

精神分析, 人間中心의 相談 및 佛教의 比較 I.

人間 및 心理的 問題에 관한 견해

尹 虎 均

(聖心女大)

요 약

정신분석에 의하면 인간은 자신의 본능적 욕구충족을 극대화하려는 존재이며, 그의 심리적 문제는 무의식적인 유아 아동기적 충동을 유아 아동기적 방식으로 만족시키려할 때 야기된다고 본다. 인간중심의 상담에서는 인간은 내재적 잠재력을 실현하고자하는 존재이며, 그의 심리적 문제는 그의 자기 개념이 그의 경험을 이해 수용할 수 없을 때 야기된다고 본다. 불교에서는 인간은 중생인 동시에 잠재적 부처이며, 중생으로서의 심리적인 문제는 無明 때문에 小我的 自己나 대상에 집착하기 때문에 생긴다고 본다.

이들 세 관점은 내적인 성격요인을 강조하는 점에서 공통성을 보이면서도, 중요한 차이를 보인다. 정신분석에서는 인간을 근본적으로 동물적인 욕구를 추구하는 존재로 보는 데 반하여, 인간중심의 상담에서는 성장지향적이고 긍정적인 경향성을 가진 존재로 보며, 불교에서는 이들 양면을 모두 가진 것으로 간주한다. 방어 역시 정신분석에서는 필요불가결한 것으로 보지만, 인간중심의 상담에서는 내재적 잠재력의 실현을 방해하는 것으로 보며, 불교에서도 깨달음을 통하여 극복되어야 할 것으로 본다. 심리적 문제의 발생 과정과 불교의 迷十重 사이의 연결 가능성이 간단히 시사되었다.

의 삶과 더불어 존재한다는 것을 뜻한다.

그러기에 종교나 신앙이 인간의 역사와 더불어 같이 있어 왔고 결국엔 상담이나 정신치료와 같은 전문분야가 생겨나지 않을 수 없었다. 종교, 상담 및 정신치료는 넓은 의미에서 “심리적인 문제”라는 동일한 영역을 다루고 있기 때문에 그들 사이에 때로는 갈등과 긴장이 있기도 하다. 그러나 서로간의 교류와 협력은 보다 올바르고 포괄적인 인간이해 및 심리적인 문제의 이해와 해결을 위하여 절실히 필요하다.

이러한 필요성은 이미 여러 사람들이 느끼고 있을 뿐만 아니라 그에 대한 논의가 상당히 있어온 것도 사실이다. 그러나 나의 생각으로는 아직도 이러한 논의는 시작의 단계이다. 상담자, 정신치료자, 그리고 종교인 사이엔 인간과 인간의 심리적인 문제를 보는 시각에 있어서 상당한 거리가 엄연히 존재한다. 따라서 나는 이 글에서 정신치료 가운데 아직도 가장 강력한 입장인 精神分析, 상담분야의 확립과 발전을 위해서 가장 큰 공헌을 한 人間中心의 相談(혹은 來談者中心의 相談), 그리고 가장 영향력 있는——적어도 동양에서는——종교의 하나인 佛教, 특히 大乘佛教의 입장 혹은 견해들을 다음의 두 가지 주제를 중심으로 비교, 검토해 보려 한다.

첫째, 인간은 어떤 존재인가?

둘째, 인간의 심리적인 문제의 원인은 무엇인가?

I. 서 론

심리적인 문제는 그것을 심각하게 경험하든 않든 우리 모두와 항상 같이 있다. 인생은 고통이라고 한다면 인간은 태어날 때부터 고통을 경험하도록 되어있다는 일상적인 얘기들은 적어도 우리가 구원을 받는다는 지 해탈을 하지 않는 한, 심리적인 문제는 우리 자신

II. 인 간 관

인간의 심리적인 문제는 그 문제를 가지고 있는 주체인 인간과 떼어놓고 생각할 수 없다. 신체적인 질병도 그 질병을 앓고 있는 환자의 일반적 건강상태, 체질, 성격 등과 분리해서 생각할 수 없듯이 여기서 다루고자

하는 심리적인 문제——病源體나 신체조직상의 이상 유무와는 무관한 適應上の問題——의 이해는 사실상 그 문제를 지닌 인간 자체에 대한 이해라고 할 수 있다. 따라서 정신분석, 인간중심의 상담, 그리고 불교에서 인간의 심리적인 문제를 어떻게 이해하느냐하는 것은 이들 세 가지 입장들이 인간을 어떤 존재로 보느냐하는 것과 떼어 생각할 수 없다.

1. 정신분석적 입장

프로이트(Freud)를 중심으로 하는 정신 분석에서는 인간을 본능적 욕구를 최대한 만족시키려는 존재로 파악한다(Maddi, 1980, p. 23). 인간으로 하여금 어떤 행동을 하도록 하는 주된 동기는 동물적인 욕구들로서 예컨대 배고픔, 목마름, 성적인 충동, 공격적인 충동 등이다. 이러한 동물적인 욕구들은 끊임없이 긴장을 자아내며, 인간은 행동을 통하여 이를 감소시키려 한다. 이 긴장감소가 인간에게 쾌락을 가져다 준다. 모든 인간의 활동은 긴장감소에서 오는 쾌락을 목적으로 한다. 인간의 이러한 측면을 프로이트는 이드(Id)라고 표현하고 있다. 그에 의하면 이드는 인간이 태어날 때부터 가지고 있는 인간의 가장 기본적인 정신구조이다. 외부현실과 관계를 맺으면서 본능적인 욕구를 충족시켜 나가는 정신적 기능인 자아(ego)와, 내재화된 사회규범인 초자아(superego)는 바로 이 이드로부터 갈라져 나와 발달한 정신구조이다. 그러나 이들 자아나 초자아의 발달 역시 본능적인 욕구를 현실적으로 최대한 만족시키려 하는 과정에서 발달, 분화한 것이다.

프로이트는 대부분의 인간의 행동 및 성격을 갈등에 대한 타협의 산물로 간주한다. 인간은 끊임없이 외부 자극에 의해서 또는 내적인 자극에 의해서 긴장을 느끼게 되며 이러한 긴장을 즉각 발산하므로써 편안하고 안정된 상태에 도달하려 하지만 외부적인 현실이나 내적인 현실은 이런 욕구를 좌절시키고 때로는 금지한다. 따라서 개인의 욕구와 주어진 현실 사이에는 갈등이 생겨난다. 이러한 갈등을 해결하기 위해서 그는 현실 세계를 탐색하고 분별하며 평가하여 현실의 요구에 맞추어 자신의 욕구를 충족시키는 타협을 하지 않을 수 없다. 대부분의 기본적인 욕구, 예컨대 먹고 마시고 쉬고 체온을 유지하려는 욕구들은 적어도 현대사회의 대부분의 사람들에게 큰 어려움 없이 어느 정도 충족되어지므로 이들 욕구의 충족을 위한 갈등의 타협은 별 문제가 되지 않는다. 그러나 性的인 욕구와 攻撃的인 욕구들——프로이트는 특히 이 욕구들을 중요시 하였다——의 충족은 많은 경우 사회적인 규범이나 현실과 상충하기 때문에 많은 갈등을 야기한다. 아무튼 본능적

욕구를 충족시키려 하는 개인과 그의 환경 사이——그리고 결국가서는 그 개인의 내적인 성격구조 사이——에는 갈등이 있게 마련이다. 이러한 갈등은 그에게 긴장의 증가를 가져오므로 이러한 갈등을 해결하기 위하여 많은 경우 防禦機制에 의존하게 된다. 방어기제는 말하자면 본능적 욕구와 현실 사이의 갈등에서 오는 긴장을 감소시키기 위하여 자신의 본능적 욕구를 인정하지 않으려는 자기기만적인 책략이다. 따라서 방어기제를 통한 긴장의 감소는 본능적 욕구를 현실적으로 만족시킴으로써 생겨나는 것이 아니라, 자신 속에 현존하는 욕구들을 자신의 의식으로부터 어느 정도 소외시킴으로써 오는 일시적이고 부분적인 긴장감소이다.

