

LEVEL 1 인간과 마음의 구조

Human Structure & Mind OS

— 동물적 '인간' 에서 공적 주체 '사람(眞人)' 으로 —

" 당신은 환경에 지배받는 고깃덩어리가 아니라, 차원계의 모순을 청소하러 파견된 공적 주체다."

- ① 인간을 '영혼 70% + 육신 30%'의 이중 구조로 설명할 수 있다.
- ② 마음 운영체제 (Mind OS)의 파싱·필터링 기전을 설명할 수 있다.
- ③ 자신의 '잣대와 고집'(6 단계 저항 사슬)을 탐지할 수 있다.
- ④ 관찰자 의식으로 갈등 순간을 30% 열고 받아들이는 실습을 수행할 수 있다.

"마음을 다스리는 것은 도덕 수양이 아니라, 오작동 소스코드를 찾아 고치는 의식 공학적 디버깅이다."

정법 14,000 강 → TOP20·TOP100 → LEVEL1 교재 → 본 강의

LEVEL 1 (SH) 인간과 마음의 구조 ← 지금 여기

- LEVEL 2 (SH) 성장의 원리 (고집 해체)
- LEVEL 3 (RC) 관계와 공명
- LEVEL 4 (SC) 홍익실천
- LEVEL 5 (HC) 홍익문명

7장 구성 : 제 1 장 인간이란 | 제 2 장 3:7 | 제 3 장 마음 OS

제 4 장 의식·무의식 | 제 5 장 잣대·고집 | 제 6 장 관찰자 의식 | 제 7 장 실습

" 인간(人間) 에서 사람(真人) 으로 — 진화의 첫 관문이 LEVEL 1 이다."

■ 낡은 규정 (Old Civilization)

인간 = 생물학적 유기체, 환경의 희생자, 각자도생

■ 심테크의 선포

인간 = 대자연의 법도와 우주 정보장을 가동하는 고차원 의식의 실체

파견 목적 = 사적 (Private) 이익이 아닌 공적 (Public) 사명

" 차원계의 모순을 청소하고 인류를 이롭게 한다 "

" 육신은 잠시 빌려 쓴 아바타 옷일 뿐이며, 진짜 주인은 대자연에서 온 비물질 에너지인 영혼, 당신 자신이다."

사적 (Private) 자아

" 나는 내 삶의 절대 주인 "

생존 본능 · 사리사욕

환경의 희생자



공적 (Public) 주체

" 나는 모순 청소의 파견자 "

대자연 법도 · 인류 이로움

정보장 가동자

" 사적 삶에서 공적 사명으로 — 정체성의 좌표를 옮기는 순간 현실이 재배열된다."

■ 산속이 아니라 일상이 수행처

나를 흔드는 직장 갈등·가족 마찰 = 대자연이 배정한 '천혜의 교재'
격리·도피가 아니라, 발 딛고 선 현장에서 모순을 청소

■ 피해자 의식의 청산

"저 사람 때문에" (탓) → "이것이 나에게 무엇을 공부시키는가" (공부)

"나를 흔드는 악조건은 대자연이 내 모순을 깨부수고 성장시키기 위해 배정해 준 완벽한 천혜의 교재다."

- ✓ 인간은 환경의 희생자가 아니라 공적 사명의 주체다
- ✓ 육신은 영혼이 잠시 빌린 ' 공부용 아바타 옷 ' 이다
- ✓ 일상의 마찰이 곧 모순 청소의 학습 현장이다

- ☐ 나는 ' 공적 주체 ' 와 ' 사적 자아 ' 를 한 문장으로 구분할 수 있다 . (Y/N)
- ☐ 나는 오늘의 갈등 1 개를 ' 교재 ' 로 바꿔 적어 보았다 . (Y/N)

" 인간은 공적 주체이고, 육신은 빌린 옷이며, 일상은 학습 현장이다."

