

동양의 마음과 상담*

박 성 희

청주교대 초등교육과

마음은 사람을 움직이는 핵심 기제로서 상담에서 다루는 주요 주제에 속한다. 상담자들이 부딪히는 다종다양한 상담 과제들도 알고 보면 마음에 관련된 것들이 대부분이다. 따라서 상담자들이 마음의 정체와 기능에 대해 해박한 지식을 갖는 것은 필수 사항으로 여겨진다. 이 연구는 마음에 관한 동양의 관점을 분석, 정리하고 이 지식이 상담에 주는 시사점을 논하고 있다. 동양의 중추 사상이라고 할 수 있는 유가, 불가, 도가에서 발달한 마음의 개념을 분석하고 사람의 변화에 마음이 어떻게 관여하는지 비교적 상세히 밝혀 놓았다. 더불어 마음, 그리고 마음의 변화에 관한 철학적 관점이 마음을 다루는 상담 활동에 시사하는 바에 대해서도 언급하고 있다. 이 연구는 특히 동양에서 해석한 마음이 상담에 기여할 수 있는 가능성을 탐색함으로써 상담의 지평을 넓히려는 시도를 하고 있다.

마음은 사람을 움직이는 중심 축이다. 인간 존재의 한 가운데에서 삶의 방향과 지향점을 결정하고, 개인의 인격을 형성하는 기체이자 인격 자체인 것이 바로 마음이다. 마음은 사람들의 자아-동일성과 자아-정체성을 구성하는 핵심 내용이며, 사람들의 일상 생활을 가능케 하는 내면의 터전이다.

마음은 이처럼 사람살이에 중요한 역할을 한다. 인류의 역사와 더불어 마음에 관한 논의가 끊이지 않고 지속되어온 것은 마음이 차지하는 위치를 잘 드러낸다. 양의 동서를 막론하고 마음의 정체와 기능을 파악하기 위해 많은 사람들이 많은 노력을 기울였다. 철학자들은 물론이고 여러 방면의 학자와 종교인들, 그리고 삶을 살아가

* 이 논문은 1999년도 청주교육대학교 학술연구조성비에 의하여 연구된 것임

는 수많은 개인들이 마음에 관심을 쏟아왔다. 마음을 이해하고, 마음을 통제하고, 마음을 다스리고, 마음을 고치고, 마음을 넓히고, 마음을 멈추게 하고, 마음을 초월하려는 모든 시도들은 마음에 접근하려는 인류의 치열한 노력을 반영한다.

마음은 변화의 중심 축으로서도 중요한 기능을 담당한다. 사람을 변화시킨다는 것은 바꾸어 말해 사람의 마음을 변화시킨다는 것과 크게 다르지 않다. 마음은 변화의 목표가 되기도 하고, 존재의 변화를 이끌어내는 작용점이 되기도 한다. 마음이 넓어져 수용 폭이 커지는 것이 전자에 속하고, 마음을 넓히려는 마음이 동하는 순간은 후자에 속한다.

마음이 존재의 가운데에서 삶의 방향을 결정지을 뿐 아니라 변화의 중심 축으로서 중요한 기능을 담당한다면 인간 변화학이라 할 수 있는 상담학은 다른 어떤 학문보다도 마음의 문제에 초점을 두어야 한다. 마음의 정체를 파악하는 일, 마음의 기능과 역할을 확인하는 일, 마음의 변화를 가속화시키는 기제를 밝혀내는 일 등은 모두 상담학에서 비중 있게 다루어야 할 내용들이다.

이 글은 마음, 그 중에서도 동양에서 밝혀낸 마음에 대해 집중 조명할 것이다. 동양에서 발달한 마음에 관한 여러 입장들을 점검하고, 마음을 변화시키기 위해 동원되는 전략들을 새로운 각도에서 정리할 것이다. 이 작업은 마음을 이해할 수 있는 보다 풍부한 길을 열어 놓음으로써 마음을 다루는 방법적 지식을 확장하는 데 기여할 것이다.

1. 마음에 대한 철학적 관점

오래 전부터 사람의 마음은 철학자들의 주요

관심 사항이었다. 마음에 관한 논의가 동·서양의 철학 서적에서 빠짐없이 등장하는 것이 이를 말해준다. 그러나 마음에 관한 논의와 탐구는 아무래도 서양보다는 동양에서 더 많이 이루어진 것 같다. 학문은 '이성적', '과학적'이어야 한다는 이데올로기에 매어있지 않았던 동양이 마음에 대해 자유롭게 사고를 전개할 수 있었던 것이 큰 원인인 것 같다. 무려 500여 년에 이르는 기간 동안 사람의 마음에 대해 탐구하고 논쟁을 벌였던 조선시대의 이·기론은 동양 사람에게 마음의 문제가 얼마나 절실했던가를 한 예로 보여준다.

여기서는 유가, 불가, 도가, 서양 철학의 순서로 마음에 관한 의론을 살펴보도록 한다.

1) 유가(儒家)의 마음

유가라고 표현하기는 했지만 실상 유가에도 여러 분파와 지맥이 있으므로 한 가지로 통일된 입장을 제시한다는 것은 불가능에 가깝다. 마음에 관한 것도 예외가 아니다. 저 유명한 인심·도심 논쟁은 마음에 관해 얼마나 다양한 의견이 가능한지를 단적으로 보여준다. 금장태(1996)는 마음에 관한 유교의 생각을 종합한 바 있다. 필자는 금교수의 주장을 중심으로 다소 메타적 관점에서 마음에 대한 유가의 입장을 정리하고 해석을 덧붙였다. 이 점을 감안하여 독자들은 이 글이 유가의 입장에 대한 한 가지 해석이라는 점을 잊지 말아야 할 것이다.

(1) 마음의 정체와 특성

유가는 우주가 하늘(天), 땅(地), 사람(人)의 세 가지 존재 영역으로 구성되었고, 사람은 하늘과 땅에 의해 생명을 부여받은 존재라는 인식을 하고 있다. 하늘은 궁극 존재로서 사람에게 성품을 부여하였고, 땅은 자연의 세계로서 사람에게

신체를 부여하였다는 것이다. 그러나 하늘로부터 온 성품과 땅에서 온 신체가 이질적인 특성을 그대로 간직한 채 사람 안에 섞여있는 것은 아니다. 사람은 자신의 구성 요소들을 독특하게 결합하여 새로운 존재의 영역을 구축하고 있는데 그것이 다름 아닌 마음이다. 마음은 성품을 간직하면서 신체와 결합된 인격통합의 중심체이다. 마음은 인격의 중심체로서 내면의 통합을 이루고 스스로의 행동에 책임을 지는 주체적이고 자율적인 기능을 감당한다. 그런데 마음은 자신의 출생을 가능케 했던 두 요소, 즉 하늘과 땅으로부터 자유롭지 못하다. 보편성과 개체성 사이, 불멸성과 가멸성 사이, 선과 악의 사이, 성스러움과 더러움의 사이에서 끊임없는 선택을 강요받는다. 마음은 하늘로부터 주어진 성품을 따라 신의 경지에 도달케 하는 통로가 될 수도 있고, 끝없는 타락의 심연으로 떨어뜨리는 욕망의 덫이 될 수도 있다.

유학자들이 보는 마음의 특성을 좀 더 자세히 분석해보자. 먼저 마음에 관한 몇 가지 정의를 살펴보고 그 안에 담긴 의미를 음미하도록 한다.

“마음은 사람이 하늘에서 얻은 것으로서, 한 몸을 주재한다. 이(理)와 기(氣)가 오묘하게 결합되어 있고, 비어 있으면서 신령스러워 밝게 통달함으로써 신명이 머무르는 집이 된다. 성(性)과 정(情)을 통섭하니, 이른바 밝은 덕이요, 온갖 이치를 갖추어 만사에 대응하는 것이다.”(권근, 입학도설).

“마음은 신체를 주재하는 것이요, 하나이지 둘로 나눌 수 없는 통일체요, 주체이지 대상이 될 수 없는 것이며, 사물을 명령하는 존재요 사물에 명령 받아서는 안되는 것이다.”(주자대전, 권67).

“사람에게는 단지 하나의 마음이 있을 뿐이다. 다만 도리를 지각할 수 있는 것은 도심(道心)이

고 성색취미(聲色臭味)를 지각할 수 있는 것은 인심(人心)이다.”(주자대전, 권65).

“성(性)은 리(理)이고 정(情)은 용(用)이니 마음이란 성정을 겸해서 말한 것이다. 성정을 겸해서 말한다는 것은 성정을 포괄한다는 것이다.”(주자어류, 권20).

“리(理)와 기(氣)가 합쳐져서 마음이 되니 자연히 허령한 지각의 묘함이 있는 것이다. 고요하여 중리를 갖춘 것은 성(性)이고, 이 성을 성저해재(盛貯該載)한 것은 마음이며, 움직여서 만사에 응한 것은 정(情)이다. 그러나 이 정을 배풀어 발용하는 것 또한 마음이다. 그러므로 심통성정(心統性情)이라고 말한다.”(퇴계전서, 권16).

“성심정의(性心情意)는 한 가지 길(一路)로서 각기 경계가 있다는 것을 안 연후에야 차질이 없을 것이다. 왜 일로라고 말하는가? 마음이 아직 발동하지 않으면 성(性)이고, 이미 발동했다면 정(情)이 되며, 발동한 뒤에 헤아리는 것은 의(意)가 되니 이것이 일로이다. 어째서 경계가 있다고 말하는가? 마음이 고요하고 움직이지 않을 때는 성의 경계이고, 감동하여 따라 통할 때는 정의 경계이며, 감동한 바로 인하여 실마리를 풀고 헤아리는 것은 의의 경계가 되는 것이니, 곧 이것은 한 마음에 각기 경계가 있는 것이다.”(율곡전서, 권14).