한 개인의 성격은 그가 유아기 및 아동기에 경험했던 갈등들과 그에 대한 방어 및 대응의 방식들이 定型化한 것이다. 인간은 태어나 커가는 가운데 자신에게 고유한 행동 및 사고방식, 즉 성격을 획득하게 된다. 프로이트는 이 성격발달이 5단계, 즉 口腔期, 肛門期, 男根期, 潛伏期, 性器期를 거치는 가운데 이루어진다고 보았으며, 특히 남근기가 끝나는 5~6세 경까지는 성격의 기본구조가 대개 완성되며, 그 이후엔 특별한 경우를 제외하고는 이 성격구조를 계속 유지한다고 보고있다. 그에 의하면 이들 발달의 각 시기에서는 구강, 항문, 남근 또는 성기 등의 부위를 중심으로 성적인 본능이 충족된다. 이처럼 발달시기마다 성적인 본능이 발산되는 통로가 다르다는 것은 곧 각 시기마다 본능충족을 위한 유아 및 아동기의 갈등내용이나 반응양식이 다르다는 것을 의미한다. 예컨대, 구강기에는 구강을 통한 受容이나 取得을 통해서, 항문기에는 항문내에 변을 파지하고 있거나 아니면 배설하는 것을 통해서 성적인 본능을 충족시키려 하며, 이를 중심으로 부모와의 갈등이 일어나게 된다. 더 나아가서 각 발달시기에는 각기 특정한 형태의 방어기제가 우세하다. 예컨대, 구강기에는 投射, 內射 또는 否定 등의 방어기제가 주로 사용되고, 항문기에는 知性化, 反動形成, 孤立化, 取消 등의 방어기제가 주로 사용되며, 남근기에는 抑壓이 주로 사용된다. 정신분석에 의하면 부모가 어느 특정 발달시기에 유아나 아동의 본능충족을 지나치게 許容하거나 挫折시킬 경우 그 유아나 아동은 그 발달시기에 고착되거나 그 시기의 갈등내용, 반응양식 및 방어양식이 우세한 성격특성을 갖게 된다고 한다. 예컨대 어떤 사람이 구강기에 지나치게 본능충족이 허용되었거나 좌절되었을 경우 그는 구강기에 고착되어 더 이상의 성격발달을 하지 못하게 되거나, 구강기적인 반응양식이나 방어양식이 우세한 성격특성을 갖게 된다. 그러나 다행히 성장과정중에 부모로부터의 지나친 허용이나

좌절을 받지 않고 본능적 욕구를 적절히 충족시킬 수 있었던 사람은 발달의 어느 단계에 고착됨 없이 性器期까지의 발달을 잘 해나갈 수 있다. 이들은 곧 成熟한 性格의 소유자로서 의존적 내지 소유적인 사랑이나 또는 섹스적인 사랑보다는 애타적인 사랑을 할 수 있으며, 강박적이거나 경쟁적인 성취보다는 사회에 기여할 수 있는 가치있는 일을 할 수 있다. 그러나 이런 성숙한 사람들 역시 그들의 본능적 욕구를 昇華라는 방어기제를 통해 사회가 용납하는 방식으로 충족시켜 나가고 있을 뿐이다.

요컨대 정신분석에 의하면 인간은 기본적으로 이기적이며 동물적인 본능적 욕구를 최대한 만족시키려는 존재로서, 가치있는 행동, 선한 행동 등은 모두 사회화 과정에서 동일시를 통해 본능적 욕구를 승화시킨 결과일 뿐이다.

프로이트에 의하면 인간의 행동은 또한 강력한 무의식적인 동기, 특히 성적인 충동이나 공격적인 충동에 의해 결정되어진다고 한다. 어떤 행동의 동기에 대한 그 자신의 설명은 그의 진정한 동기를 있는 그대로 나타내는 것이 아니라 그것의 극히 일부만을 나타낸다는 것이다. 왜냐하면 진정한 욕구의 원천인 Id는 무의식적으로 작용하는 자아의 방어 때문에 의식화될 수 없으며 설사 의식화된다고 하더라도 그것은 진정한 욕구의 파생물(derivatives)에 지나지 않기 때문이다. 따라서 인간은 자신의 행동을 자유의지에 따라 자유로이 선택하는 것이 아니라 자신의 내부에 있지만 자신이 의식할 수 없는 어떤 감춰진 욕구에 의해 결정되어진 행동을 하고 있을 뿐이다. 드러난 부분보다는 숨겨진 부분이 많은 빙산의 비유로 표현되는 바와 같이 행동은 무의식적인 욕구에 의해 결정되어진다고 할 수 있다.

2. 인간중심 상담의 입장

로저스(Rogers)를 중심으로 하는 인간중심의 상담(또는 來談者 中心의 相談)에서는 인간을 자기의 내재적 잠재력을 실현하려는 실현경향성(actualizing tendency)을 가진 존재로 파악한다.

이 기본적인 인간의 경향성은 프로이트가 주장한 것처럼 타인이나 사회 또는 문화로부터의 요구나 경향과 대립적이라든지 상호 양립할 수 없는 성질의 것이 아니다. 오히려 이 실현경향성은 자신은 물론 타인이나 사회까지도 유지·향상시키려는 데 봉사한다. 로저스에 의하면 자신의 내재적 잠재력을 실현하려는 경향성만이 인간의 유일한 욕구이며 동기이므로 기본적으로는 자기 내부에서나 인간과 사회 사이에 어떤 대립이나 갈등이 필연적일 필요는 없다.

그러나 인간의 모든 반응이 자신의 잠재력을 실현시키고 자신과 타인을 유지하고 향상시키는 것은 아니다. 인간은 긍정적 존중의 욕구(need for positive regard) 즉, 남들로부터 사랑과 칭찬을 받으려는 욕구와 自尊하려는 욕구(need for self-regard) 등을 가지고 있어서, 자신의 경험을 그가 자라면서 형성한 자기(self) 혹은 자기개념(self-concept)에 맞추고 일치시키려는 경향, 즉 자기개념을 실현하려는 경향성(self-actualization tendency)이 있다. 이 자기개념에 맞추어 경험하고 행동하려는 경향성은 일반적인 실현경향성에서 분화발달한 하위경향성이지만, 때로는 실현경향성 못지않게 강력하다. 예컨대 자신이 매력 없는 사람이라는 자기개념을 가진 사람은 다른 사람이 그를 보고 참 매력있다고 말할 때 수치나 모멸감을 느끼고 화를 내거나 그를 만나려 들지 않을 것이다. 이 경우 그의 유기체적 경험과 자아 개념은 서로 불일치하고 있는 것이다. 유기체적 경험은 로저스에 의하면 어떤 특정 순간에 그의 유기체 내에서 작용하고 있는 일체의 것을 지칭하는 것이며, 자기개념이란 간단히 얘기해서 자기가 누구이며 어떤 존재인가라는 의식상의 自己像을 뜻한다. 위에 든 예의 경우 그가 유기체적으로는 자신의 매력을 경험하고 있을 뿐만 아니라 매력을 나타내려고 하지만 의식상에서는 그는 그것을 부정하고 왜곡하며 자기를 못생긴 사람이라고 생각하는 자기개념만을 고집하는 것이다. 이처럼 경험과 자기개념 사이에 불일치가 생길 때 그는 자기의 유기체 내에서 진행되는 경험들을 부정하거나 왜곡하게 되고 자신의 내재적 가능성을 실현시킬 수 없게 된다.

로저스에 의하면 이러한 불일치가 아주 심하거나 또는 지나쳐서 자기개념이 위협을 받고 유지될 수 없을 때 그런 불일치를 경험하는 사람은 부적응과 정신병리에 빠지게 된다. 그는 자신의 경험을 유기체적 가치평가과정(organismic valuing process)에 의하여 평가·수용하고, 나아가서 필요한 경우엔 그런 경험에 따라 행동하는 것이 아니다. 오히려 그는 부모들의 가치기준을 받아들임으로써 습득한 가치조건(conditions of worth)에 의하여 분별 평가하여 자기 자신 및 세계에 대한 개념을 형성하고, 경험들 가운데서 자기개념에 부합하지 않는 것은 왜곡하거나 부정하고 자기개념에 부합되는 경험들만을 선택적으로 의식화하여 이에 따라 반응하는 것이다. 이때 왜곡되거나 부정되는 경험에 대한 가치조건적인 평가는 그 경험의 은밀한 원초적인 의도나 경험의 여러 측면들을 전체적으로 이해하고 검토하여 이루어진 평가라기 보다는 그 경험의 드러난 결과측면만을 유의한 평가라고 할 수 있다. 그러므로

이러한 평가는 왜곡된 평가이며, 자기의 유기체적 경험의 여러 측면을 고려한 올바른 평가라고는 볼 수 없다. 이런 식으로 유기체적 경험의 여러 측면들이 왜곡 부정되어 의식화될 수 없기 때문에 그의 자기개념은 조화를 이루면서 확장·변모되지 못하고 고정된 개념 구조로 남아있게 된다. 이와 같이 현재의 경험과 동떨어진 자기개념에 비추어 유기체내에 진행되는 많은 경험들이 왜곡·부정되기 때문에 그의 내재적 가능성들이 부정되는 결과가 발생한다. 즉 이는 자기 자신과 아울러 사회의 유지와 향상에 기여할 수 있는 실현경향성의 위축을 뜻하는 것이다.

