

다른 사람을 미워하는 마음

2026년 5월 21일

들어가기에 앞서. 검색의 목적이 아니라면 LLM 기반 챗봇을 쓰지 말자는 생각을 했다. 스스로 글을 쓸 수 있다는 것은 축복이다. 맞춤법이 틀리거나 문장이 어색할 수 있지만 내용에 문제가 없으면 걱정하지 않아도 될 것이다.

글을 쓰는 목적. 혼자만의 비공개 노트에 쓰면 생각을 끝맺지 못하고 같은 글을 반복해서 쓰는 반추에 빠지는 경우가 많다.¹ 공개적인 글 작성은 그것을 방지해준다. 일단 써서 올리면 더 이상 생각하지 않아도 된다. 하지만 다른 사람에게 내가 (실제로는 그렇지 않지만) 현명한 사람인 것처럼 내세우려는 허영심에 이끌리지 않도록 주의해야 한다.

본문. 많은 경우에 다른 사람을 미워하는 마음은 진실로부터 내 눈을 돌리게 하려는 자아(ego)—또는 “내 안의 어리석은 자”—의 속임수이다.

- 겸허한 진실은 무엇인가? 불만족스러운 일이 일어났고 가장 큰 원인이 나에게 있었다는 것이다.
- 자아(ego)가 만들어낸, 진실로부터 눈을 돌리게 하는 속임수란 무엇인가? 다른 사람의 잘못만을 쳐다보며 그 사람을 비난하는 생각을 끊임없이 내 의식의 표면에 띄우는 것이다. “저 사람이 저렇게 했다면/하지 않았다면 이런 일이 일어나지 않았을텐데”라고 계속해서 곱씹으며.
- 왜 이런 일이 일어나는가? 예민하고 민감한 자아상을 유지하기 위해서이다. “나는 좋은 사람이라고! 나를 제대로 알고 이해해주지 못한 저 사람에게 문제가 있어.”
내 문제를 감추기 위해 자아(ego)가 헛된 영상을 내 의식의 표면에 띄운다. “저 사람이 저런 잘못을 저질렀다. 혐오스럽다. 저 사람을 비난해야 한다.”라고.
- 이런 상황에서 나는 “이 비난은 자아의 속임수, 악마의 유혹이구나”라고 바르게 꿰뚫어 알아야 한다. 다른 사람의 어리석음과 악행을 곱씹으며 수십 번 불평할 수 있다면 (나는 평범한 사람보다 어리석었으면 어리석었지 현명하지 않았기 때문에) 내 어리석음을 수백 번은 비난해야 했을 것이다. 하지만 다른 사람의 사소한 잘못은 부풀리고 내 잘못은 교묘하게 감추어 버린다. 내 안에 있는 어리석으면서도 나를 선동하고 이간질하는 데에는 능숙한 자아(ego)가!

여담. 나는 (경우에 따라서는 매우 어리석게도...) 몇 사람들이나 몇 집단과 연을 끊었고 돌아보지 않을 각오로 떠났다. 좋아하는 마음도 미워하는 마음도 괴로움을 만들 뿐이다.

그럼에도 자아(ego)는 “저 사람과 친하게 지내고 싶다”라거나 “저 사람이 너무 싫다”라며 집착에 빠진다. 괴로움을 유발하는 사람이 있을 때 내가 할 수 있는 (최선은 아닐지라도...) 최강의 대응은 그 사람과 관련된 정보를 보지 않고 듣지 않는 것이다. 정보가 유입되더라도 어떤 반응도, 대답도 해주지

¹하지만 (나에게는 그 사람에 대한 판결을 내릴 자격이 없음에도) 다른 사람의 잘못을 들추는 등 다른 사람의 민감한 자아를 건드릴 만한 내용은 내 비밀 노트에 적는 수밖에 없을 것이다.

않는 것이다. 그리고 부처가 말했듯이, 싫어하는 마음은 물론 좋아하는 마음도 버리고 자비의 마음으로 가득 채우는 것이다.