“대체로 자기 몸의 주재를 마음이라고 하고, 자기 마음의 주재를 의(意)라고 한다..... 무릇 마음의 정신은 움직이지 않는 때가 없으므로 그 생기(生機)는 쉽이 없고, 묘하게 응해 나가는 것에는 모난 데가 없으나, 반드시 그 가운데서 주재하면서 고요히 움직이지 않는 것이 있으니 이를 의(意)라고 한다. 이것은 일상적으로 말하는 주의(主意)의 의와 같다. 意라는 글자는心和으로 이루어졌고 가운데의 것은 태극권 속의 한 점을 형상한 것이니 이것으로써 그 사이를 주

재하도록 한 것이다. 네 변에 붙지도 않고 기대지도 않으니 사람의 마음이 수많은 변화에 응하면서도 잘못이 없는 까닭은 마음에 이런 주체를 세워두었기 때문이다.”(왕일암선생유집, 권1).

유학자들이 제시한 앞의 정의들에서 마음의 본래 모습에 대한 다음 세 가지 특징을 찾아볼 수 있다(금장태(1996)). 첫째는 신체를 주재하는 지위를 가졌다는 것, 둘째는 신명이 깃들여 있어서 밝게 통달하는 기능을 가졌다는 것, 셋째는 밝은 덕을 속성으로 가졌는데 이는 의를 통해 드러난다는 사실이다.

앞에서도 언급한 것처럼 마음은 하늘과 땅으로 구성되었지만 그 둘로 환원될 수 없는 묘합(妙合)의 통일체이다. 그러나 마음은 하늘의 초월적 영역과 기질의 신체적 영역에 닿아 있다. 따라서 마음이 때로는 형체의 기질에 따른 사사로운 데서 일어나기도 하고(人心), 때로는 천명의 본성에 따라 일어나기도 한다(道心). 바람직한 것은 인심이 절제되고 인심이 도심에 복종함으로써 인심과 도심이 일치하는 통일성을 얻는 것이다. 이렇게 통일된 모습을 갖출 수 있는 능력과 지위를 부여받은 것이 본래 마음이다. 따라서 마음이 본래의 모습을 유지할 수 있도록 마음의 통제력과 관리력을 키우는 것은 무엇보다도 중요한 일이 된다.

마음은 통일체이므로 의식작용을 하는 주체로서의 마음이 마음 그 자체를 완전히 대상화시킬 수 없다는 측면도 있다. 마음이 마음 그 자체를 완전히 대상으로 인식할 수 있는 것은 일정한 범위 안에서 가능할 뿐이다. 따라서 마음은 조종의 대상이 아니라 지배하고 조정하는 주체로서 주체성을 자기 본성으로 지니고 있다. 대상이 아니라 주체로서 마음의 위치를 확정할 때 마음에 생기는 온갖 문제를 처리하는 방식은 분명해진다. 마

음을 초월하거나 다른 존재에게 의존하는 대신 본래 마음으로 돌아가 마음 자체의 기능을 정상화시키는 것이다. 고통에 빠진 마음을 치유하는 것은 다른 무엇이 아니라 바로 그 마음이다.

둘째, 하늘로부터 부여받은 성품(性)으로 인해 마음은 밝게 통달하는 기능을 가지고 있다. 마음의 본래 상태는 하늘의 이치(理致)와 어긋나지 않으므로 올바른 마음 자세로 돌아가면 정확한 지각과 판단력이 작용할 수 있다. 원래 마음은 비어있으며 신령스럽다. 따라서 마음을 비우면 신령스러운 능력이 작동할 수 있다. 비어있다는 것은 실체가 없는 진공을 의미하는 것이 아니라 마치 거울처럼 비치는 모든 것을 다 비출 수 있는 상태를 의미한다. 즉, 미리 작용하는 일정한 형태나 범주가 없으므로 사물들을 왜곡됨 없이 반영하고 실상을 드러낼 수 있음을 말한다. 마음이 신령스러운 능력을 드러내지 못하는 것은 고정 관념, 선입견, 선이론, 기대, 집착, 욕심 등 무엇인가가 마음을 채우고 있을 경우이다. 채운 마음을 비우는 것은 원래의 마음 상태를 회복하는 것일 뿐 아니라 마음속에 담겨있는 예민한 판단 능력을 되살리는 것이기도 하다. 바로 여기서 마음은 수동성과 능동성을 동시에 갖추고 있음을 알 수 있다. 마음은 빈 거울처럼 수용하고 반영하며 아울러 움직이고 퍼져가는 활동성을 띠고 있다. 마음이 인격 통합의 중심체요 통제자로서의 역할을 할 수 있는 것은 바로 이 활동성에 기인한다. 단, 마음의 활동성은 온전하게 비워진 수동성을 전제로 가능하다는 점은 매우 중요하다.

셋째, 마음은 밝은 덕을 속성으로 가졌다는 것은 도덕성이 마음에 근거하는 근본 특성임을 의미한다. 사람의 마음 근거에는 하늘로부터 부여 받은 선의 근거를 가지고 있다. 다만 그 마음이 발현하여 감정으로 나타날 때 선과 악이 나뉘는데, 특히 마음이 형체의 기질에 따라 사사로운

데서 일어날 때(人心) 선과 악이 구별되게 된다. 인심이 선과 악으로 구분되는 계기로 작용하는 것이 의(意)이다. 의는 마음의 한 가운데 자리를 잡고 마음을 주재하는 힘을 가지고 있다. 사람이 마음의 근거를 잃고 악에 물들어 있을 때 이를 벗어나는 길은 의를 중심에 세우고 마음의 본래 상태를 회복함으로써 가능하다. 따라서 흔들리지 않는 굳은 의지는 마음을 허령한 상태로 유지케 하고 도덕성을 실현케 하는 핵심 기제라고 할 수 있다.

(2) 마음의 변화

본래 상태의 마음은 그 자체로서 온전하다. 하늘과 땅의 결합으로 출생한 마음은 완전한 조화의 상태를 이루고 있다. 리와 기, 성과 정, 인심과 도심은 허령한 마음 안에서 아무런 갈등 없이 공존한다. 문제는 이 본래의 마음이 현실 생활을 통해 자신을 실현하려고 할 때 생긴다. 가능태로서의 마음이 현실태로서의 마음으로 실현되는 과정에서 모종의 변화가 일어난다. 이 변화의 과정이 비정상적으로 진행될 때 마음의 병이 생기게 되고, 정상으로 진행될 때 마음은 그 본 모습을 실현하게 된다. 유가에서 흔히 사용하는 '마음을 기른다'는 말은 없던 마음을 새롭게 만들어 나간다는 뜻이 아니라 본래 상태의 마음을 드러낸다 또는 본래 상태의 마음을 회복한다는 뜻이다. 따라서 마음의 병이란 본래 상태로부터 떨어졌다는 의미로, 마음의 성장이란 본래 상태가 그만큼 실현되었다는 의미로 받아들여야 할 것이다.

유가에서는 마음이 본래의 바른 상태를 유지하기 어렵고 위태롭다고 말한다. 마음이라는 존재는 언제나 외부의 사상에 감응하여 감정으로 나타난다고 보기 때문이다. 마음은 하늘에 근본을 두고 있지만 신체를 가진 인간에게 내재하는 것이므로 기질(氣質)의 제약을 받지 않을 수 없다.

신체를 가진 살아있는 사람이 기질의 제약으로 인해 외부 사물에 감응하는 것이 바로 욕망이다. 이 욕망은 사람을 현실 속에서 살아 움직이게 하는 원동력이지만, 동시에 마음의 자기 통제력을 붕괴시키고 조화를 깨뜨려 타락시키는 힘이 되기도 한다. 바로 이 기질의 제약과 욕망으로 인한 마음의 은폐가 정상적인 마음의 나타남을 방해하게 된다. 마음이 외부 사상에 감응하여 나타나는 감정으로 喜·怒·哀·懼·愛·惡·欲 등 칠정(七情)을 들 수 있다. 칠정은 사람이 살아가는데 필수적이고 없을 수 없는 것이지만 이 감정들에 끌려가면 마음이 어지럽혀져 본래의 모습을 은폐시키게 된다. 마음의 작용인 감정이 도리어 마음을 어지럽히는 장애 요소가 되는 것이다.

울곡은 기질의 제약과 욕망의 은폐로 본래의 모습을 잃는 데서 일어나는 마음의 병을 '어두운 병'(昏之病)과 '어지러운 병'(亂之病)으로 구분한 바 있다. '어두운 병'은 다시 이치를 밝히지 못해 시비에 어둡고 판단력이 결여된 '지혜의 어두움'(智昏)과 게으르고 풀어져 긴장력이 결여된 '기질의 어두움'(氣昏)으로 세분되고, '어지러운 병'은 다시 외부의 사물에 이끌려 공정성을 잃고 사욕에 차 해매는 '나쁜 생각'(惡念)과 집중력을 잃은 채 생각을 어지럽게 일으켜 끝없이 이어가는 '들뜬 생각'(浮念)으로 세분된다(울곡전서, 권21). 기질의 제약과 욕망의 은폐로 마음의 본성에 깃들여 있는 정상적인 지각과 판단 작용이 마비된 상태를 지적한 것이다.

퇴계도 "마음의 병은 이치를 살피지 못하고 공허한 데서 억지로 찾으려 하며, 마음을 붙잡는 방법에 어두워 서둘러 얻으려다 모르는 사이에 마음을 수고롭게 하고 정력을 소모하여 일어나는 것이라"고 하여 마음의 병을 본래의 마음에서 멀어진 상태라고 언급하고 있다(퇴계집, 권14).