이와 반대로 어떤 사람의 자기개념이 그의 유기체적 경험의 여러 측면들을 별로 왜곡·부정하지 않으면서 이해·수용하고 그의 경험이 그의 반응에 충실하게 반영되는 경우, 그는 로저스가 말하는 완전한 기능을 발휘하는 사람이다. 그는 가치조건에 따라 자기의 경험을 평가하여 어떤 경험은 수용하고 어떤 경험은 부정·왜곡시키는 것이 아니라, 경험의 여러 측면을 이해 수용하는 가운데 자신의 잠재력을 발휘하는 방향으로 반응한다. 로저스는 이런 사람의 특징을 5가지로 기술한다(Rogers, 1961, pp. 183~196). 즉, 그는 경험에의 개방성(방어적이 아니며 정서적인 깊이가 있음), 실존적 삶(실존의 각 순간을 완전히 살며 자발적이고 융통성이 있음), 유기체에 대한 신뢰(직관적이며 자신을 신뢰하고 자기 확신적임), 체험적 자유(자유의지에 대한 주체적인 느낌), 그리고 창의성(새롭고 건설적인 생각이나 물건을 만들어 냄) 등의 특징을 갖는다. 요컨대 그는 자기의 내재적 잠재력을 신뢰하며, 그것을 최대한 발휘함으로써 자기 자신과 사회의 유지와 성장·발전에 기여하는 사람이다.

로저스에 의하면 인간의 행동은 목표지향적이며, 어떤 특정 순간의 반응은 그 순간에 경험되어지는 내재적 욕구들을 만족시키는 방향으로 이루어 진다. 따라서 그는 그의 환경의 여러 면들을 부정하거나 왜곡하지 않으면서도 그 중에서도 특히 그의 유기체적 욕구들을 만족시킬 수 있는 특정한 면에 선택적으로 주의를 기울이며 그 결과에 따라 반응한다. 그러한 선택은 어떤 무의식적인 힘이나 환경에 의해 결정되어지는 것이 아니라 자의적인 것이다. 이러한 자유로운 선택과 자기 결정은 실현경향성의 중요한 특징으로서 어떤 내적인 힘이나 외적인 환경의 지배나 통제를 벗어나고자 하며, 보다 자유롭고 자율적인 행동을 지향한다. 물론 모든 사람이 완전한 자유를 누리는 것은 아니며 그것은 완전한 기능을 발휘하는 사람에게 있어서나 가능한 이상이다. 그러나 완전한 기능을 발휘하지 못하는 사람들

도 자기 자신에게 가능한 범위까지는 각자 나름대로 선택하고 스스로 결정한다. 이와같은 선택과 결정을 통하여 인간은 끊임없이 자신의 내재적 잠재력을 실현해 나가며 자신과 사회를 유지·발전·향상시켜 나간다. 따라서 그는 끊임없이 '形成'하여가는 존재이며, 과거나 환경 또는 어떤 개념에 의해 결정되어지거나 묶여져 있는 존재가 아니다.

3. 불교의 입장

불교는唯心論的인 입장을 취한다. 불교에 의하면 인간과 그가 속한 환경, 세계 등은 모두 그의 마음에서 온 바라는 것이다. 일체의 현상은 마음이 지어낸 것(一切唯心造)이라든지, 마음 밖에 한 물건도 없다(心外無一物)라는 불교의 표현은 이를 뜻한다. 중생도 자신의 마음 때문에 중생이 되고 중생의 세계에 살며, 부처도 자신의 마음에 의해 부처가 되고 부처의 세계에 산다는 것이다.

그러면 그 마음이란 어떤 것인가? 大乘起信論에서는 마음을 衆生心, 一心 등으로 표현하고 있는데 이 중생심 혹은 일심 가운데엔 부처에 이르는 「眞心」의 측면도 있고 중생이 되게 하는 「妄心」의 측면도 있다는 것이다. 眞心 혹은 眞如는 생겨나는 것도 없어지는 것도 아니며, 커지거나 줄어드는 것도 아니며, 평등하여 차별이 없으며, 티없이 밝은 것으로서 온갖 묘한 작용과 한량없는 功德을 갖추고 있으며, 그것이 나타내는 지혜와 자비 역시 끝이 없다는 것이다. 이와 대조적으로 무명(無明)에 가려진 妄心은 끊임없이 나타났다가 사라지며, 커지기도하고 줄어들기도 하며, 차별을 지으며, 항상 번뇌, 망상 및 고통에서 벗어나지 못하는 것이다. 그러나 진심이전 망심이전 둘다 한 마음의 두 측면에 지나지 않는다. 이를 불교에서는 혼의 물과 파도가 물이 아니다(水波不二)라고 비유한다.

이러한 마음의 두 가지 측면에서 부처와 중생, 즉 깨달은 사람과 어리석은 사람이 있게 된다. 부처 혹은 깨달은 사람은 자기의 진정한 성품, 즉 진심 혹은 佛性을 깨달아 그에 따라 사는 사람이고, 중생은 자기본성을 깨닫지 못한 사람이다. 자기의 본성을 깨달은 사람이란 다른 말로 하면 자신의 내재적인 가능성과 잠재력·가치 등을 이해하고 믿으며, 그것을 구현하는 사람이라고 할 수 있을 것이다. 이런 사람은 자신의 가치와 가능성을 이해하고 믿기 때문에 남들의 가능성과 가치를 이해하고 믿을 수 있다. 또한 그는 자신이 이미 풍족하기 때문에 구태여 남에게 의존하고 남에게 사랑을 구하거나 욕심을 내지도 않으며, 남을 비하하거나 자책하지도 않으며, 남을 미워하거나 공격하지도

않으며, 남과 자신을 구별하지도 않으며, 시비나 선악 등에 고정스런 분별을 하지도 않는다. 또한 그는 고정된 자기란 존재하지 않으며 무상한 존재임을 깨달아 알기 때문에 小我에 국집하지도 않으며, 따라서 불안이나 공포에 떨지도 않는다. 적극적으로 표현한다면 그는 자기와 남을 다같이 가치있으며 가능성과 능력을 지닌 존귀한 존재로서 받아들이며 자기 자신과 남을 지혜와 사랑으로 대한다.

이와 반대로 자신 속에서 원만구족한 자기를 깨닫지 못한 사람은 외부적인 것에 매달려 부귀공명이나 쾌락 또는 권력을 추구한다. 자기의 몸을 자기 자신이라고 생각하거나, 혹은 개념적으로 자기라고 생각하는 것을 자기 자신이라 믿고 그것에 매달린다. 즉 小我에 매달리는 것이다. 그러한 소아에 국집하기 때문에 나와 남을 구별한다. 또한 자신의 원만구족함을 이해하지 못하고 믿지 못하기 때문에 남에게 의존하며, 남이 알아주기를 바라며, 욕심을 내며, 부족하다고 느껴지는 자기를 비하·질책하며, 남을 부러워한다. 또한 나와 남을 구별하고 욕심을 내기 때문에 남을 시기하고 미워하며, 이용하려 하고, 공격하며, 시비와 선악에 집착한다. 그리고 소아적 자기를 고집하려 들기 때문에 불안과 공포에 떨며 어긋난 생각을 하게 된다.

불교는 위에 말한 바와 같이 부처와 중생을 구별하지만, 그 둘이 근본적으로 다른 존재가 아님을 강조한다. “마음과 부처와 중생이 차이가 없다”(心佛及衆生是三無差別), “무명의 본 바탕이 곧 불성이요 허깨비 같은 이 몸이 곧 진리의 몸이다”(無明實性即佛性幻化空身即法身), 또는 “깨치면 부처요, 깨닫지 못하면 중생이다”(悟即佛, 迷即衆生)라는 표현은 중생과 부처가 같은 바탕에서 나온 것임을 말하는 것이다. 그리하여 “땅으로 말미암아 넘어진 사람은 땅을 의지해 일어난다”(因地而倒者因地而起也)라고 비유하기도 한다.

중생과 부처는 자기의 진정한 마음을 깨닫거나 깨닫지 못한 것의 차이에 불과하다. 마치 중생이란 “길을 잃은 사람이 동쪽을 서쪽이라 생각하고 남쪽을 북쪽이라 생각하는 것과 마찬가지로”(猶如迷人四方易處)이며, 또한 法華經에 나오는 바와같이 부잣집 아들이 어려서 길을 나가 오랫동안 거지로서 생각하며 지내다가 자기 집에 와서도 자기가 그 집의 아들인 줄을 모르는 사람(불교성전 pp. 436~437)과 마찬가지로이다.