■ 인간 = 비물질 영혼 (70%) ⊕ 물질 육신 (30%)

Human Quality = Soul(70%) + Body(30%)

영혼 (70%): 의식의 핵심 주체 . 지혜 생산 · 주파수 운용의 코어

육신 (30%): 영혼이 경험 · 질량을 채우도록 대여된 센서 하드웨어

" 비물질 70% 와 물질 30% 가 결합한 상태를 ' 인간' 이라 칭한다."

영혼이 사적 욕망 · 고집에 갇힘



비물질 장에 '탁기 (Dense Energy)' 축적



탁기 밀도가 임계점 70% 초과



압력이 육신 (30%) 에 투사 → 통증 · 질환 · 환경 파탄 = 경고 신호

" 육신을 치료하기 전에 영혼의 주파수를 먼저 디버깅해야 한다."

■ 교재의 논지

신체 질환 · 만성 통증 발생 시 , 내가 완강히 우겼던 고정관념을
' 고집 밀도 게이지 ' 로 역추적하여 스스로 고백하고 꺾는다
영혼의 주파수 디버깅과 의료적 치료를 함께 가동

" 병원을 찾아가기 전에 , 내 잣대로 세상을 난도질하던 단단한 ' 고집 ' 부터 파쇄해야 치료가 시작된다 . "

■ 죽음의 재정의

수명이 다해 에너지 대칭이 붕괴되면 영혼은 아바타 옷을 벗고 차원계로 복귀
'죽음' = 정보장이 육체 인터페이스를 차단하고 다음 주기를 위해
주파수를 승화 · 보존하는 에너지 회수 기전

■ 함의

육신을 '나 자신'으로 가두는 오만을 청산하면, 죽음의 본능적 두려움이 해체된다

" 죽음은 종말이 아니라, 정교한 에너지 회수 기전이다."

[실전 프로토콜] 동일시 해제 서원 — 5 분

1. "나는 이 육신이 아니다 . 나는 영혼이다 ." 를 소리 내어 3 회 선포
2. 현재 가장 강하게 집착하는 육신 관련 걱정 1 가지를 적기
3. " 이것은 30% 의 신호이며 , 70% 의 나는 이 너머에 있다 ." 로 재구성
4. 자경 일지에 기록

" 영혼이 육신을 ' 나 ' 로 착각하는 동일시를 해제하는 순간 , 두려움의 뿌리가 뽑힌다 . "

- ✓ 인간 = 영혼 70% + 육신 30%의 이중 구조
- ✓ 탁기가 70% 임계를 넘으면 육신에 경고 신호로 투사된다
- ✓ 죽음 = 에너지 회수 기전 / 동일시 해제로 두려움이 해체된다

- ☐ 나는 3:7 구조를 그림으로 설명할 수 있다. (Y/N)
- ☐ 나는 동일시 해제 서원을 완료했다. (Y/N)

" 진짜 당신은 30%의 몸이 아니라 70%의 영혼이다."

■ 마음 OS (Mind Operating System)

영혼의 주파수 신호를 물질 현실로 번역하는 중간 운영체제
인식 · 감정 · 의지 · 기억을 파싱하고 필터링하는 코어 레이어

■ 핵심 기능

파싱 (Parsing): 외부 자극을 의미 단위로 분해 · 해석
필터링 (Filtering): 사적 잣대로 왜곡 · 선별하여 반응 생성

" 마음 OS 는 현실을 있는 그대로 보여주지 않는다. 내 잣대로 왜곡된 현실을 보여준다."

외부 자극 입력 (사건 · 인연 · 환경)



파싱 레이어 : 의미 단위 분해



필터 레이어 : 사적 잣대 적용 → 왜곡



감정 · 의지 생성 (반응 패턴)



육신 반응 출력 (언어 · 행동 · 신체 증상)

" 내 마음 OS 의 필터를 바꾸면, 같은 사건이 다른 현실로 출력된다."

사건 발생 (중립적 자극)



사적 잣대 필터 활성화 (과거 업식 + 고집)



왜곡된 의미 생성 : ' 나를 무시했다 '



방어 반응 : 분노 · 회피 · 공격



갈등 증폭 → 타기 축적

" 필터를 바꾸지 않으면, 다른 사람도 같은 방식으로 나를 화나게 한다."