마음의 병이라고 지칭한 것은 아니지만 공자는

자신이 삼가는 네 가지 일을 열거한 바 있다. 자의로 생각하는 것, 꼭 이루어진다고 마음먹는 것, 고집하여 사로잡히는 것, 자기 중심으로만 생각하는 것 등이 그것인데 이 네 가지도 모두 기질과 욕망에 사로잡혀 본래의 마음을 잃은 상태를 지칭하고 있다.

사람의 본래 마음은 이렇듯 기질의 제약과 욕망으로 인해 은폐되기 쉬운 상황에 처해있다. 따라서 본래 마음을 잃지 않도록 매사에 신중하고 조심해야 할 뿐 아니라 적절한 통제력을 발휘하여 자기 중심을 확립하도록 정진하여야 할 것이다.

마음의 병에 빠지지 않도록 근신하는 것 못지 않게 중요한 것이 마음을 길러 본래의 모습을 온전히 실현하는 것이다. 유가에서는 마음을 기르는 방법으로 소극적 방법과 적극적 방법을 제시하고 있다. 마음에 걸림돌이 되는 외부의 장애를 제거하는 방법, 내면을 안정시켜 마음의 동요를 물리치고 스스로 성장하게 하는 방법 등이 소극적 방법이라면 마음이 도달해야 할 이상적 상태를 밝혀 이끄는 방법, 행동이나 도구적 수단을 통해 마음의 배양을 돕는 방법은 적극적 방법에 해당할 것이다. 소극적 방법으로 가장 쉽게 활용할 수 있는 것이 생각을 일으키지 않고 욕심을 적게 하는 것이다. 욕망을 완전히 제거할 수는 없겠지만 욕망이 지나치게 커지면 마음의 평정이 깨어지고 본래 모습이 상실되므로 가급적 욕망을 억제하는 것이 권장된다.

마음의 본래 모습을 간직하여 지키는 방법으로 가장 중요한 것이 경의 실천(居敬)이다. 마음은 본래 통일체이므로 한결 같이 집중하는 경의 태도로써 분열을 방지하고 하나됨을 지켜야 한다. 그러기 위해서 마음의 작용 속에서 본래 모습과 은폐 요소를 정밀히 살펴 본래 모습을 지켜서 기

르고(存養), 은폐 요소를 가려서 제거해야 한다(省察). 마음이 고요할 때의 존양과 발동할 때의 성찰은 마음의 본래 모습을 한결 같이 지키는 방법인데 이것이 바로 경의 과제에 해당한다.

경(敬)에 의해 각성되고 집중된 마음을 지키는 마음이 지향해야 할 기준과 목표가 밝혀질 때 더욱 확고해질 수 있다. 여기에 필요한 것이 이치를 추구하는 궁리(窮理)이다. 이치를 추구하면 선이 무엇인지 드러나고 선을 실천해야 온전한 인간을 실현할 수 있다. 따라서 이치를 밝히는 것은 인간의 궁극적 완성에 필수적인 것이다. 정성을 다해 이치를 추구하는 것은 마음이 가진 사고의 기능을 충실히 하는 것이다. 사실 마음의 장애를 극복하고 본래의 마음을 회복할 수 있는 것은 생각하고 판단할 수 있는 마음의 능력에 의해 가능하다. 이치를 궁구하는 판단 작용을 통해 올바른 기준을 찾고, 여기서 얻은 확신이 의지로 나타나면 마음은 사사로운 욕망과 기질의 제한을 벗어나 본래의 모습이 가깝게 되고 결국 온전한 인격을 실현할 수 있게 된다.

마음이 외부의 사물에 감응하여 발생하는 감정 역시 마음의 바른 모습을 확보하는데 중요한 역할을 한다. 감정이 불안정하게 흔들린다든지 지나치게 한 쪽으로 쏠리면 본래의 마음은 깊이 은폐될 수밖에 없다. 따라서 감정을 조절하고 순화시키는 것은 이치를 궁구하는 것 못지 않게 중요하다. 유교에서는 감정을 순화시키는 기본 방법으로 예(禮)와 악(樂)을 사용한다. 음악은 마음을 즐겁고 편안하게 하며 조화를 이루어준다. 마음속이 화평하고 즐거우면 비루하고 거짓된 마음이 엿볼 틈이 생기지 않는다. 예법은 행동을 규제하여 감정을 조정하고 나아가 경의 태도를 확립한다. 장중하고 공경스러운 행동은 경솔하고 태만한 마음이 침범할 자리를 내주지 않는다. 예와 악의 이같은 기능은 본래의 마음을 실현하는

적극적인 도구와 수단으로 활용되는 것이다.

2) 불가(佛家)의 마음

마음의 본질을 탐구함에 있어 불가를 능가할 만한 접근은 인류 역사에서 찾기가 어렵다. 그만큼 불가는 마음을 탐구하여 마음을 통찰하고 다스리고 초월하는 일을 본업의 하나로 삼았다. '불교는 곧 마음'이라거나 '마음이 곧 부처'라는 말은 불가에서 마음이 차지하는 위치를 잘 표현하고 있다. 특히 불가의 유심론(唯心論)과 유식론(唯識論)은 마음을 인간 삶의 중심으로 부각시켰다. 이 글은 유심론과 유식론에서 말하는 마음의 문제를 다룰 것이다. 이 글을 쓰는데 마음의 본질에 관한 정승석(1996)의 저서가 많은 참고가 되었다.

(1) 마음의 정체와 특성

인도 출신의 달마 대사가 중국의 소림사에서 수도하고 있을 때, 혜가라는 스님이 찾아와 팔을 끊어서 신(信)으로 바쳐 입실을 허락 받고 물기를,

“저의 마음이 아직도 편안치 않습니다. 스님! 자비를 베푸사 마음을 편안하게 하여 주옵소서!”

“너의 편안치 않은 마음을 이리 가져오너라. 내가 너를 위해 편안케 해 주겠노라!”

“스님, 마음이란 볼 수도 없고 만질 수도 없고 얻을 수도 없습니다. 그러하오니 어떻게 바치오리까?”

“마음이란 필경 얻을 수 없는 것이라, 내가 이미 네 마음을 편안케 하여 주었노라.”(이행원, 1982, p. 38).

이 예화는 마음이 본질상 존재하지 않는 것임을 드러내고 있다. 마음은 본래 실체로 존재하지 않기 때문에 마음의 정체를 안다는 것 자체가 불가능하다. 마음이 마치 존재하는 것처럼 착각하는 현상은 일상 생활에서 항상 마음의 작용을 경험하기 때문이다. 마음의 본질을 따질 때 우리는 실체로서의 마음이 따로 존재한다는 가정을 하고 있다. 그러나 불가에서는 그런 마음이 없다고 말한다. 그리고 사람들에게 마음이 있다는 가정 자체가 그릇된 것임을 깨닫도록 인도한다. 그 깨달음으로 인도하기 위하여 어쩔 수 없이 불가는 마음에 관한 이론을 편다. 그러나 사람들이 직접 체험을 통해서 깨달음에 도달하면, 마음에 관한 온갖 이론은 미련없이 폐기된다. 마음론은 깨달음에 이르도록 돕는 하나의 수단에 불과한 것이다. 그렇다고 하더라도 불가의 깨달음에 도달하지 못한 우리는 불가의 마음론을 상세히 살필 필요가 있다. 아울러 이들의 마음론에서 사람의 변화와 관련된 중요한 단서를 추출할 수 있을 것이다.

불가에서는 마음을 감각 기관과 유기적으로 연관짓고 감각 기관마다 '식'(識)이라는 이름을 붙인 마음을 구분한다. 안식(眼識), 이식(耳識), 비식(鼻識), 설식(舌識), 신식(身識)이라는 소위 5식이 그것이다.

감각 기관과 마음의 관계를 이해하기 위하여 예를 들어보자. 우리는 눈이 있으므로 외부 대상 세계의 형태와 색깔을 지각할 수 있고, 그에 따라 아름다움과 추함을 구분하는 마음을 내게 된다. 만일 내가 눈이라는 감각 기관이 없는 장님이라면 다른 사람들이 말하는 아름다움과 추함을 알 수 없을 것이다. 물론 눈 이외의 다른 감각 기관이 있어 인식 기능을 보조하는 경우는 예외가 될 것이다. 그러나 다른 감각 기관들마저 모

두 없다면, 다른 사람들이 분명히 있다고 주장하는 외부의 대상이 나에게 존재하지 않는다. 외부 대상의 존재를 확인할 수 있는 수단이 전혀 없으므로, 외부 대상 세계가 있다는 것은 나에게 아무런 의미가 없을 뿐 아니라, 실제로도 없는 것이다. 감각 기관이 없다는 것은 나에게 대상 세계가 없다는 것과 마찬가지다. 따라서 감각 기관은 외부 대상 세계를 인식하는 필수 조건이다. 그런데, 아름다움과 색깔은 눈이라는 감각 기관 자체로 판단되지 않는다. 내가 눈을 가지고 있고 눈을 뜨고 있다고 해서 눈앞에 있는 모든 것을 인식하는 것은 아니다. 나의 마음이 '그 곳'에 쏠리고 선택적으로 주의를 기울일 때 비로소 외부 대상이 눈에 보이게 된다. 이러한 사실은 나의 감각 기관인 눈을 담당하는 마음이 따로 있음을 짐작케 한다. 마찬가지로 귀를 담당하는 마음, 코를 담당하는 마음, 혀를 담당하는 마음, 몸을 담당하는 마음 등이 별도로 있는데 이를 지칭하는 것이 바로 앞에서 말한 5식이다.