또한 불교에서는 앞서 언급한 바와 같이 중생으로 태어난 것은 물론 그가 속하는 사회나 세계까지도 자신의 마음이 지은 바라고 할 뿐 아니라, 그것은 철저한 因緣(즉, 원인과 조건)에 의한 결과라고 한다. 이 因緣生起說, 즉 緣起說은 불교의 핵심사상으로서 불교

에서는 이 연기를 “이것이(즉, 원인) 있으므로 저것(즉, 결과)이 있고, 이것이 나타나므로 저것이 나타난다”(金東華, 1954, p. 104)라고 하였다. 중생 혹은 깨달은 사람이 되는 것, 그리고 좋은 환경 또는 나쁜 환경에 태어나는 것이 모두가 인연에 의하며, 인간의 행복이나 불행도 인연에 의한다. 그러면 이러한 결과를 가져오는 인연은 무엇인가?

불교에서는 그 원초적인 원인을 마음이라고 하며, 그 원인의 전개를 촉발하는 조건을 환경이라고 한다. 이 최초의 원인인 마음과 촉발하는 조건인 환경과의 상호 작용에 의하여 어떤 행동이 일어나고 그에 따라 정해진 결과를 받게 된다. 중생은 자기 마음 가운데 있는 망심 때문에 중생이 되고 중생의 행동을 하며, 깨달은 사람은 같은 마음 가운데 있는 진심 때문에 부처가 된다. 그러나 여기서 주목해야 할 사실은 깨달은 사람이 되기까지는 인연에 의하지만 깨달은 뒤의 그의 행동은 인연에 의해 결정되어지는 것이 아니라는 점이다. 그는 자유로운 존재로서 융통성있게 행동한다. 자기의 마음에 따라 또는 필요에 따라 중생의 모습을 나타내기도 하고 보살의 모습을 나타내기도 한다.

요컨대 불교에서는 인간이란 이기적이고 탐욕스럽고 어리석은 존재일 뿐 아니라, 자비스럽고 지혜로운 존재라고 본다. 이 양면적 존재로서의 인간이 어떤 인간이 되느냐 즉, 깨달은 사람이 되느냐 아니면 중생이 되느냐 하는 것은, 그의 마음 가운데 있는 진심과 망심의 양면 중 어떤 마음에 의해 움직이느냐에 달려있다. 이 마음의 움직임은 중생의 경우엔 인연에 의해 지배되고, 깨달은 사람의 경우엔 인연을 초월하여 자유롭다.

4. 세 입장의 비교

이제 우리는 위에서 살펴 본 인간에 관한 정신분석, 인간중심의 상담, 그리고 불교의 입장들을 몇 가지 논점을 중심으로 비교해 볼 필요가 있다.

우선, 이들 세 입장이 모두 인간의 사고와 행동을 결정하는 주된 요인을 외부 환경보다는 인간 자신의 내적 요인에 두고 있으면서도 그 강조의 정도와 내용에 있어서는 커다란 차이를 나타낸다. 정신분석에서는 인간의 사고와 행동이 성격구조간의 타협 또는 개인과 외부 현실 사이의 타협에 의해 결정된다고 본다. 그러나 이 타협에서 중핵적인 역할을 하는 것은 성격 자체의 무의식적인 충동, 무의식적인 방어기제들이다. 우리가 어떤 순간에 어떤 것을 보고 느끼며 어떻게 생각하는가 하는 것은 성격 내의 이 무의식적인 측면들에 의해 결정되워진 것이다. 인간의 행동이나 사고에 있

어서의 내적인 요인에 대한 강조는 인간 중심의 상담에서는 더욱 심하다. 이 입장에서는 환경이나 현실이란 지각하는 사람을 떠나 존재하는 객관적인 현실이 아니다. 그것은 지각하는 사람의 경험 즉 현상적 장(phenomenal field)으로 용해된 현실이다. 물론 그 사람을 떠나 존재하는 엄연한 객관적인 현실을 부정하는 것은 아니지만 그것은 그의 현상적 장에 들어오지 않는 한 그에게 현실이 아니다. 이 때 객관적 현실 가운데 어떤 것이 현상적 장이 되고 어떤 것이 현상적 장이 되지 않느냐 하는 것은 지각하는 사람의 유기체와 자기개념에 달려 있다. 불교는 인간행동에 있어서의 인간 자신의 중요성을 더욱 극단적으로 밀고 나간다. 애초에 인간의 행동뿐 아니라 인간자체와 인간이 처한 환경 자체가 모두 마음의 소산이라고 주장한다. 인간으로 태어나는 것, 그리고 어떤 성향과 능력을 가지고 태어나는가하는 것 뿐만 아니라, 어떤 부모 어떤 사회에 태어나느냐 하는 것 까지도 다 前生에 자신이 지은 바業의 결과라고 보는 것이다. 그리고 이 모든 것의 근원은 자기의 마음이라는 것이다. 이러한 불교의 입장은 적어도 한가지 문제를 남긴다. 즉 원인과 조건이 어떤 결과를 낳는다는緣起說을 충실히 따른다면, 어떤 결과가 있기 위해서는 원인뿐 아니라 그 원인이 원인으로서 작용할 수 있게하는 조건이 필요하다. 씨앗이 자라기 위해서는 물이나 온도 등이 적절해야 하듯이. 그렇다면 현재의 인간 및 그의 행동을 가져온 원인이 그의 마음이라 하더라도 그 마음이 그러한 결과를 가져오도록 도운 조건은 마음 그 자체 내에 있는가 아니면 마음 밖에 있는가? 물론 불교는 그것까지도 그의 마음 안에 있다고 생각하여 그 마음이 홀연히 움직여 어떤 결과를 가져온다고 한다. 그러나 이는 충분한 해답일 수 없다. 예컨대, 설사 나의 마음이 나 자신과 나의 행동을 가져온다 하더라도 나의 친구까지도 나의 마음에 따라 생겨나고 없어질 수는 없다. 왜냐하면 그는 그 사람 자체로서 독자적인 또 하나의 인과의 연속을 가지고있기 때문이다. 따라서 우리는 인간 중심의 상담에서 묵시적으로 인정하는 것처럼 우리가 우리의 경험 또는 현상적 장 속으로 받아들이기도 하고 받아들이지 않기도 하는 객관적 현실이 독자적으로 우리와 떨어져 존재함을 인정해야할 것이다. 한편으로는 道를 구하는 사람이 있고, 다른 한편으로는 그의 깨달음을 도와줄 수 있는 선지식이 독립해 존재하듯이.

둘째, 인간의 기본 동기에 관하여 세 입장은 사뭇 다른 입장을 취한다. 정신분석에서는 배고픔, 갈증, 특히 성적인 욕구와 공격적인 욕구 등을 인간의 가장 기본적인 동인으로 보며 인간의 행동은 이런 본능적이

고 이기적인 욕구를 최대한 충족시키기 위한 것에 불과하다고 본다. 아무리 고상하고 가치 있는 행동이라 할지라도 그것은 이 본능적인 욕구들을 충족시키기 위하여 취해진 승화된 활동에 불과하며 단지 방어때문에 의식하지 못하고 있을 뿐이라는 것이다. 이에 반하여 인간중심의 상담을 주장하는 로저스 등은 인간은 자신의 내재적인 가능성 혹은 잠재력을 부단히 실현하려는 존재이며, 그의 내재적 가능성이나 잠재력의 실현은 자기 자신과 타인의 유지와 향상에 기여한다고 보고 있다. 이 입장에서는 인간의 파괴적이고 이기적인 사고와 감정, 행동 등은 부모나 사회로부터 습득한 가치조건들에 준하여 설정된 왜곡되고 경직된 비현실적인 자기개념에 자신의 반응을 맞추려드는 것에서 비롯된다고 보는 것이다. 달리 말하면, 자신의 유기체적 경험을 왜곡, 부정한 결과라는 것이다. 만일 그가 자신의 유기체적 경험에 충실할 수만 있다면 그는 그 자신이나 사회에 도움이 되는 반응이나 행동을 할 것이라고 본다. 또한 불교에서는 인간이 원래는 지혜와 자비의 존재이면서도 또한 그에 못지 않게 탐욕과 무지의 존재라고 주장한다. 이 양면이 모두 태어나면서부터 인간에게 주어져 있으며 그 가운데 어느 방향으로 행동할 것인가 하는 것은 진실과 망심 가운데 어느 면이 발동하느냐에 달려있다는 것이다.

