게도 롤스로이스가 없음”이라는 스스로에 대하여 한정 지으며 “내가 롤스로이스를 가질 때 비로소 나는 행복할 것이다”를 생각하며 수년 동안 정말로 오랜 세월을 돈을 벌기위해 노동을 합니다.

드디어 충분한 돈이 마련되어 롤스로이스 영업소에 갑니다. 당신은 자신의 삶의 영적수련 방법들 또 한 번 행하기로 하여 자동차 판매원을 신뢰합니다. 돈을 다 지불하고 새차에 올라타입니다. 지복의 순간이지요. “이것이 행복이라는 거로구나”

영업소에서 차를 운전하고 밖으로 나와보니 거리에는 당신의 새 롤스로이스를 망칠 수 있는 다른 차들이 있다는 것을 알게 됩니다. 당신은 자기 차를 보호하기를 원합니다. 당신이 필요한 것은 바로 차고입니다. 차고가 있다면 아마 당신은 행복할 것입

소요하기 또는 보호하기 그 어느 ‘것’도 당신을 행복하게 하기에는 성공을 못합니다. 행복을 잃어버린 곳에서 찾는다 말입니다.

괜찮고 그리고 당신은 행복합니다. 세계가 괜찮지 않을 때 당신은 행복하지 않습니다.

그런데 세계에 무슨 일이 벌어집니다. 당신은 무슨 일인가 보기 위해 세계 속으로 들어갑니다. “내가 어떻게 이것을 괜찮게 만들 수 있을까?”

“나?”

니다. 오! 그 차고를 보호해 주는 보호막이 필요합니다. 어쩌면 그 보호막을 보호해 줄 또다른 보호막. 여하튼 당신은 “행복”이 이렇게 많은 일을 차지할 줄 미처 기억해내지 못합니다.

걱정과 근심. 당신의 행복은 어떻게 되었나요? 당신은 그것을 취하고나서 그것을 보호합니다. 그 두 가지는 함께 갑니다—취하고 보호하고. 당신이 무엇인가를 보호할 때는 행복하지 않습니다. 어쩌면 당신은 옳지 않은 충고를 받아들였는지 또는 행복을 엉뚱한 곳에서 추구했는지도 모르지요.

당신은 이 세상에 그 어느 것도 당신을 행복하게 할 수 없다는 것을 압니다. 추구하기, 소요하기 또는 보호하기 그 어느 ‘것’도 당신을 행복하게 하기에는 성공을 못합니다. 당신은 그것을 가지기 전까지 행복하지 않고 또 그것을 가진 다음에 혹시 그것을 잃지 않을까 고민하기에 역시 행복하지 않습니다. 당신은 정말 행복하길 원합니까? 부와 명예로 만족하지 않을 것을 확신합니까? 저는 당신이 무엇을 생각하고 있는지 압니다: “이래도 저래도 불행하기 매한가지라면...” 아니예요, 아닙니다. 행복을 먼저 추구하세요. 당신이 행복하다면 부자가 되는 것은 견딜 수 있을 겁니다. 그러나 당신이 부자가 되어도 아직 불행하다면 그 얼마나 견디기 힘든 고통입니까?

행복의 필요조건은 내면의 평화를 회복하는 것입니다. 내면의 평화 없이 행복해질 수가 없습니다. 내면의 평화 없이는 기쁨이 없습니다. 만약 당신이 화가 나있거나 내면의 평화가 부족하다면 당신은 행복할 수가 없습니다. 귀속물들은 당신의 내면의 평화를 갇아 먹습니다.

기대는 내면의 평화를 방해합니다.

당신이 무슨 일이 일어날 것을 기대했는데 그것이 이루어지지 않습니다. 그러면 당신은 실망을 경험합니다. 그리하여 당신은 방해를 받고 내면의 평화를 잃게 되지요. 당신은 세상의 소용돌이 속으로 휩쓸려 간 것입니다. 어떤 사람들은 자기가 기대를 창조해 스스로 실망을 경험하게 된 것을 인정하기 보다는 자기의 내면의 평화가 방해된 것을 다른 사람에게 책임을 돌리는 사람들도 있습니다. “너는 내가 기대한 대로 하지 않았지. 창피한 줄이나 알아.”

충분한 고통의 시간—대개의 경우 평생—을 보내 다음 아침내 당신은 이렇게 결정합니다.

“어쩌면 행복을 내가 잃은 곳에서 찾아야 할지 몰라.” “반짝” 하고 전구가 켜집니다. 이 얼마나 멋진 생각입니까? 행복을 잃어버린 곳에서 찾는다 말입니다.

그리하여 당신은 스스로 한정지어 놓은 것을 하나씩 벗어버립니다: “나는 스포츠카를 타고 다니는 사람이 아니다. 나는 개를 기르는 사람이 아니다.” 이것들은 그저 한정일 뿐입니다.

“나는 미국사람이 아니다. 나는 백인이 아니다.” 이것들은 한정입니다. “나는 행복하기 위해서 롤스로이스가 필요하지 않다.” 기대를 하지 않는 것입니다. 내가 행복해지기 위해서 무슨일이 생겨야 하거나 생기지 않아야 하는 것이 아닙니다. 당신은 세상을 바라보고 있었던 예전의 관점으로 돌아가고 그리고 그것이 괜찮습니다.

이것이 바로 “다시 떠오르기” 입니다. 작은 “나”들이 행복을 찾는 것은 사실상 신성한 “나”의 관점으로 되돌아 가기를 갈망하는 것입니다. (재

기대를 하지 않는 것입니다. 내가 행복해지기 위해서 무슨일이 생겨야 하거나 생기지 않아야 하는 것이 아닙니다. 당신은 세상을 바라보고 있었던 예전의 관점으로 돌아가고 그리고 그것이 괜찮습니다. 이것이 바로 “다시 떠오르기” 입니다.

미있는 것은 마케팅과 선전광고가 먹혀드는 것은 인식하지 못하는 영적갈망에 호소하기 때문입니다.)

이것은 과히 관습적인 영적수행의 가르침이었습니다. 보다 깊은 가르침은 이것을 넘어 한 단계 더 나아갑니다. 그것은 만약 당신이 자기의 욕망과 두려움을 관리할 수 있는 충분한 기술 및 지혜를 터득한다면 당신이 이 세계에 참여하여 불행해지거나 덮어 걸리지 않고 보다 나은 세계로 바꿀 수 있다고 합니다.

자, 그것이 바로 아봐타입니다. 당신은 자기 스스로를 빠져들게 하는 한정짓기를 멈추는 것에서부터 시작할 수 있습니다.