앞에서 사람의 다섯 가지 감각 기관이 담당하는 대상은 저마다 다르고, 각 감각 기관이 인식하는 '식'이라는 마음도 따로 있다고 하였는데, 만일 우리의 마음이 이같이 분리된 '식'으로만 이루어져 있다면, 우리의 마음은 따로 노는 '식'의 집합체일 뿐 일관성있고 통일된 질서를 갖추기 어려울 것이다. 여기서 필요한 것이 이 5식을 전체적으로 통괄하고 지배하여 조화로운 통일을 이루는 마음인데, 바로 그 마음을 의식(意識)이라고 한다. 우리가 통상 마음이라고 하는 것은 여섯 번째 식(제6식)인 이 의식을 가리킨다. 의식 역시 이와 직결되는 감각 기관으로서의 마음과 연관되어 있다. 이것을 의근(意根)이라고 하는데, 이 의근의 대상은 다른 다섯 가지 감각 기관, 즉 5근이다. "다시 말하면 눈이나 귀 등의 다섯 감각 기관이 저마다 받아들인 정보를 의근은 마치

교통 정리하듯 그것에 합당한 5식에 각각 전달하며, 의식은 다시 그 5식의 정보를 뒤섞이지 않도록 정리하는 것이다. 따라서 우리의 사고 능력이란 바로 그 의근과 의식이 온갖 정보를 정리하거나 종합하여 통일하는 능력을 의미한다. 불가에서 특별히 구분하지 않고 편의상 '심'이라거나 '식'이라고 칭할 때는 그와 같은 의식으로서의 마음을 가리킨다"(정승석, 1996, p. 376).

의식으로서의 마음은 일련의 체계를 이루며 다섯 가지 감각 기관이 받아들인 것에 대해 여러 가지 방식으로 작용한다. 좋고 싫음을 느끼는 감정으로서의 마음(受), 형상을 떠올리고 심상을 그려보는 생각으로서의 마음(想), 무언인가를 결심하고 실행하려는 의지로서의 마음(行 또는 思), 종합적으로 작용하는 판단으로서의 마음(識) 등이 그것이다. 우리가 흔히 마음의 기능으로 분류하는 네 가지 범주 즉 생각, 감정, 의지, 행동과 매우 유사한 구분이다.

마음을 본격적으로 탐색한 불가에서는 '의식'의 이면에 또 다른 마음이 있음을 발견하였다. 의식보다 깊은 곳에 제7식과 제8식이 있다는 것이다. 제7식은 마나식(末那識)이라고 불리는 마음으로서 주체적이고 능동적인 마음의 기능을 의미한다. '나'라는 정체성을 인식하고 자아 의식의 형성을 가능토록 하는 것이 바로 이 마나식이다. 의식이라고 불리는 제6식은 끊임없이 흐르고 변화하여 잠시도 멈추지 않는다. 그럼에도 불구하고 우리는 어제와 오늘 변하지 않고 일관성 있게 지속되는 '나'가 있음을 발견한다. 그 결과 우리는 '나', '나의 것'에 집착하고 자기를 고집하며 주장한다. 이처럼 제6식으로 설명할 수 없는 마음의 작용이 일곱째 식인 마나식으로 분류된다.

마나식은 '나'라는 의식을 바탕으로 능동적으로 경험 내용들을 선택하고 조직하는 기능을 담당한다. 자기에게 일어나는 여러 가지 사상(事象)들

을 일관성 있고 편리하게 편집하고 해석하는 것이다. 그런데 '나'에 집착하는 마나식의 이러한 능동적 기능이 앞 단계의 여섯 가지 마음(6식)을 오염시킨다. 아집으로 인해 의식이 자연스럽게 경험하는 사실들을 왜곡하는 것이다. 마나식을 '물들여 더럽히는 의식'(染汚意)이라고 부르는 것은 바로 마나식의 왜곡 기능을 지적하는 것이다. '자기'에 대한 집착으로 표현되는 마나식으로 인해 사람들은 온갖 고통과 괴로움을 겪게 된다. '나'에 대한 집착 없이 자신과 주변에서 일어나는 모든 일을 물 흐르듯, 거울에 비추듯 관조할 수 있다면 특별히 괴로워 할 일이 없을 것이다. 그런데, 마나식은 무엇을 근거로 '나'에 집착하여 다른 마음을 오염시키는가? 이 물음에 대답하기 위해 등장한 것이 제8식인 아뢰야식(阿賴耶識)이다. 아뢰야식은 사람의 최심층 의식으로서 가장 밑바닥에서 사람이 경험한 모든 것을 쌓아 두는 의식을 말한다. 아뢰야라는 말은 창고처럼 무엇인가를 저장한다는 뜻이므로 아뢰야식은 '저장하는 식' 또는 장식(藏識)으로 번역되기도 한다. 아뢰야식은 앞에서 언급한 일곱 가지의 마음들이 작용하여 초래한 결과들을 축적하고, 그 축적된 바를 다시 밖으로 표출함으로써 우리가 대면하는 현상 세계를 연출한다. 즉, 아뢰야식은 7식의 작용으로 인해 얻은 경험을 통해 자신의 세계를 구성하고 그 세계 속에서 외부 대상과의 접촉을 가능케 한다. 따라서 대상 세계의 생성과 소멸도 모두 아뢰야식의 연출 기능에 달려있다.

아뢰야식은 앞 단계의 7식으로 인한 사람의 모든 행위와 사고들을 일종이 씨앗으로 저장한다. 제7식은 아뢰야식인 제8식에 저장된 내용들을 진짜 '나' 또는 '나의 것'으로 삼아 집착하고, 제6식인 의식을 비롯한 나머지 6식에게 마음 작용의 대상으로 제공한다. 일단 아뢰야식이 가능하면, 나머지 6식은 외부의 대상을 받아들일 때

와는 반대로 방향을 바꾸어 내부의 대상들을 밖으로 표출해낸다. 마음에 담겨진 내용이 거꾸로 외부의 사물을 창출하는 것이다. 따라서 객관적으로 존재하는 외부 대상 세계의 중요성은 현저히 감소될 수밖에 없다. 대상을 지각하는 사람에게 저장된 제8식의 내용에 따라 외부 세계는 달라지기 때문이다. 그러나 제8식의 내용이 항상 대상 세계를 창조한다고 말할 수는 없다. 아뢰야식을 기점으로 하는 저장과 표출 과정은 일회로 그치는 것이 아니라 지속된 순환의 연속이므로 어느 하나를 지정하여 원인과 결과로 고정시키는 것은 불가능하다. 다만, 존재하는 것은 오직 아뢰야식을 대표하는 마음 작용, 즉 '식' 뿐이라는 주장은 충분한 설득력을 얻게 된다. 유식론(唯識論)은 바로 이러한 아뢰야식을 바탕으로 성립한다.

유식론은 마음의 밖에 대상이 따로 존재함을 인정하지 않는다. 즉, 자기의 인식 대상을 자기 내부에 지니고 있다고 주장한다. '식의 대상은 오직 식이 드러날 것일 뿐', '마음이 마음을 본다'는 말은 결국 모든 대상과 경험은 마음이 드러난 것에 불과하다는 유식론을 대변한다. 외부 세계는 아뢰야식이라는 마음 안에 들어있을 따름이다. 존재하는 것은 '식'이지 대상 세계가 아니라는 주장이다. 유식론의 관점에서 보면 안과 밖을 구분하는 기준이 철저히 붕괴된다. 대상 세계와 대상을 인식하는 주체의 세계는 더 이상 대립하지도, 주체와 객체로 분리되지도 않는다. 마음 안에서 이들은 이미 하나이다. 대상을 객체화하는 마음도 객체화된 대상을 인식하는 마음도 모두 제8식의 표출에 불과하다. 유식론에 입각하면 '나'와 세계의 관계도 분명해진다. '나'는 신체로 둘러싸이고, '자기 의식'으로 제한되는 소우주가 아니다. 나는 신체와 자기 의식은 물론 우주를 포함한 모든 환경 세계를 내부에 갖추고 있는 대우주이다. 마음

안에서 나는 조물주이며 우주적 존재인 것이다.

그러나 '식'만이 존재한다는 유식론의 주장을 식이라는 실체만이 존재한다고 오해하는 것은 곤란하다. 존재하는 모든 것은 진짜인 것처럼 보일 뿐이고, 사실은 '식'이라는 무상한 마음 작용에 의하여 임시로 꾸며진 것에 불과하다. 영원한 것, 절대적인 것, 완벽한 것으로 보이는 이 세계가 실상은 마음의 조화에 놀아나는 무상한 것임을 드러내고 그 무상한 세계로부터 탈출하는 방법을 제시하려는 것이 유식론의 참 목적이다. 불가에서 목표로 삼는 해탈은 바로 유식의 본질을 꿰뚫고 이를 초월함으로써 얻는 참된 득도의 경지를 말한다. 유식론과 관련지어 보면 해탈은 최심층 의식인 아뢰야식을 정화함으로써, 그리고 마음의 조화(造化)를 깨닫고 마음에 따르지 않는 세계를 발견함으로써 가능하다고 보인다.

(2) 마음의 변화

마음은 유식론에서 주장하듯 본래 하나의 활동이며 흐름이지 객관적 실체도 물체도 아니다. 마음은 잠시도 쉬지 않고 온갖 심상, 느낌, 생각, 의념을 일으킨다. 마음(mind)이라는 말보다 '마음 작용중'(minding)이라는 말이 마음의 본래 속성에는 더 잘 어울린다. 사람은 이 마음없이 살 수 없다. 일반인은 물론 깨달음에 이른 도인들도 이 마음을 활용하며 산다. 생각하고 느끼고 상상하고 의지하는 마음이 작용하지 않는 한 그를 산 사람이라고 부르는 어려울 것이다. 문제는 마음과 관계를 맺고 마음을 활용하는 방식에 있어 도인과 일반 범부 사이에 큰 차이가 있다는 점이다. 도인은 깨달음을 중심 삼고 마음을 필요에 따라 적절히 다룰 줄 아는데 비해, 일반인은 마음을 자신의 중심으로 삼고 마음에 매어 끌려다닌다(무명과 집착).