세째, 인간의 기본 동기에 대하여 세 입장이 다른 것과 관련하여 방어가 인간에게 필요한 것인가에 대해서도 다른 입장을 취한다. 정신분석에서는 방어는 개인의 성격 내부구조 사이의 균형을 위해서나 개인과 사회 양자간의 균형을 유지하기 위해서는 필요불가결한 것으로 간주한다. 어떤 사람의 본능적인 충동들이 만약 그의 자아방어기제를 통한 상당한 수정이나 변형을 거치지 않고 그에게 있는 그대로 의식될 때 그것은 곧 그의 성격의 해체를 나타낸다. 이것이 곧 정신분석에서 말하는 정신병의 상태이다. 또한 이러한 사람은 사회현실과의 조화로운 균형을 유지하지 못하고 자신의 이기적이고 개인적인 욕망 혹은 충동의 만족만을 추구하므로써 다른 사람들에게는 해독을 끼친다고 보고 있다. 이러한 정신분석적인 입장에 반하여 인간중심의 상담에서는 일체의 방어는 근본적으로 인간의 내재적 잠재력을 위축시킬 뿐이라고 본다. 앞에서 보았듯이 인간의 내재적 잠재력은 기본적으로 건설적이고 성장지향적이며 그 개인과 사회의 유지·향상에 기여하는 성질을 가지고 있다. 인간이 자기의 내재적 잠재력을 실현하지 못하게 되는 원인은 그가 자기개념에 일치하지 않는 경험들을 의식으로부터 배제하기 위하여 왜곡하고 부정하기 때문이다. 따라서

왜곡·부정을 통한 방어는 그 자신의 유지·향상은 물론 타인의 유지·향상을 위해서도 바람직한 것은 아니다. 그러나 방어가 근본적으로 바람직한 것이 아니고 하여 전적으로 불필요한 것은 아니다. 왜냐하면 일단 어떤 사람의 자기개념이 형성되고 난 뒤엔 그는 그 자기개념을 유지하기 위하여 자기개념에 일치하지 않는 경험들은 왜곡·부정함으로써 자기개념을 방어할 수 있어야만 하기 때문이다. 만일 그렇지 않고 그의 경험들이 있는 그대로 그의 의식상에 표출되고 상징화 된다면 그의 자기개념은 유지되지 못하고 해체될 것이며 이는 곧 그의 부적응 및 정신병리적인 상태를 가져오기 때문이다. 다음으로 불교 역시 인간중심의 상담에서와 마찬가지로 방어 때문에 인간은 자신의 진심을 깨닫지 못한다고 본다. 인간은 누구나 근본적으로 진실 혹은 불성을 가지고 있으면서도 이를 깨닫지 못하기 때문에 중생이다. 따라서 이 깨닫지 못하는 상태 즉 진실이 가리워진 상태를 방어의 상태라 한다면 방어야말로 인간의 생득적인 조건이면서도 벗어나야만 할 조건이라 할 수 있다. 이 방어를 벗어난 사람이야말로 바로 해탈한 사람 혹은 깨달은 사람인 것이다. 이처럼 방어를 보는 입장이 다른 것은 아마도 각 입장에 따라 인간의 기본적인 모습을 달리 보고 있기 때문이라고 할 수 있을 것이다.

네째, 인간의 행동이 결정되어지는 것인지 아니면 자유로운 선택의 결과인지 하는 문제에 관해서 세 입장은 대조를 이룬다. 정신분석에서는 인간의 행동은 자신의 무의식적인 면들, 즉 무의식적 충동, 무의식적 방어, 무의식적 규범들에 의해서 무의식적으로 이미 타협·결정된 것을 반영하고 있을 뿐이라고 한다. 그리고 이런 타협의 방식은 이미 어려서 그 기본 틀이 정해지므로 어른이 되었을 때는 그 틀의 범위 내에서 행동한다는 것이다. 이에 반해 인간중심의 상담에서는 매순간 스스로를 만들어 가는 존재(becoming being)로서의 인간의 행동은 끊임없는 선택의 표현이라고 보고 있다. 순간마다 부단히 변하는 자신의 유기체적 경험의 여러 측면들 가운데서 특정한 면을 선택함으로써 반응이 이루어진다는 것이다. 때로는 그 선택이 자신의 내재적 가능성을 실현시키기 보다는 그것을 왜곡·부정하는 방향으로 이루어질 수도 있다. 즉 유기체적 경험보다는 자기개념에 맞추어 반응하는 경우이다. 그러나 이것 역시 그 순간에 있어서의 그의 준거 체계 안에서 그 사람 나름대로 선택·결정한 것이다. 그 선택의 범위가 넓으나 좁으나 하는 것은 경험과 자기개념이 일치되느냐 괴리되느냐에 의해 결정될 뿐이

다. 불교에서는 중생의 행동은 因과 緣의 필연적 결과로 보는 반면, 깨달은 사람의 행동은 그와같은 인연을 초월하여 융통자재하다고 보고 있다. 한 사람이 인연의 속박에서 얼마나 자유로울 수 있는가 하는 것은 그의 깨달음의 정도에 달려있다 할 수 있다. 만일 우리가 인간을 미래의 부처라고만 보지 않고 이미 얼마쯤은 부처라고 본다면 인간은 결정되어지는 존재이면서 동시에 자유로운 존재라고도 할 수 있을 것이다. 이처럼 정신분석, 인간중심의 상담 및 불교가 인간의 행동이 결정되어진 것이냐 자유로운 선택의 결과이냐에 있어서 차이를 보이지만, 이들 세 입장들은 모두 의식화 혹은 통찰이 자유의 폭을 넓힌다는 점에 있어서는 견해를 같이한다. 즉, 정신분석에서는 인간은 무의식적인 본능이나 방어기계에 대한 통찰을 통해 이제까지의 무의식적인 결정의 지배로부터 해방된다고 본다. 또한 인간중심의 상담에서는 자신의 경험과 자기개념에 대한 이해(혹은 상징화)를 통하여 인간은 보다 자유로운 선택을 할 수 있으며 자신을 실현시켜 나갈 수 있다고 본다. 불교 역시 깨달음이야말로 그를 지혜롭고 자비롭게 한다고 보는 것이다.

Ⅲ. 심리적인 문제와 그 원인

인간에 대한 견해들이 입장에 따라 다를 수 있듯이 심리적인 문제를 보는 시각도 입장에 따라 다르고 그 원인에 대한 견해도 다르다. 똑같은 문제를 놓고도 입장에 따라 서로 다른 측면을 문제의 핵심으로 보며 그 문제의 원인을 서로 다른 각도에서 조명한다. 이러한 입장간의 차이는 인간관의 차이를 반영하기도 한다. 이제 정신분석, 인간중심의 상담, 그리고 불교가 인간의 심리적 문제를 어떻게 보며 그 원인을 무엇이라고 보는지 살펴보기로 하자.

1. 정신분석적 입장

심리적인 문제는 유아·아동기의 갈등이나 억압된 것의 재생으로 인하여 자신의 본능적 욕구를 만족시키지 못하는 상태를 말한다. 심리적인 문제를 가진 사람은 성기기까지의 성격발달 단계를 성공적으로 거치지 못하고 성기기 이전의 주된 고착 단계로 퇴행하여 그 시기의 욕구나 적응방식을 가지고 현재의 현실에 적응하려는 사람이다. 예컨대 우울증이나 정신분열증 환자는 구강기적 욕구를 구강기적 적응방식으로 현실생활에서 충족시키려는 사람이고, 강박신경증 환자는 항문기적 욕구를 항문기의 특징적인 적응방식을 통해서 충족하려드는 사람이며, 히스테리 증세를 보이

는 여자 환자나 동성애 증세를 가진 남자 환자는 남근기에 고착되어 있거나 남근기로 퇴행한 사람이라는 것이다.

여기서 우리는 정신분석학에서 신경증이나 정신병과 같은 정신질환의 증세가 어떻게 형성된다고 보는가를 간단히 살핍으로써 정신분석적인 입장이 심리적인 문제를 어떻게 이해하는가를 좀 더 알 수 있을 것이다.

카메론은 신경증과 정신병의 증상형성이 이루어지는 단계를 다음과 같이 구분하고 있다(Cameron, 1963, Chapter 13).