■ 직장 갈등 시나리오

상사가 '보고서 수정해' 라고 말함 (중립적 자극)

필터 A: '내 능력을 무시한다' → 분노·위축 → 업무 회피

필터 B: '더 나은 방향을 원한다' → 수용·개선 → 성장

■ 결론

같은 자극, 다른 필터 → 완전히 다른 현실 출력

" 현실은 사건이 만드는 것이 아니라, 내 마음 OS 의 필터가 만드는 것이다."

[실전 프로토콜] 에러 스캔 — 7 분

1. 오늘 가장 강하게 반응했던 사건 1 건을 적기
2. ' 사건 자체 ' 와 ' 내가 붙인 의미 ' 를 분리하여 나란히 쓰기
3. 그 의미를 만든 사적 잣대 (필터) 의 이름을 붙이기
예 : ' 무시당함 필터 ' / ' 완벽주의 필터 ' / ' 피해자 필터 '
4. 자경 일지 로그 A 에 기록

" 에러를 탐지하는 순간, 디버깅이 시작된다."

- ✓ 마음 OS = 영혼 · 육신 사이의 번역 필터 운영체제
- ✓ 사적 잣대 필터가 현실을 왜곡하여 반응을 생성한다
- ✓ 필터를 탐지 · 명명하는 순간 디버깅이 시작된다

- ☐ 나는 마음 OS 의 파싱 · 필터링 기전을 설명할 수 있다 . (Y/N)
- ☐ 나는 내 필터 1 개에 이름을 붙였다 . (Y/N)

" 필터를 알면 현실을 바꿀 수 있다 . "

■ 표면 의식 (30%)

현재 자각 가능한 생각 · 판단 · 의지 영역
'내가 선택한다'고 느끼는 영역

■ 무의식 업식 (70%)

과거 생의 각인 + 현생 학습으로 누적된 자동 반응 패턴
표면 의식이 자각하지 못한 채 반응을 지배하는 심층 레이어

" 나는 30% 만 선택하고, 70% 가 나를 움직인다."

수면 위 (30%) — 표면 의식 : 생각 · 판단 · 의지 · 자각 반응



수면 아래 (70%) — 무의식 업식 : 자동 반응 · 감정 패턴 · 각인된 믿음



업식의 발작 : 임계점 초과 시 표면으로 폭발



관찰자 의식 : 발작을 에러 코드로 읽는 분별력

"빙산의 수면 아래를 보지 못하면, 충돌을 피할 수 없다."

■ 업식의 발작 (Karmic Eruption)

무의식 업식이 임계점을 넘어 표면으로 폭발하는 현상
'통제 불가능' 한 감정 폭발 · 집착 · 공포의 정체

■ 탈출구 : 객관적 분별력

발작을 '나' 로 동일시하지 않고 에러 코드로 읽는 능력
→ 관찰자 의식의 전신 (前身)

" 발작을 멈추는 힘은 억압이 아니라, 객관적으로 들여다보는 분별력이다."

■ 토론 주제 (열린 질문)

" 최근 내가 통제 불가능하게 반응했던 한 장면을 떠올려라 .
그 발작은 표면 30% 의 선택이었는가 ,
아니면 무의식 70% 의 어떤 업식이 방아쇠였는가 ?"

▶ 옆 사람과 3 분간 나누십시오 .

" 내 반응의 주인을 찾으면, 비로소 운전석에 앉을 수 있다."

- ✓ 표면 의식 30% / 무의식 업식 70%
- ✓ 통제 불가능한 감정은 업식의 발작이다
- ✓ 탈출구는 억압이 아니라 객관적 분별력 (관찰자 모드) 이다

- ☐ 나는 의식·무의식 비율을 빙산 도식으로 설명할 수 있다. (Y/N)
- ☐ 나는 내 발작 1 건을 '업식의 분출'로 재해석해 보았다. (Y/N)

"30 대 70 — 진짜 나를 움직이는 것의 정체를 알았다."