불가에서는 마음에 커다란 기대를 하지 않는

다. 마음은 본질을 가리는 하나의 병이며 궁극적으로 초월해야 할 어떤 것에 불과하다. 그러나 마음을 초월하는 것은 마음을 갑자기 폐기함으로써 이루어지는 것이 아니다. 마음은 본질을 가리는 장애물이지만 동시에 본질로 인도하는 통로이기도 하다. 따라서 마음의 차원에서 마음을 다스리는 일은 마음을 초월하는 것 못지 않게 중요하다.

마음을 다스리는 방법의 하나는 마음을 적절한 내용으로 채우는 것이다. 가능하다면 긍정적인 감정과 사고를 지향하고, 부정적인 감정과 생각을 피하는 방법이다. 제7식의 능동적 기능을 활용하여 제8식에 저장되는 마음을 융통성과 탄력성이 넘치는 내용으로 채우는 것이다. 불가에서는 사람의 마음을 화가(제7식)와 화가의 작품(제8식)에 비유하곤 한다. 화가가 어둡고 무서운 그림을 그려놓고 그 그림에 두려워 떴다면 어리석기 짝이 없는 것이다. 그런데 사람들의 마음은 어리석은 화가와 크게 다를 바 없다. 제 마음대로 그림을 그려놓고 그려진 그림에 놀라 움츠려드는 것이다. 이런 상황을 해결하는 한 가지 분명한 방법은 낙천적인 화가가 밝고 건강한 그림을 그리는 것처럼 마음이 밝고 건강한 내용으로 채워지도록 마음을 관리하고 주도해 나가는 것이다.

수용과 관용의 폭을 넓히는 방식도 마음을 다스리는 또 하나의 좋은 방법이다. 어차피 세상사 모든 것이 마음에서 만들어지는 것이라면 좋은 내용이든 나쁜 내용이든 가리지 말고 마음에 일어나는 모든 현상을 다 받아들여자는 것이다. 특히 회피하고 제거하고 싶은 나쁜 내용들로부터 도망하는 대신 '나의 것'으로 포용하고 끌어안자는 발상이다. 마음에는 묘한 역설이 담겨있어서 잊으려 애쓰면 오히려 더 생각이 간절해지고, 생각을 떠올리려고 의도적으로 노력하면 오히려 흐리멍덩해지는 경우가 많다. 따라서 밝은 것은 밝

은 대로, 어두운 것은 어두운 대로 인정하고 수용하면 마음의 혼란이 가라앉고 편안해 진다. 물론 말 그대로 일어나는 모든 것을 다 수용할 수 있다면 이미 마음을 초월한 상태에 도달한 것과 다름없다. 그러나 초월의 경지는 아닐지라도 이내와 끈기를 갖고 조금씩 마음을 훈련하면 수용의 폭은 상당 수준 넓혀질 수 있을 것이다.

앞에서 마음은 궁극적으로 초극되어야 할 장애물이라고 언급한 바 있다. 그렇다면 어떤 방식으로 마음을 초월할 수 있을까? 그리고 마음을 초월하여 닿게 되는 최종 지점은 어디일까? 마음을 초월한 상태를 지칭하기 위하여 불가에서는 흔히 무념(無念), 무심(無心), 즉심(卽心), 평상심(平常心), 각성된 의식(意識)이라는 용어를 사용한다. 무념과 무심은 마음이 떨어져 나간 소극적 상태를 일컫고, 즉심, 평상심 및 각성된 의식은 마음이 떨어져 나간 뒤 작용하는 존재의 적극적 상태를 일컫지만 결국은 동전의 양면처럼 같은 현상을 의미한다. 그렇다면 마음이 떨어져나간 상태는 어떤 상태를 뜻하는가? 몇 가지 정의를 살펴보자.

“무념이란 생각하면서도 생각에 집착하지 않는 것이다....생각하고 생각하지만 어떠한 현상 위에도 머무르지 않는다. 한 가지 생각이 머무른다면 모든 생각이 다 머무를 것이니 이것을 속박당한다고 일컫는다. 어느 것에도 생각이 머무르지 않는 것이 바로 속박되지 않는 것이다.”(단경, 법해본).

“의식은 내면에 있다. '나'라는 것없이 말이다. 그 내면에는 어떤 '나'도 없다. 그대는 존재한다. 어떤 핵심도, 결정체도 없이 그저 존재한다. 그리고 주변에는 매순간 지식, 경험, 기억들이 축적된다. 이것이 마음이다.”(오쇼 라즈니쉬(이연화

역), 1993. p. 251).

“의식이 각성된 사람은 즉흥적으로 반응한다. 그는 거울과 같다. 그는 앞에 있는 모든 것을 있는 그대로 비춘다. 이 즉흥성, 깨어있는 의식에서 새로운 행동이 나타난다. 그 행동은 결코 구속을 낳지 않는다. 어떤 karma도 남기지 않는다. 그 행동은 그대를 자유롭게 한다. 자신의 본성에 귀 기울인다면 그대는 언제나 자유롭다.”(오쇼 라즈니쉬(손민규 역), 1994. p. 66).

“도의 수행자들이여! 불법은 인위적 노력을 인정하지 않는다. 다만 평상시의 일들을 잠자코 할 뿐, 옷을 입고, 밥을 먹고, 똥누고 오줌누며, 피곤하면 잠자는데에 불도가 있다..... 진정한 귀인은 공연히 법씩 떨지 않고 따라서 근심이 없는 사람이다. 결코 요란 떨지 말고 다만 평범하라.”(오경웅(서돈각, 이남영 역), 1997. p. 285).

결국 마음이 떨어져 나간 상태, 또는 득도의 경지에 도달한 상태는 '마음'의 작용에 집착하거나 마음에 매어있지 않은 상태를 의미한다. 다시 말하면 마음의 작용과 기능은 있으되 그로부터 자유로운 상태가 바로 마음을 초월한 상태라는 것이다. 무심, 무념 등은 마음에 매어있지 않은 소극적 상태를 지칭한 것이고 평상심, 즉심, 각성된 의식 등은 집착된 마음으로부터 자유로운 존재의 자연스런 상태를 지칭하는 것이다. 오경웅은 마음으로부터 자유로운 대도(大道)의 경지를 명쾌하게 지적하고 있다.

“대도는 완전히 비어있으며 아무런 장벽도 없고, 온갖 사유·명상과 단절되어 있다. 그대는 이제 이 진여의 법을 얻었다. 그대는 이제 부족이 없다. 이것이 바로 불성(佛性)이다. 그것 이외에는 다른 법이 없다. 그대에게 필요한 것은 마음을 완전히 자유자재로 작용하게 하는 것이다. 명상이나 망동에 빠지지 말 것이며, 마음을 밝게

하고자 구태여 애쓰지도 말라. 욕망이나 분노를 일으키지도 말고, 근심이나 걱정을 품지도 말며, 거리낌없이 마음대로 행하며, 고의로는 선행조차 하지 말며 또 악행이라고 회피하지도 말라. 견고 머물고 앉고 눕고 하는 어떤 경우에도 부처의 놀라운 능력을 발휘할 적합한 기회를 발견할 것이다. 그러면 그대는 항상 즐거워 근심할 것이 없을 것이다. 이것이 참으로 부처가 되는 것이다.” (오경웅(서돈각, 이남영 역), 1997, p. 366).

마음을 초월한 상태의 어떠한 마음을 벗어나는 방법에 대해 분명한 정보를 제공한다. 마음을 벗어나는 가장 좋은 방법은 집착과 아집을 버리고 조금씩 '나'로부터 떨어져 나오는 것이다. 이를 위해 불가에서는 체험의 도로써 보시(布施), 지계(持戒), 인욕(忍辱), 정진(精進), 선정(禪定), 지혜(智慧) 등 육도(六度)의 행(行), 즉 육바라밀다(六波羅蜜多)를 수행 방법으로 제시하고 있다. 필자는 다음 세 가지 방법을 특히 의미있다고 보았다.

첫째, 온 힘을 다 기울여 어느 한 가지에 집중하고 몰두하는 것이다. 마음의 흐름을 끊기 위해 인위적으로 노력하는 방법이다. 호흡이 교환되는 순간에 온 신경을 집중하면 어느틈엔가 마음의 작용이 멈추고 축복이 임재함을 느낀다고 한다. 이런 방식으로 특정 대상을 정해놓고 관심을 집중함으로써 마음의 흐름을 끊어버리는 것이다. 탄트라에는 마음을 사라지게 하는 112가지 기법이 상세히 설명되어 있다. 집중하고 몰두하는 행동이 혼란스런 마음으로부터 자유롭게 한다는 점은 일상 생활에서도 흔히 발견할 수 있다. 고불안중에 시달리는 사람인데도 당면한 긴급 업무를 처리할 때 완전히 불안을 잊고 일에 몰두하는 경우가 이에 속한다. 마음을 정화하고 초월하는데 정신 집중은 이처럼 큰 힘을 발휘한다.