1) 촉발요인으로 인한 긴장과 불안의 증가→2) 자아 붕괴의 위협→3) 주된 고착수준으로의 퇴행→4) 유아기 및 아동기 갈등의 재생과 억압된 것의 출현→5) 방어적 변형과 부차적 수정→6) 증상의 출현

성격구조가 취약하다 하더라도 그런 성격구조를 가진 사람의 환경이 양호하여 그에게 별다른 긴장이나 불안을 유발하지 않는다면 그는 신경증이나 정신병에 걸리지 않을 수 있다. 그러나 그가 현실생활을 해나가는 가운데 심한 긴장이나 불안을 유발할 어떤 변화에 직면하여 이를 효과적으로 대처하지 못하는 경우에는 그는 심한 긴장이나 불안을 경험하게 된다. 이런 긴장이나 불안은 여러 가지 경우에 촉발될 수 있다. 예컨대 부모의 사망 또는 애인이나 친구의 배반 등 자신의 욕구충족의 원천이 상실되었거나 상실될 위협에 처했을 때 긴장이나 불안이 증가될 수 있다. 인생에서의 실패, 건강의 악화, 지위 등의 격하 등도 정서적 내지 사회적 안정을 깨뜨려 긴장과 불안을 유발할 수 있으며, 청년이 되면서 성적인 욕구나 공격적인 욕구가 현저히 증가하였음에도 불구하고 이런 욕구들을 충족시킬 적절한 통로가 없을 때 역시 심한 좌절과 그로 인한 긴장과 불안을 경험할 수 있다.

이처럼 긴장과 불안이 상당한 정도로 고조되었음에도 불구하고 그가 이런 긴장과 불안을 유발시키는 사태를 현실적이고 효과적인 방식으로 대처해나가지 못할 뿐만 아니라, 내적으로도 적절한 방어를 통하여 성격구조간의 균형을 유지할 수 없는 경우가 있을 수 있다. 이 때 그는 지금까지 그의 성격구조간의 역동적 균형을 유지시켜 온 현 수준의 자아기능을 계속 지탱하지 못하고 어렸을 때의 자아기능수준으로 퇴행하게 되는 것이다. 이 때의 퇴행은 그가 주로 고착되어있는 발달시기에 이루어진다.

고착된 발달시기란 그에게 있어서 지나치게 본능적 욕구의 충족이 좌절되었던 시기이거나 그런 욕구의 충족이 지나치게 허용되었던 시기이며, 또한 그 시기의 자아기능수준으로써는 해결할 수 없었던 갈등을 지닌

시기이다. 따라서 이 시기에로 퇴행한다는 것은, 그가 현실적으로 부딪히고 있는 여건상의 변화로 인한 긴장과 불안 뿐만이 아니라 이에 대해서 그가 지금까지 의식으로부터 배제해왔던 어렸을 때의 긴장과 불안 그리고 이를 야기시켰던 갈등까지도 재경험하게 된다는 것을 의미한다.

이러한 경험을 그대로 의식한다는 것은 엄청난 일이다. 어렸을 때의 정신수준에서 경험하고 느꼈던 여러 가지 공포나 공상, 위협이나 처벌에 대한 예상 등을 그 당시에 경험하고 느꼈던 그대로 의식한다는 것은 감당할 수 없을 정도의 불안과 긴장을 유발할 것이므로 자아는 자동적으로 부차적인 방어를 통해 그 갈등내용들을 변형·수정하는 것이다. 바로 이러한 변형 내지 수정을 거쳐 표출되는 유아기 갈등이 다름아닌 신경증이나 정신병의 증상인 것이다.

정신분석의 입장에서 본다면, 요컨대 심리적인 문제 혹은 정신질환은 지금까지 어느 정도 의식의 표면으로부터 배제되어 왔던, 그러나 해결되어지기를 요구하는 유아기 내지 아동기의 갈등이 어떤 형태로든지 의식 표면에 나타나 행동을 좌우하게 될 때 생긴다. 그것은 유아기나 아동기에 성공적으로 다루어지지 못했었고 잠재되어 있었던 욕구를 현상황에서 유아기나 아동기의 반응양식을 통해서 충족시키려 드는 것을 의미한다. 따라서 이러한 욕구나 반응은 현재의 상황과는 동떨어진 것이며 부적절한 것이다.

2. 인간중심 상담의 입장

인간중심의 상담에서는 심리적인 문제란 자신의 건설적이고 성장지향적인 내재적 가능성을 실현시키지 못하는 상태를 뜻한다. 이는 자신의 경험과 자기개념 사이의 부조화 혹은 불일치로 인한 것이다. 가치조건에 근거하여 설정된 경직되고 방어적인 자기개념을 유기체적인 경험이 위협할 때 부적응이나 성격의 해체라는 심리적인 문제가 생긴다. 로저스는 심리적인 문제가 야기되는 과정을 다음과 같이 요약하고 있다(Rogers, 1959, pp. 228~229).

1) 유기체적 경험과 자기개념 사이의 불일치→2) 위협 혹은 불안의 경험과 이에 대한 방어의 실패→3) 유기체적 경험에 대한 의식 및 이에 따른 자기개념의 붕괴→4) 괴리된 행동의 출현.

인간은 앞에서 언급한 바와 같이 타인으로부터 사랑을 받고자하는 욕구나 또는 자기 스스로 자신을 높이 평가하고자 하는 욕구 때문에 자신의 유기체내에서 진행되는 여러 가지 의식 가능한 경험들을 있는 그대로 평

가하지 않는다. 대신에 그는 부모들이 사용했던 가치 조건 그리고 나중에는 자신의 것이 된 가치조건에 따라 자기의 유기체내의 경험들을 평가하여 자기개념과 현실에 대한 개념을 형성하고, 그런 개념들이 형성된 뒤엔 그런 개념에 부합되는 경험들은 정확하게 의식상에 표상되지만 그렇지 않은 경험들은 왜곡되어 지각되거나 부정된다. 따라서 그의 자기개념이 자신의 많은 경험들을 의식하고 받아들일 수 없는 것일 경우에는 그는 흔히 그러한 유기체적 경험들을 역하지각적으로(subceptively) 느끼게 된다.

이렇게 자신의 경험과 자기개념 사이의 괴리가 크면 클 수록 그는 그만큼 더 자기개념의 유지에 위협을 느끼게 되고 그에 따른 불안을 느끼게 된다. 즉 그가 역하지 각적으로 느끼는 위협적이고 불안을 야기하는 경험들이 정확하게 의식상에 표출된다면 이는 그의 불안을 심히 증대시키고 그의 자기개념에 심한 위협이 된다. 따라서 그는 왜곡이나 부정을 통하여 이런 사태를 방지하려고 할 것이다. 그러나 이와 같은, 방어에의 노력이 실패할 때 그는 어쩔 수 없이 자기개념을 위협하는 경험들을 의식하게 될 것이고 이제까지 유지해온 자기개념의 해체 혹은 붕괴를 경험할 것이다. 이처럼 자기개념이 붕괴되는 경우 그는 때로는 여태까지 해왔던 방식으로 종래의 자기개념과 일치하는 행동을 하기도 하지만 때로는 이와는 달리 부정하고 왜곡해왔던 경험을 그대로 표출하므로써 자기개념과 일치하지 않는 엉뚱한 행동을 하기도 한다. 결국 인간중심의 상담에서는 심리적인 문제의 근원을 방어적이고 경직된 자기개념에 두고있다고 할 수 있다.

그러면 이와 같은 경직되고 방어적인 자기개념은 어떻게 형성되는가?

우선 로저스는 인간세계는 생득적인 실현경향성이 있다고 주장한다. “이 실현경향성 가운데 일부는 본화를 지향하는 경향성인데 이 분화지향적인 경향성과 관련하여 그의 유기체의 경험 가운데 일부가 존재에 대한 의식, 기능작용에 대한 의식내에서 변별되어지고 상징화되어진다. 이러한 의식을 자기-경험이라 할 수 있을 것이다. 존재와 기능작용에 대한 의식내의 이 표상은 환경, 특히 주요한 타인들로 구성된 환경과의 상호작용을 통하여 그의 경험적 장(experiential field)내에서의 한 지각대상인 자기개념으로 발달된다”(Rogers, 1959). 또한 로저스에 의하면 자기개념의 발달과 더불어 남들로부터 긍정적인 존중 즉, 사랑을 받고자 하는 욕구는 물론 후에는 스스로 자신을 존중하고자 하는 욕구가 발달하므로, 중요한 타인들로부터 그의 이런 욕구들이 충족되느냐 아니냐 하는 결과에 따라 그러한

결과를 초래한다고 생각되는 자기 자신의 경험들을 평가하게 된다는 것이다. 만일 이 때에 중요한 타인들이 어떤 가치조건에 따라 그의 어떤 행동은 존중하고 어떤 행동은 존중하지 않는 상황이 거듭된다면 그는 결국에는 자기 스스로 그 중요한 타인들이 하는 것과 마찬가지로 자기의 행동이나 반응을 그러한 가치조건에 따라 평가하게 되는 것이다. 이러한 자신의 행동 및 반응에 대한 평가결과는 그대로 그의 자기개념 형성에 반영된다. 그리하여 지나치게 엄격하고 경직된 가치조건을 가진 부모나 기타 중요한 타인들과의 상호작용을 경험해온 사람은 경직되고 방어적인 자기개념을 형성하게 되며, 반대로 무조건적으로 그를 존중하고 사랑 하는 사람들과 함께 지내을 수 있었던 사람은 개방적이고 융통성있는 자기개념을 형성하게 된다는 것이다.