■ 잣대 (Metric Frame) 의 형성

환경 · 설익은 지식 · 사회 관습으로 구축한 완고한 사적 기준

■ 고집 (Stubbornness) 의 탄생

사적 잣대를 '절대 진리'로 착각하는 순간

→ 대자연 법도를 거부하고 타인의 주파수를 난도질

" 내 상식을 진리라고 믿는 순간, 잣대는 고집이라는 괴물로 자란다."

1 단계 정체성

" 나는 내 삶의 절대적 주인이다 " — 사적 자아의 분리

2 단계 고집

내 상식을 절대화하여 주파수 고착

3 단계 집착

고집 관철을 위해 주변 인연을 조종하려는 지배욕

4 단계 두려움

잣대가 부서질 때 지분 · 자존심을 잃을 공포

5 단계 방어기제

남 탓을 하며 스스로를 피해자로 위장

6 단계 합리화

" 상식적으로 원래 그래 " — 위장의 언어 사출

" 고집은 6 단계 사슬로 굳는다 — 그 끝은 언제나 ' 합리화 언어' 다."

가짜 하심 (탁기 압축)

내 잣대를 쥔 채 비난 · 감정을 억지로 꼭 누름
→ 에너지 강제 압축
→ 며칠 뒤 더 큰 파탄으로 폭발

진짜 소화 (Digestion)

상대 자극을 내 잣대로 재판하지 않고
30% 의 문을 열어 흡수
" 이 상황이 나에게 무엇을 공부시키는가 "



" 억지로 참는 가짜 하심은 독소를 가둔다. 진짜 변화는 30% 의 문을 여는 ' 진짜 소화 ' 에서 시작된다. "



■ 의미 재해석 속도 (Cognitive Reframing Velocity)

외부 사건을 '사적 피해'에서 '공적 공부'로 재구성하는 속도
이 속도가 빠를수록 고집 사슬은 스스로 녹아 지혜로 변환

Reframing Velocity = $\Delta(\text{사적} \rightarrow \text{공적 프레임}) / \Delta t$

LEVEL 1 목표 : 재해석 속도 측정 시작

LEVEL 2 목표 : 24 시간 $\rightarrow$ 1 시간 이내

" 재해석이 빠를수록, 고집은 빨리 지혜가 된다."

■ 위장의 언어 표상 (탐지 키워드)

" 상식적으로 " / " 원래 " / " 당연히 " / " 나도 알지만 "

■ 현장 진단

이 단어들이 튀어나오는 순간 = 6 단계 사슬이 풀가동 중이라는 신호
빈도가 높을수록 고집 밀도 게이지가 높다
일일 경보 기준 : 2 회 이하 = 양호

" ' 원래 그래 ' 는 변화를 거부하는 영혼의 자동 방어음이다. "

[실전 프로토콜] 사적 피해 → 공적 공부 전환 — 10 분

1. 오늘 가장 불쾌했던 인연의 자극 1 건을 적기
2. "저 사람이 나를 ___ 했다" (0% 거부 상태) 그대로 쓰기
3. "내 안의 어떤 고집을 깨우려고 자연이 보낸 교재인가" 로 완전히 뒤집어 다시 쓰기 (30% 열림)
4. 전환에 걸린 [의미 재해석 속도] 를 기록 (분 / 시간 단위)

" 같은 사건, 두 개의 문장 — 그 사이의 시간이 당신의 진화 속도다."

■ 토론 주제 (열린 질문)

" 내가 자주 쓰는 합리화 언어 (6 단계) 를 거꾸로 거슬러 올라가라 .

그 끝에 있는 나의 1 단계 정체성 —

" 나는 ___ 의 주인이다 " 는 어떤 모습인가 ?"

▶ 옆 사람과 나누십시오 .

" 사슬은 6 단계에서 들리고, 1 단계에서 풀린다."