둘째, 현재에 사는 법을 터득하는 것이다. 마음은 결코 현재에 존재할 수 없다. 마음은 항상 과거나 미래에 존재하고 현재에는 빈 마음이 있을 뿐이다. 마음이 비어 있는 시간은 바로 그 순간 순간 뿐이다. 그 순간을 비워두느냐, 무엇인가를 채우느냐에 따라 존재의 내용이 달라진다. 마음을 비워둔 순간은 마치 빈 거울과 같다. 무엇인가가 나타나면 잠시 비추어줄 뿐 거기에 집착하지 않는다. 현재를 사는 사람은 이처럼 살아있는 존재로 순간을 경험한다. 어제의 고통과 아픔 그리고 미래의 기대와 예측은 지금 이 순간에 설 자리가 없다. 지나간 것과 다가올 것에 연연하지 않고 순간을 살아있는 존재로 체험할 때 사람은 저장된 과거의 마음과(제8식) 허구로 지어낸 미래의 마음(제7식)에 속지 않고 자유로울 수 있다.

셋째, 일체의 판단과 개입을 보류하고 중립자의 위치에서 마음의 흐름을 관찰하는 것이다. 우리의 마음은 잠시도 쉴 틈없이 움직이고 흐른다. 대개 우리는 마음에 매몰되어 객관화된 시각에서 마음의 작용과 기능을 관찰할 기회를 갖지 못한다. 어떻게 분노가 시작되고 어떤 경과를 거쳐 어떻게 가라앉는지 제3자의 입장에서 바라보지 못하는 것이다. 재미있는 것은 제3자의 입장에서 영화 구경하듯 마음을 관찰하기 시작하면, 마음은 종전의 무소불위한 힘을 잃기 시작한다. 자신에게 일어나는 분노 현상을 관찰하기 시작하면 어느 틈에 분노는 사라져 버린다. 주제로 작용하던 마음이 객체화되자 마음은 그 즉시 본성을 잃게 된 것이다. 명상이나 선수련을 통해 마음 관찰이 깊어지면 궁극적으로 잡념이 끼어들지 않는 허령하고 청정한 마음 상태가 유지된다고 한다.

3) 도가(道家)의 마음

도가에서 말하는 마음은 유가 및 불가의 마음

과 크게 구분되지 않는다. 역사의 흐름속에서 상호 영향을 주고 받으며 발전하였으므로 이 세 사상에 공통되는 부분이 많은 것은 당연한 현상이다. 다만, 중국사상사의 흐름을 보면 도가의 사유 방식이 나중에 형성된 유가와 중국에서 독특하게 발달한 선불가의 사상적 토대가 되었음을 부인하기 어렵다.

도가는 노자와 장자를 중심으로 형성되었으므로 노자와 장자의 저술을 바탕으로 마음에 대한 도가의 생각을 정리하는 것이 바람직할 것이다. 도가의 시조인 노자는 사람의 본성(性)에 대한 번도 언급하지 않았고 마음을 중시하는 발언도 거의 하지 않았다. 그러나 노자의 도와 덕에 관한 언급은 인생에 관한 언급이기도 하므로 미루어 판단하는 것이 불가능한 것은 아니다. 노자에 반해 장자는 177군데나 되는 곳에서 마음을 언급하고 있어(조민환, 1996) 대조를 보인다. 단, 장자의 경우도 마음에 대해 산발적으로 논의하고 있고, 마음의 정체에 대한 언급보다 마음의 기능과 작용에 치중하고 있다는 점을 염두에 두어야 할 것이다. 이러한 사정 때문에 이 글은 노·장자 주석가들의 저술에 의지하여 도가의 마음론을 새롭게 재구성하였다.

(1) 마음의 정체와 특성

먼저, 마음의 정체와 관련하여 문헌에 언급된 바를 몇 가지 모아보자.

“마음의 본성은 허정한 것이요, 허정할 때의 마음은 천과 도와 덕과 그윽하게 합일한다.”(김충열, 1996, p. 278).

“마음을 풀고 정신에서 벗어나 텅 비어 아무 것도 모르게 된다면”(권오석, 장자외편, 1994, p. 77).

“장자가 이른바 자아를 잃었다(오상아)라고 한

것은 진아(眞我)가 개별적 자아(마음)를 벗어났음을 의미한다.”(오경웅(서돈각, 이남영 역), 1997, p. 349).

“이른바 피차·고저·귀천·미추·시비 등의 판단은 모두 인위적인 자기판단이나 주관적인 의식으로 형성된 것이요 무궁히 변화하는 개체의 실상은 아니다. 이에 장자는 망아(망아), 좌망(좌망), 지인무기(지인무기) 등의 말을 한다. 나를 잊는다는 것이나 자기가 없다는 것은, 자기 중심의 주관적 사고 또는 세속의 가치에 좌우되는 자기를 초월하고 자타의 상대성을 넘어 자연의 실상을 파악하는 것이다.”(조민환, 1996, p. 83).

“안으로 정신만 기르는데 치우치지도 말고, 밖으로 몸뚱아리를 기르는데 치우치지도 마라. 내몸의 주인인 나(마음)는 자연의 섭리(중간)에서 서서 정신과 물질 양면을 균형 잡아주면 마음, 정신, 물질 셋이 도(조화)를 얻어 지선에 이를 것이다.”(권오석, 장자외편, 1994, p. 240).

“이것은 마음이 자기 집을 찾아 들어가 고요히 관조하는 기능을 되찾도록 하는 것을 말한다. 장자는 독특하게 영부(靈府), 영대(靈臺), 심재(心齋)라는 개념들을 쓰고 있는데 이는 마음이 거하는 집을 뜻한다.”(김충열, 1996, p. 277).

마음에 대한 앞의 언급에서 몇 가지 마음의 특성을 간추릴 수 있다. 첫째, 마음은 본래 비어있는 것이라는 점이다. 마음은 본래 아무 것도 담고 있지 않은 텅 빈 것이다. 무릇 허정(虛靜), 염담(염담), 적막(寂漠), 무위(無爲) 등은 오염되지 않은 마음의 본래 상태를 표현한다. 마치 절대 무의 상태처럼 아무 것도 마음을 채우지 않을 때 마음은 비로소 정상적인 기능을 발휘할 수 있다. 장자가 그토록 강조했던 밝은 깨달음(明覺)의 경지는 빈 마음(虛靈)을 전제로 성립한다.

둘째, 마음은 정신과 물질의 사이에 위치하여 '나'를 이끄는 주체이다. 마음은 존재의 한 가운데에서 정신과 물질의 균형을 이루는 역할을 한다. 마음이 본래의 모습대로 비어있을 때 정신은 마음을 통해서 능동적으로 기능할 수 있다. 마음을 영부, 영대라고 부른 것은 정신이 거하는 처소로서의 마음의 위치를 나타낸 것이다. 마음이 허령한 상태에서 요동이 없을 때 자아를 초월한 정신의 능동적 활동이 가능해진다. 거꾸로 마음이 분별지로 가득차면 정신은 은폐되고 물질에 치우쳐 균형을 잃게 된다.

셋째, 본래 상태를 벗어난 마음은 자기판단이나 주관적 인식으로 구성된 개별 자아로 추락한다. 지각(知)이 작동하고 마음을 무엇인가로 채우는 순간 마음은 본래 상태를 벗어나게 되는데 그 때 '나'를 지각하는 개별 자아가 작용한다. 개별 자아는 자기 중심의 분별지(分別知)와 주관적 사고를 작동케 하고 세속의 가치에 물들게 하며 마음이 짓는 허상을 실재인 양 착각하고 살아가게 한다.

이러한 마음이 주관적인 사사로움에 따를 때 여러 가지 기능이 등장한다. 마음은 생각하고 계획하며 시비·선악 따위를 판단하고 분별하는 기능을 간직하고 있으며(권오석, 장자외편, 1994), 즐거움과 걱정, 슬픔과 기쁨 등 감정에 빠져있을 수 있고(권오석, 장자외편, 1994), 도깨비 방망이 처럼 온갖 것을 만들어내기도 하며(김충열, 1993), 외물에 이끌리어 꿈을 꾸고, 깨어있어도 걱정을 한다(노재욱, 1994). 물론 이런 기능들은 마음이 허령하게 비어있는 지인(至人)이나 덕인(德人)의 경지에서는 발견할 수 없는 것들이다. 지인과 덕인의 마음은 명경지수(明鏡止水)와 같아 모든 것을 포용하되 흔적을 남기지 않는다. '지인의 마음씀이 거울 같아서 보내지도 맞이하

지도 않으며, 무엇에나 응할 뿐 감추지를 않는다. 그래서 그는 늘 사물을 비추면서도 마찰함이 없어 자신을 조금도 상하지 않는다.'(노재욱, 장자, 1994).

마음의 부정적 기능만을 생각하면 마음은 없는 것만 못하다는 생각을 하게 된다. 그러나 앞에서 지적한 것처럼 마음은 사람의 중심에 거하며 허령명각한 정신 세계로 안내하는 통로의 기능을 담당하고 있다. 마음의 문을 통과하지 않으면 생명이 약동하는 정신 세계로 들어갈 방법이 없는 셈이다. 서복관(유일환 역, 1995, p. 136.)도 같은 점을 지적하고 있다. "나는 장자의 의도가 마음의 본성은 공허하고 고요하며, 도와 덕과 합체된 것으로 인정하고 있다고 생각한다. 그런데 마음은 외부 사물에 의해 이끌려 그 원래의 위치를 떠나고 마침내 외부 사물을 좇아 질주하여 시비를 불러일으키고 오히려 그것의 본성을 함몰시키게 되는데, 이때의 인간의 마음이야말로 두려워할 만한 것이다. 그러나 만일 마음이 스스로 원래의 위치에 존재하게 되어 물을 따라 옮기지 않으면 이때의 마음은 바로 인체의 정신이 밝게 드러나는 곳으로서 인간의 영부·영대가 된다. 이 영부·영대로부터 직접 발출되는 지(知)는, 곧 도덕의 광휘이고, 인생의 정성 생활의 현현이어서 매우 보배로울 수 있는 것이다." 따라서 마음은 폐기 처분해야할 대상이 아니라 원래의 위치를 찾도록 수련해야할 대상이다.