요컨대, 인본주의 상담에서는 인간의 심리적인 문제는 지나치게 경직되고 방어적인 자기개념으로 인하여 그의 다양한 경험들을 왜곡·부정한 결과라는 것이다. 이처럼 그의 경험들이 왜곡·부정되는 경우, 그는 그 정도 만큼 그의 내재적 가능성들을 실현할 수 없게 된다. 다시 말하면 그는 그만큼 자기의 긍정적이고 창조적인 성장에의 힘을 위축·약화시키게 되는 것이며, 이것이 그의 심리적인 문제를 야기시킨다는 것이다.

3. 불교의 입장

불교의 입장에서 본다면 심리적 문제란, 망심 때문에 허구적인 소아적 자기에 집착하여 헛된 생각·감정에 따라 살아가는 상태를 말한다고 할 수 있다. 그런 사람은 진정한 자기 즉 대아를 깨달아 대아적인 삶을 사는 것이 아니라 자기 바깥의 것, 즉 돈, 권력, 명예, 남의 인정과 칭찬 등에 의존하고, 그런 것들을 얻기 위하여 살아가는 것이다. 이런 불교의 입장에서 보면 일상적인 우리의 삶 거의 대부분이 문제이며 미망이다. 이와 같은 소아적인 삶과 거기서 오는 고통은 그렇게 되기까지의因果의 사슬이 있다. 앞에서 보았지만 불교는 중생의 고통이건 깨달은 사람의 열반이건 모두 인연의 소치라고 보는 것이다.

그러면 소아적 자기의 착각과 허구, 그리고 이로 인한 바깥 것의 추구와 그 결과로서의 고통이 어떤 과정을 통하여 이루어지는가를 살펴보자.

이 연기과정에 대해서는緣起說에 따라 그 정밀성과 개념상에 약간의 차이가 있으나 이 글에서 이것을 상술할 수는 없다. 다만 우리는 우리의 목적을 위해서 심리적인 문제의 전개과정을 가장 잘 나타내는 것으로 생각되는「大乘起信論」(以下에서는 起信論으로 줄임)에서 染法緣起 과정으로 보는 生滅流轉門을「禪源諸證

集都序」(이하 都序로 줄임)의 분류를 중심으로 하여 살펴보기로 한다(韓國의 佛教思想, pp. 113-118; 都序, pp. 71~74). 都序에서는 이 과정을 「迷十重」이라 하며 다음과 같은 인과의 연쇄로 나타내고 있다.

1) 本覺眞心(혹은 眞如)→2) 根本不覺(혹은 根本無明)→3) 無明業相(念起)→4) 轉相 혹은 能見相(見起)→5) 現相 혹은 境界相(境現)→6) 智相 및 相續相(執法)→7) 執取相 및 計名字相(執我)→8) 貪瞋癡¹⁾→9) 造業相 혹은 起業相→10) 業繫苦相(受報)

여기서 本覺眞心은 眞如, 一心, 如來藏, 衆生心으로 표현되는 바 타고난 마음 본바탕을 뜻한다. 根本不覺 혹은 根本無明은 眞如를 참답게 알지 못하는 妄心이며, 無明業相(都序에서는 「念起」)은 不覺忘心에 의하여 마음이 움직이기 시작하는 상태를 뜻한다. 轉相(都序에서는 「見起」)은 主觀的觀念으로서의 인식(혹은 지각)이 형성되는 과정을 뜻하며, 現相(都序에서는 境現)은 그러한 인식의 형성과정을 통하여 인식대상으로서의 경계가 나타난 상태를 말한다. 여기까지의 과정은 그 작용이 미세하다고 하여 無明業相, 轉相, 現相을 통칭 起信論에서는 「三細」라고 한다. 智相은 마음가운데 나타난 현상으로서의 경계 혹은 대상에 대하여 그것이 실제로 존재하는 것으로 생각함과 아울러 그것에 대하여 사랑스럽다, 밋다, 옳다, 그르다, 착하다, 악하다 등을 知的으로 분별하는 것을 말하며, 相續相은 智相의 헛된 분별이 더욱 확고해져서 좋고 사랑스런 것에 대해서는 즐거워하고 좋아하며, 사랑하는 감정을 내고, 싫고 미운 것에 대해서는 싫어하고 미워하는 감정을 계속 지니는 것을 말한다. 이 智相과 相續相을 묶어 都序에서는 「法執」이라고 하였다. 執取相은 상속상에 의해 일어난 좋아하고 싫어하는 대상에 대하여 집착하는 마음을 일으켜 좋아하는 것은 꼭 가지고 싫어하고 싫어하는 것은 굳이 피하고 멀리하고 싫어하는 것을 뜻하며, 計名字相은 起信論에 의하면 어떤 사건이나 물건을 실제로 직접 경험하는 것이 아니라 언어나 문자로 표현되는 내용을 들으면서 그 언표된 내용에 대해서 자기에게 듣기 좋은 표현에 대해서는 좋아하고 듣기 싫은 표현에 대해서는 싫어하는 것을 뜻한다. 執取相이나 計名字相은 둘 다 허망된 자기 즉 소아를 중심으로 하여 그와 같은 감정적인 執着心을 내는 것으로 볼 수 있다. 그러므로 都序에서도 이 두 가지 相을 묶어 「執我」라 표현하고 있다. 貪·瞋·癡는 좋아하는 것을 가지려 하는 것(貪), 싫어하는 것을 피하려 하거나 증오하는 것(瞋), 그리고 그렇게 가지거나 피하려 도모하는 것(癡)을 말한다. 造業相은 이

를 구체적으로 실천에 옮기는 것이다. 그리고 業繫苦相(都序에서는 受報)은 그러한 실천의 결과를 받는 것을 뜻한다. 起信論에 의하면 智相으로부터 業繫苦相까지의 여섯 과정들은 밖으로 들어난 것이라하여 六塵라 한다.

迷十重이라는 연기의 사슬에서 순차적으로 앞의 것은 원인(因)이 되고, 뒤의 것은 결과(果)가 된다. 다시 이를 惑(즉 원인), 業(즉 행위), 果(즉 결과)의三道로 구분해 보면 根本不覺이 원인이 되어 無明業相과 轉相이라는 행위가 생기고, 그 결과로 現相이 있게 된다. 또한 智相, 相續相, 執取相 및 計名字相이 원인이 되어 起業相이 일어나고, 그 결과로 業繫苦相이 있게 된다.

따라서 이와같은 染法緣起의 과정에 비추어 본다면 중생이 자신에 대한 착각과 허구 속에서 자기 바깥의 것을 추구하면서 괴로워하는 것은 無明과 執着²⁾에 그 원인이 있다. 여기서 無明은 자신과 세계에 대한 착각과 허구의 근원이며, 執着은 헛되고 비현실적인 행위와 그로 인한 고통의 근원이다.

그러면 無明과 執着은 무엇인가?

無明은 진실을 진실대로 보지 못하고 착각하는 것을 말한다. 기신론에서는 “여실히 진여의 법이 하나라는 것을 알지 못하는 것”(不如實知 眞如法一)이라고 설명하면서 “길을 잃은 사람이 일정한 방향을 정해 놓고 있었기 때문에 방향을 잃었다고 말하게 되는 것”이라는 비유를 든다(韓國의 佛教思想, p. 113). 방향을 잃었다고 할 때나 방향을 찾았다고 할 때나 사실은 하나의 변동도 없듯이 진여 역시 그 자체는 깨달았건 깨닫지 못했건 차이가 없는 것임을 모르는 것이다. 圓覺經에서는 또한 다음과 같이 표현하고 있다. “무엇을 무명이라 하는가?……일체 중생이 끝없는 옛부터 뒤바뀐 것이 마치 걸음은 사람이 四方을 혼동하는 것과 같아 잘못 四大(즉 地水火風으로 육신을 가르킴)를 자기 몸이라 생각하고, 六塵(즉 色·聲·香·味·觸·法으로 자극 대상을 가리킴)의 그림자를 자기 마음이라 생각한다”³⁾. 요컨대 무명이란 진실에 대한 착각을 뜻한다. 바꿔말하면 虛構를 허구인 줄 모르고 진실인 줄로 믿는 것을 뜻한다.

1) 起信論에는 이 貪·瞋·癡의 상태에 대한 언급은 별도로 하지 않고 있는 것 같다. 아마 이단계는 앞의 執取相과 計名字相에 포함시킨 듯 싶다.

2) 여기서의 無明은 根本無明, 根本不覺을 지칭하며, 執着은 枝末無明, 枝末不覺, 執妄無明을 지칭한다.