- ✓ 잣대를 '진리'로 착각하면 고집이 된다
- ✓ 고집은 6 단계 사슬 (정체성→...→합리화) 로 굳는다
- ✓ 가짜 하심 (압축) ≠ 진짜 소화 (30% 열림)
- ✓ 의미 재해석 속도가 빠를수록 사슬이 녹는다

- ☐ 나는 6 단계 저항 사슬을 순서대로 말할 수 있다 . (Y/N)
- ☐ 나는 오늘 합리화 언어 빈도를 카운트했다 . (Y/N)
- ☐ 나는 사건 1 건을 ' 공적 공부 ' 로 재해석하고 속도를 켜다 . (Y/N)

"LEVEL 1 의 심장부를 통과했다."

- **갈등의 순간 — 빛의 속도로 열리는 '사적 재판소'**
상대를 피고인석에 앉히고 정죄하기 바쁜 재판관 모드
- **관찰자 의식 (Observer Consciousness)**
이 재판관 노릇을 하는 나 자신을 유령처럼 한 걸음 물러서서
투명하게 바라보는 고차원 자각 상태

" 상대를 재판하는 나를 바라보는 순간, 재판소는 철거된다."

■ 상대는 나의 거울

상대가 던지는 모순된 파동 (잔소리 · 비난) 은
내 내면의 모순을 비추는 대자연의 정밀한 거울

■ 30% 임계점

상대를 탓하지 않고 그 환경을 ' 내 공부 ' 로 30% 받아들이는 순간
→ 방어기제 해제 , 갈등 주파수가 흔적 없이 증발

" 상대의 모습은 정확히 내 내면의 모순을 비추는 대자연의 정밀한 거울이다."

[실전 프로토콜] 3 초 경청 지연 (Latency) 훈련

1. 상대의 자극적 발언이 귀에 꽂히는 순간 — 즉답 금지
2. 혀를 입천장에 붙이고 호흡을 이완, 최소 3 초 확보
3. 그 3 초 동안 묻기: "이 파동이 내 어떤 고집을 비추는가"
4. 반박 대신, 30% 열어 흡수

"3 초의 침묵이, 평생의 사슬을 끊는다."

■ 관찰자 의식의 전제 : 기복 (祈福) 의 종식

외부 신성 · 집단에 복과 해결을 구걸하는 노예 주파수 마감
해결의 좌표를 ' 외부 ' 에서 ' 내 잣대 필터 ' 로 회수

■ 결과

구걸을 멈출 때 , 우주 정보장이 나의 원력으로 화답

" 복을 빌어 해결하려는 유약한 노예 상태를 마감할 때 , 비로소 우주 정보장이 당신의 원력으로 화답한다."

- ✓ 갈등 순간 열리는 '사적 재판소' 를 관찰자 의식으로 철거
- ✓ 상대는 내 모순을 비추는 거울 — 30% 받아들이면 갈등 증발
- ✓ 3 초 경청 지연이 재판관과 관찰자를 가른다
- ✓ 외부 기복을 마감할 때 원력이 화답한다

- ☐ 나는 '재판관 모드' 를 자각하고 멈출 수 있다. (Y/N)
- ☐ 나는 오늘 3 초 경청 지연을 1 회 이상 실천했다. (Y/N)

" 관찰자 의식이 가동되면, 갈등은 교재가 된다."

■ 실습의 목적

주관적 위선 방지 + 마음 OS 의 에러 로그를 '객관적' 으로 수집
매일 밤 내면의 블랙박스를 기록 → 멘토가 소스코드 오류를 디버깅

■ 두 개의 로그

로그 A: 합리화 언어 트래킹

로그 B: 의미 재해석 일지

" 기록되지 않은 성찰은 위선이고, 기록된 성찰은 데이터다."

[로그 A] 합리화 언어 정량 기록 — 매일 밤

오늘 하루, 내 고집을 방어하려 뺀 단어의 횟수를 기록 :

· " 상식적으로 " ____ 회

· " 원래 " ____ 회

· " 당연히 " ____ 회

· " 나도 알지만 " ____ 회

→ 합계 ____ 회 (일일 경보 2 회 이하 = 양호)

" 내가 몇 번 ' 원래 ' 라고 말했는지 세는 순간, 고집이 드러난다."