(2) 마음의 변화

도가에서 제시하는 마음의 수양 방법도 소극적 방법과 적극적 방법으로 구분할 수 있다. 마음의 기능을 부정적인 것으로 파악하면 가능한 한 마음의 작용을 제한하려는 소극적 방법이 선호될 수밖에 없다. 노자가 제안한 '척제현감'(滌除玄鑒)은 소극적 방법을 대표한다. 척제란 깨끗하게 씻

어내는 것이며, 감이란 거울을 가리킨다. 여기에서 마음은 마치 사물을 비추는 거울과 같음을 뜻한다. 따라서 척제현감이란 현묘한 마음의 거울을 깨끗이 씻어낸다는 뜻이다. 마음의 거울을 깨끗이 씻어낸다는 데에는 두 가지 내용이 포함된다. 하나는 다섯 가지 감각 기관을 닫아버린다는 것, 즉 모든 감각을 제거하여 전혀 감각을 사용하지 않는다는 말이다. 또 하나는 모든 사유 내용을 제거하고 일체의 사유 활동을 버려 마음이 텅비고 고요한 상태를 유지하도록 한다는 것이다(허항생, 1995). 한 마디로 말하면 감각이나 이성적인 사유의 작용에 의지하지 말라는 지적이다. 감각 또는 이성이라는 인식 활동을 통해 도를 인식하려는 것은 텅비고 고요한 도의 본성을 위반하는 것이기 때문이다.

장자도 허(虛)·정(靜)·지(止)를 마음의 공부 방법으로 권하고 있다. 허는 자아를 중심으로 하는 선입견이 없는 것이고, 정은 물욕과 감정에 의해 소동이 일어나지 않는 것이며, 지는 마음이 유혹을 받아 밖으로 질주하지 않는 것이다. 그런데 공허할 수 있고 고요할 수 있으면 자연스럽게 멈출 수 있다. 따라서 허정(虛靜)은 도가 공부의 요체라고 할 수 있다(서복관(유일환 역), 1995). 허정은 선입견과 욕망으로부터 해방, 해탈하는 공부일 뿐 아니라 해탈한 이후 마음에 나타나는 일종의 상태를 의미하기도 한다. 허정한 마음은 본래 모든 차별과 대립을 초월하여 모든 것을 포용할 수 있는 막힘없는 상태를 뜻하기 때문이다.

장자는 허정 이외에 좌망(坐忘), 상아(喪我), 지인무기(至人無己), 심재(心齋) 등 마음 공부의 소극적 방법을 제시하고 있다. 이들은 허정의 다른 이름 또는 허정에 도달하는 다소 구체화된 방법을 일컫는 것으로 볼 수 있다. 좌망이란 무엇이든 다 잊어버리는 것이다(곽상, 장자주). 안으로

는 자기의 존재를 느끼지 못하고, 밖으로는 천지 만물의 존재를 느끼지 못하는 것이다. 즉, 주관과 객관, 나와 대상의 모든 구분과 경계를 다 잊어버려 개별자가 존재하지 않는 상태를 말한다. 좌망에 이른 사람은 구분과 경계가 없으므로 어떤 조건이나 제한에 구속되지 않는다. 따라서 막힘 없이 자유롭게 모든 것에 통달한다. 철저한 정(靜)의 방법으로 우주를 꿰뚫는 자유(動)를 터득하는 것이다. 상아나 지인무기 역시 좌망과 동일한 수행 방법을 일컫는다.

심재는 귀와 눈의 총명함이나 지혜를 버리고 마음을 절대 허정한 상태로 유지하는 것을 말한다. 심지(心志)를 하나로 모아 귀로 듣지 말고 마음으로 깨닫도록 하며, 마음으로 깨닫지 못하면 기(氣)로써 감응한다. 여기서 기는 실제 마음의 어떤 상태를 비유로 나타낸 것으로서 노자가 말한 순수 생리의 기와는 다르다(서복관, 1995). 기관 공허하여 무엇이나 다 받아들이는 것인데 이 공허가 곧 마음의 재계(心齋)이다. 다시 말하면, 기는 허정하여 사물을 기다리는 것인데, 심재란 바로 기에 충실함으로써 이 허정한 마음을 보존하는 것이다. 마음을 고요한 상태로 유지하고 철저히 비어둠으로써 생동하는 정신을 해방하려는 방법이다. 직각적, 주정적 체험을 중시하는 접근이다.

도가의 소극적 수행 방법은 주로 마음을 비우는데 초점을 맞추고 있다. 척제현감, 좌망, 심재, 허정 등은 모두 마음을 비우는 방법, 또는 마음을 비운 상태를 언급하고 있다. 그러나 도가의 마음 수행에 소극적 방법만 있는 것은 아니다. 장자가 제기한 '도추'(道樞)와 '양행'(兩行)은 적극적으로 개별 자아로서의 마음을 초월하는 실천 근거를 제시하고 있다.

도추와 양행은 모두 제물론(齊物論)에 더해있

다. 제물론은, 간단히 말해, 어떤 기준을 정해 놓고 이를 확일적으로 적용하여 개체의 독특한 성질이나 특수성을 말살하는 것이 아니라, 도리어 만물의 각기 다른 특색을 인정하면서 큰 조화를 이룬다는 주장이다.

도추는 이것과 저것이라는 구분과 대칭이 없는 것을 이른다. '도'(道)는 전체이고 '추'(樞)는 전체의 중심을 말한다. 원에 비유하자면, 원의 가운데 중심이 추(지도리)이고 도는 원의 중심으로부터 동일 거리에 있는 원주를 뜻한다. 따라서 추로부터 시작하면 원주의 어느 부분도 닿지 않는 곳이 없다. 어느 한 편에 설 때 분별되던 옳음과 그름은 전체의 중심으로 들어가면 모두 다 긍정될 수밖에 없다. 이처럼 전체의 입장에서 양면을 동시에 비춤으로써 이것, 저것의 분별과 시비를 초월해버리는 것이 바로 도추이다. 즉, 도추는 부분을 전체 속에 회통시켜 해결하는 방식인데, 전체 속에서 각 부분은 대립(對立)의 관계에서 대대(對待)의 관계로 전화됨으로써 일대 긍정으로 되돌아가게 된다(김충열, 1996). 예를 하나 들어보자.

“나와 내가 논쟁을 벌였다고 하자, 그때 내가 나를 이겼다고 하자. 그러면 정말 너는 옳고 나는 틀렸을까? 반대로 내가 이기고 내가 졌다고 하자. 그때 나는 옳고 너는 그른 것이었을까? 어느 면은 옳고 어느 면은 그른 것일까? 모두 옳고 모두 그른 것일까? 나와 내가 서로 모를 일이라면 그 누구도 판단할 수 있는 일이 아니다. 왜냐하면 너와 같은자를 시켜 바로잡으려 한다면, 그는 이미 너와 같을 것이니 어떻게 바로잡을 수 있겠는가? 또 나와 같은 자를 내세워 바로 잡으려 한다면, 이 또한 이미 나와 같을 것이니 어떻게 바로잡을 수 있겠는가? 나와 너와 다른 제 삼자를 내세워 바로잡으려 한다면, 그는 이미 나와

너와 의견이 같지 않은 자이니 어떻게 바로잡을 수 있겠는가?..... 이렇듯 나, 너, 제삼자 모두 알수 없으니 누구의 해결을 기대할 수 있단 말인가?”

어느 한 입장에 서서 옳음을 주장하고 시시비비를 가리려 하면 바로 이같은 함정에 걸려든다. 따라서 자기 중심의 아집에서 벗어나 남의 입장을 긍정하고, 시비의 모든 면을 한꺼번에 관조할 수 있도록 판단의 범위를 전체로 확장해야 한다. 전체 속에서 대립되는 개개 주장들은 나름대로 타당성을 지니고 있고, 그 어느 것도 부정할 수 없음을 발견하게 된다. 결국 도추는 판단의 개별 증거와 잣대를 전체에 용해시켜 버림으로써 마음의 작용을 마비시키는 효과를 얻어내게 된다. 현대 심리학에서 말하는 차원의 변화(dimensional change)와 유사한 개념이라 할 것이다.

도추의 궁극 효과는 양행으로 나타난다. 양행은 둘 다를 긍정하고 둘 다를 부정하는(兩是兩非) 병행의 논리를 일컫는다. 도추가 전체의 맥락 속에서 개개 시비 판단의 무용성을 증거하는 방법이라면 양행은 시비 판단 기능 자체의 무용성을 드러내는 방법이라 할 수 있다. 본래부터 하나인 것을 굳이 나누어 시비를 따지고 선악을 가리는 것 자체가 온당하지 않다. 중요한 것은 모든 것을 조화시켜 자연의 균형(天均) 속에 머물게 하는 것이다. 따라서 모든 것을 있는 그대로 용납하고 승인해야 한다. 굳이 분별지를 내어 남이 틀렸다고 지적할 필요도, 자신이 옳다고 주장할 필요도 없다. 세상의 온갖 주장, 주의, 이론은 모두 평화롭게 공존할 가치가 있다. 존재와 삶의 모습에 무한히 마음을 여는 수용성, 이것이 바로 양행이 지향하는 목표이다.

2. 동양의 마음이 상담에 주는 시사점

조금 과장하면 상담은 마음의 변화를 전문으로 다루는 활동이다. 사람 내면의 한 가운데에서 변화의 중심 역할을 수행하는 마음은 사람의 변화를 목표로 삼는 상담의 핵심 내용이다. 이런 점에서 동·서양이 밝혀놓은 마음에 관한 정보는 상담과 상담학의 중심에 들어와야 한다. 그런데 지금까지 상담 분야에서 활용된 마음에 관한 정보는 대부분 서양의 사유 방식에 치우쳐있다. 생활지도, 상담, 심리치료 등 상담학 관련 분야가 서양에서 시작되었으므로 이러한 경향은 당연하다는 생각도 든다. 그러나 어차피 상담과 상담학이 마음을 다루는 활동이라면 마음의 문제를 효율성 있게 다룰 수 있는 모든 관점과 전략은 상담학 속으로 편입되어야 한다. 실제로 서양에서 과학적 심리학이 출발하기 이전에 이미 유·불·도가에서는 마음에 관한 전문 지식을 정립하고 제자와 일반 대중을 상대로 상담 활동을 펼쳐왔다. 서구 학문의 유입과 서구적인 상담의 개념이 동양에서 행해진 상담 활동을 가리고 있기 때문에 잘 볼 수 없어서 그렇지, 마음을 다루는 활동이 상담이라고 치면, 동양에서의 상담 활동은 서양보다 훨씬 더 깊은 뿌리를 가지고 있다. 동양의 고전과 동양인의 생활 속에 나타나는 마음 다름 속에는 엄청난 상담의 원리와 변화 전략들이 담겨져 있다. 그러나 동양의 이러한 지식은 현대의 상담에 별로 반영되지 않았다. 간혹 동양의 마음을 소개하고 동, 서양의 관점을 비교한 상담 연구들이 눈에 띈다. 하지만 지나치게 현학적이거나 서구의 사유틀을 바탕으로 억지 적용 내지는 억지 해석의 폐단이 있어 동양적 마음의 실체 파악을 어렵게 하고 있다. 필자는 여기서 마음의 접근에 관한 한 동양이 서양보다 더 우수하다 또는 서구의 접근 방법을 배제하자는 식의 편들기를 하려

는 것이 아니다. 상담과 상담학은 마음 다름을 중심으로 새롭게 구성되어야 하고, 이를 위해서는 편견 없이 마음에 관한 동·서양의 지식을 하나로 통합할 필요가 있다고 주장하는 것이다. 이를 위해서는 그 동안 상대적으로 소홀히 다루어졌던 동양의 마음에 대해 높은 관심을 기울일 필요가 있다.

마음에 관한 유·불·도가의 입장을 정리하면서 마음을 변화시키는 상담 전략을 크게 세 가지 수준으로 정리할 수 있다고 생각했다. 마음을 의도대로 다스리는 '통제', 마음의 내용과 작용을 비판 없이 받아들이는 '수용', 마음의 세계를 벗어나는 '초월'이 그것이다. 경계가 분명한 것은 아니지만, 거경, 존양, 성찰, 예, 약 등의 방법은 통제 전략을, 도추, 양행, 집중하기, 현재에 살기 등은 수용 전략을, 관찰, 주시하기, 궁리 등은 초월 전략에 해당하는 것으로 분류할 수 있다.

마음이 통제, 수용, 자기 초월의 기능을 할 뿐 아니라 마음의 변화 역시 통제, 수용, 초월의 방식으로 이루어질 수 있는 것이라면 상담 목표와 상담 방식도 이에서 벗어나지 않는다. 때로는 사람(내담자)의 통제 능력을 향상시키고, 때로는 수용력을 증가시키며, 때로는 마음의 작용을 초월하여 성장할 수 있도록 돕기 위하여 마음에 담겨있는 바로 그러한 역량을 활용하도록 돕는 활동이 바로 상담이다. 이 목표를 달성하기 위하여 상담은 여러 가지 전략을 동원한다. 여기서 한 가지 분명히 밝혀둘 사항이 있다. 마음의 통제력을 강화시키려면 주로 통제 기능에 초점을 둔 전략을 동원해야 한다는 발상은 옳지 않다는 사실이다. 마음의 통제력을 강화시키는 것이 상담의 목표라 해서 그 목표를 달성하는 수단 역시 통제 지향적인 것이어야 한다는 생각은 지나치게 편협하다. 필자는 바로 이 점이 서양 상담의 문제라고 생각한다. 수용과 초월의 전략을 통해서 마음

의 통제력이 향상되는 경우도 얼마든지 있다. 이해를 돕기 위한 예를 하나 들어보자. 상담자가 '고불안증'을 다룰 때 불안 현상을 통제하는 사고 기법, 행동 기법 등 여러 통제 전략들을 활용할 수 있다. 아울러 불안을 하나의 자연스런 현상으로 받아들이는 수용 전략과 불안을 객관화시켜 관찰하거나 주시하는 초월 전략을 활용할 수도 있다. 어떤 전략이든 목화 문제가 되는 마음의 통제력을 키울 수 있으면 채용하지 못할 이유가 없다. 이는 수용과 초월에도 마찬가지다. 따라서 통제력=통제 전략, 수용력=수용 전략, 마음의 초월=초월 전략으로 등식화하는 단편적 생각은 버리는 것이 바람직하다. 마음을 초월하기 위해 엄청난 마음의 통제력을 활용하는 요가의 경우도 좋은 예가 될 것이다. 그러므로 상담자는 마음을 통제하고 수용하고 초월하도록 돕는 여러 변화의 전략들에 익숙해야 한다. 그리고 상담의 목표에 따라, 내담자의 특성에 따라, 여러 범주를 넘나들며 적절한 변화의 전략을 구사할 수 있어야 한다. 다행히 동양에서는 통제의 기법과 더불어 마음을 수용하고 초월하도록 돕는 기법들도 다양하게 개발된 바 있다. 새로운 상담학은 이제 서양의 좁은 개념틀을 벗어나 마음의 변화와 관련된 인류의 모든 지식을 종합하고 상담 전략 속으로 통합할 때가 되었다.

상담학에서 이상적으로 생각하는 사람의 마음은 특별히 매어있는 것 없이 초월해 있으나 동시에 통제 기능과 수용기능을 조화시켜 정상적인 일상 생활을 영위하도록 이끄는 것이다. 물론 마음이 이 수준에 도달하기까지 상당한 시간과 훈련 및 수행이 필요하다. 그런데 이상적 상태를 향한 마음의 진보는 일정한 단계를 거쳐 발달하는 것으로 보인다. 엄격한 구분은 어렵겠지만 크게 보아 통제의 단계, 수용의 단계, 초월의 단계가 마음이 진보하면서 거치는 과정이라고 여겨진

다. 상담자를 찾은 대부분의 내담자들은 통제의 단계에서 심각한 문제를 경험한다. 상담자는 적절한 전략을 동원하여 문제되는 내담자의 통제 기능을 정상화시켜야 할 것이지만, 이것을 상담의 전부라고 생각하는 것은 경계해야 한다. 상담은 궁극적으로 개인 인격의 성장을 자극하고 조력하는 활동이므로 내담자의 마음이 더 성장하여 수용의 폭이 넓어지고 초월의 단계에 이르도록 이끌어 주어야 한다. 상담 관계가 지속되는 한 내담자를 끊임없이 추동하고 격려하는 것이 상담자의 역할임은 다시 말할 필요가 없다. 그리고 이 과정에 마음의 정체와 마음의 변화에 대해 신선한 생각을 제공하는 동양의 관점과 전략은 새롭게 평가되어야 한다.

참고문헌

權近, 入學圖說
 王一庵先生遺集
 李耳, 栗谷全書
 李滉, 退溪全書
 朱熹, 朱子大全
 朱熹, 朱子語類
 六祖壇經

- 권오석(1994). 장자의외편. 서울: 홍신문화사
 금장태(1996). 유학사상의 이해. 서울: 집문당
 김충열(1993, 겨울). 장자의 철학 세계와 정신
 경지(2). 과학 사상, 제7호. 서울: 범양사
 김충열(1996). 노장철학강의. 서울: 예문서원
 노재욱(1994). 장자. 서울: 자유문고
 박성희(1990). R.S.Peters의 감정교육론에 대한 비판적 고찰, 초등교육연구 제1집. 청주 교대 초등교육연구소

서복관(유일환 역, 1995). 중국인성론사(선진편). 서울: 을유문화사
오경웅(서돈각, 이남영 역, 1997). 선학의 황금시대. 서울: 천지
오쇼 라즈니쉬(이연화 역, 1993). 탄트라비전Ⅲ. 서울: 태일출판사
요쇼 라즈니쉬(손민규 역, 1994). 법구경上. 서울: 태일출판사

이행원(1982). 悟道の 길. 서울: 흥법원
정승석(1996). 인간을 생각하는 다섯 가지 주제. 서울: 대원정사
조민환(1996). 유학자들이 보는 노장철학. 서울: 예문서원
허항생(노승현 역, 1995). 노자철학과 도교. 서울: 예문서원

A Study on the Oriental Mind and Counseling

Sung-Hee Park

Chongju National University of Education

Counseling has dealt with mind as one of the core mechanisms which influence human being. As we know well, most of the counseling tasks are related with mind in one way or another. Therefore it's very natural for counselors try to have broad and deep knowledge on the identity and function of mind. This study analysed the mind from Oriental viewpoint and found some valuable information from it, which will enrich counseling process and strategies. Specifically, the concepts of human mind and the strategies of its change have been reviewed in detail in Confucian, Buddhism, and Taoism. And how those of oriental view point can be applied in counseling practice has been discussed also. The results of this study will add Oriental viewpoint to our understanding of human mind and broaden our perspectives on counseling process as an effective aide for human change.