[로그 B] 의미 재해석 일지 — 매일 밤

1. 오늘 가장 불쾌했던 인연의 자극을 적기
2. 0% 거부 : " 저 인간이 나를 무시했다 "
3. 30% 열림 : " 내 안의 어떤 고집을 깨우려고 자연이 보낸 교재인가 "
4. 전환에 걸린 [의미 재해석 속도] 기록 + 성찰 한 줄

"0% 거부에서 30% 열림으로 — 그 전환 속도가 나의 성장이다."

■ LEVEL 1 자경 일지 ↔ 5 대 평가 도구 (커리큘럼 제 8 장)

로그 A (합리화 언어 빈도) → ' 자경 일지 ' 성찰 지수

로그 B (의미 재해석 속도) → ' 성장 추적표 ' 진화 곡선

3 초 경청 지연 기록 → LEVEL 2 진급 데이터 (평균 3 초 ↑)

동일시 해제 서원 기록 → 자기 자각 지수

" 지도는 행동하고 기록하는 자에게만 전체 경로를 드러낸다."

- ✓ 매일 밤 마음 OS 에러 로그를 객관적으로 수집한다
- ✓ 로그 A = 합리화 언어 빈도 (일일 2 회 이하 목표)
- ✓ 로그 B = 의미 재해석 속도 (단축 추이가 성장)

- ☐ 나는 로그 A·B 를 매일 밤 작성하는 루틴을 시작했다 . (Y/N)
- ☐ 나는 내 합리화 언어 합계와 재해석 속도를 수치로 안다 . (Y/N)

" 블랙박스를 켜는 순간, 진짜 성장이 시작된다."

LEVEL 1 — 7 대 좌표

- ① 인간 = 공적 사명의 주체 (제 1 장)
- ② 영혼 70% + 육신 30%, 탁기는 임계 70% 에서 육신에 투사 (제 2 장)
- ③ 마음 OS = 영혼·육신을 잇는 번역 필터 (제 3 장)
- ④ 표면 30% / 무의식 업식 70% — 발작의 정체 (제 4 장)
- ⑤ 잣대→고집→6 단계 사슬, 진짜 소화·재해석 속도 (제 5 장)
- ⑥ 관찰자 의식·거울·30% 임계점·3 초 지연 (제 6 장)
- ⑦ 자경 일지 (로그 A·B) 로 매일 디버깅 (제 7 장)

" 동물적 ' 인간 ' 에서, 자기 잣대를 내려놓은 ' 사람 (眞人) ' 으로."

[LEVEL 1 → LEVEL 2 통과 기준] ※ 커리큘럼 제 7~9 장 근거

- ▶ '고집 탐지기'로 자신의 합리화 언어 가동을 스스로 시인
- ▶ 자기 자각 지수 70% 이상 달성

[최종 체크리스트] 각 1~5 점 자가 채점

1. 인간을 3:7로 설명할 수 있다
2. 마음 OS의 왜곡 흐름을 설명할 수 있다
3. 6단계 저항 사슬을 순서대로 말할 수 있다
4. 가짜 하심과 진짜 소화를 구분한다
5. 3초 경청 지연을 실천하고 있다
6. 자경 일지 (로그 A·B)를 매일 쓰고 있다

▶ 24 점 이상 + 자각 지수 70% = LEVEL 2 진급 / 미만 = 해당 장 재수행

"합격은 시험 점수가 아니라, '내 고집이 지금 가동된다'는 시인이다."

내 마음의 구조를 자각했으니 —
이제 그 고집을 실제로 '파쇄' 할 차례

▶ **LEVEL 2 (SH) 성장의 원리**
고집의 물리학 · 6 단계 저항 사슬 해체
30% 임계점 돌파 · 의미 재해석 속도 가속 (1 초 정렬)

"LEVEL 1 은 거울을 본 것이고, LEVEL 2 는 거울 속 고집을 부수는 것이다."



SIMTECH WORLD UNIVERSITY

LEVEL 1 인간과 마음의 구조

Human Structure & Mind OS

마음이 곧 기술이다