3) 云何無明 善男子 一切衆生 從無始來 種種顛倒 猶如迷人 四方易處 妄認四大 爲自身相 六心緣影 爲自身相 (文殊章 가운데서 인용).

執着은 “대상에 맞닿이고 집착하며 돌아보고 생각하여 마음이 거기 묶이는”(불교성전, p. 137) 것으로서, 根本無明으로 인하여 진실을 그대로 보지 못하고 오히려 허구를 진실로 착각한 뒤, 이 착각을 대상으로 하여 여러 가지 마음을 내는 것을 뜻한다. 여기엔 자기 자신에 대한 집착, 즉 我執과 존재자체에 대한 집착, 즉 法執의 두 종류가 있다. 法執은 신기루를 실제로 존재하는 것으로 믿고, 꿈 속에서 벌어지는 사건을 실제 있는 것으로 생각하거나, 거울에 비친 나무가 실제 나무인 것처럼 생각하듯이, 우리가 인식하는 존재란, 우리 마음 속의 존재임에도 불구하고 그것을 실제의 객관적인 존재인 것처럼 생각하고, 그것에 시비, 선악, 애증의 분별을 일으키는 것을 말한다. 이것을 都序에서는 “이것들(根身世界 즉 자신과 세계)이 자기 생각을 따라 생겨난 것임을 알지 못하고, 실제로 존재하는 것이라고 믿는 것을 일컬어 法執이라 한다”(不知此等從自念起 執爲定有 名爲法執——都序 禪要合本, p. 73)고 표현하고 있다. 我執은 꿈꾸는 사람이 '꿈 속에 나타난 자기를 진정한 자기라 믿고, 꿈 속의 다른 사람을 진정한 남인 줄로 알고 그에게 애증, 시비, 선악 등의 감정을 느껴 가까이 하거나 멀리하려 하듯이, 사람들이 자기가 직접 경험하거나 말이나 글을 통해 듣고 보는 것에 대하여 自他를 구별하고, 자기가 좋아하고 즐기는 것에 대해서는 접근하고 소유하고 싶어하며, 싫어하는 것에 대해서는 멀리하고 회피하려 드는 것을 말한다. 都序에서는 이것을 “마음 속의 존재를 실제로 존재하는 것으로 믿기 때문에 자기와 남을 다르다고 보는 것을 我執이라 한다”(執法定故 便見自他之殊 名爲我執——都序 禪要合本, p. 73)고 표현하고 있다. 이와같이 自他를 구별하기 때문에 자신에게 즐겁고 좋은 것은 가지고 싶어 하고, 괴롭고 싫은 것은 멀리하고 싫어하는 마음이 생긴다는 것이다. 그러나 이것은 꿈 속의 자기와 남이 별도의 존재가 아니고 애증의 대상이 될 수 없듯이, 사람들이 경험하는 대상이 자기자신을 떠나 독자적으로 존재하는 대상이 아니며, 따라서 그것에 대해 애증 등의 감정을 품는다는 것이 허깨비에 게 그런 감정을 느끼는 것과 마찬가지로 하는 것이다. 언어나 문자로 표현된 것은 더구나 그렇다는 것이다. 아무튼 자신과 타인을 구별하고, 자기중심적으로 남이나 세계에 대하여 여러 가지 감정을 느끼는 것을 法執이라고 하는 것이다.

결국, 불교에 의하면 중생들이 고통 속에 허덕이게 되는 것은 근본적으로 그 원인이 자신과 세계에 대한 근본적인 착각인 無明과 그 착각으로서의 자신과 세계에 대한 욕구와 감정인 執着 때문이라는 것이다. 이러한

무명과 집착 때문에 원만구족한 자기 주체인 淸淨한 마음을 잃고 헛된 욕망과 감정의 노예가 된다는 것이다.

4. 세 입장의 비교

세 입장들이 다 같이 심리적인 문제나 고통은 자신의 어떤 측면들을 왜곡하고 부정함으로써 내적인 통정 혹은 조화를 이루지 못한 것에서 유래한다고 보는 점에서 상통한다. 즉 세 입장들이 공통적으로 내적인 통정의 결여가 심리적인 문제의 원인이라고 보는 것이다. 이는 인간의 행동이 환경요인들 보다는 내적인 요인들에 의해 좌우된다는 세 입장들의 공통적인 인간관과 맥락을 같이한다.

그러나 왜곡당하고 부정당하는 측면이 어떤 것이냐 하는 점에 있어서는 서로 견해들이 다르다. 우선 정신분석에서는 사회적인 요구도 때로 부정·거부되지만 주로 자신의 본능적 욕구가 왜곡·부정된다고 한다. 본능적 욕구들, 특히 성적인 욕구나 공격적인 욕구들은 흔히 다른 사람들이나 사회의 요구와 상반된다. 한 사람의 욕구충족은 다른 사람의 욕구충족을 좌절시키거나 위협하기 때문이다. 본능적 욕구들은 본질적으로 이기적이기 때문에 모든 사람들이 자기의 본능적 욕구들을 있는 그대로 아무런 제한없이 충족시키고자 한다면, 그 사회는 혼돈과 무질서의 사회가 될 것이며, 결과적으로 각자의 욕구들은 충족되기 보다는 오히려 좌절될 것이다. 프로이트에 의하면 사회적인 제약과 규범은 사회 구성원 각자들의 욕구충족을 위해서 필요불가결하다는 것이다. 그러나 이러한 사회규범이나 제약들이 지나치게 개인의 본능적 욕구를 억압할 때 그는 자신의 본능적인 욕구들을 수용하기 보다는 억압하고 부정하게 된다는 것이다. 한편, 로저스의 인간중심의 상담에서는 왜곡되고 부정되는 것은 프로이트의 정신분석에서처럼 부정적이고 이기적인 본능적 욕구들이 아니라, 자신은 물론 사회의 유지와 향상에 기여할 수 있는 건설적이고 창조적이며 성장지향적인 잠재력들이라는 것이다. 그에 의하면, 인간은 누구나 자신의 내재적 잠재력들을 실현하려고 한다는 것이다. 그러나 위에서 보았듯이 자라나는 가운데 인간은 타인과 구별되어 자기라는 것이 존재함을 분별하게 되고, 또한 부모나 기타 중요한 사람들의 가치규범을 내재화하여 가치조건을 갖게 된 후에는, 자신의 경험들을 이 가치조건에 비추어 평가하여 자기개념을 형성한다. 그러한 자기개념이 형성된 후엔 그 자기개념에 비추어 자신의 생각, 감정, 행동들을 받아들이기도 하고 방어하기도 하지만, 자기개념을 방어하기 위하여 왜곡시키고 부정한 경험들이 이기적이고 부정적인 성

질의 것은 아니라는 것이다. 로저스에 의하면 어떤 경험이란 그 속에는 자신을 유지, 향상시키려는 내재적 잠재력이 내포되어 있다는 것이다. 물론 어떤 경험이 유기체 자체 보다 자기 개념을 실현하는 데에만 봉사한다면, 그런 경험은 자신이나 타인에게 유해한 결과를 가져올 수도 있기는 하다. 그러나 그런 경험조차도 비록 미약하고 왜곡되어 있긴 하지만 자기 자신의 유지와 향상을 위한 것이라는 것이다. 불교의 입장에서 본다면, 인간의 고통과 문제는 진정한 자기 모습을 깨달아 그에 따라 살지 못하고, 자기 바깥 것을 추구하기 때문에 생긴다고 한다. 진정한 자기 마음(眞心)은 한량없는 공덕과 가능성을 지니며, 결점이나 부족함이 없는 圓滿具足한 것이지만, 無明으로인한 망심 때문에 이러한 자기 모습을 깨달지 못하고 고통 속에서 허덕인다는 것이다. 이렇게 망심을 일으키는 무명은, 불교에 의하면 생득적인 것이며 학습된 것이 아니다. 그러나 이는 깨달음을 통하여 없앨 수 있다는 것이다. 즉 무명은 無始有終이다. 무명은 인간의 어둠이며, 지혜라는 빛에 의해 사라질 수 있다. 마치 빛이 나타날 때 어둠이 사라지듯이. 이를 라즈니쉬는 다음과 같이 지적하고 있다(마하무드라의 노래, p. 73).

증오는 실재하지 않는다. 그것은 다만 사람의 결여일 뿐이다.

분노는 실재하지 않는다. 그것은 다만 자비의 결여일 뿐이다.

무지는 실재하지 않는다. 그것은 다만 깨달음의 결여일 뿐이다.

선은 실재하지 않는다. 그것은 다만 브라흐마차리야의 결여일 뿐이다.

아마도 우리는 불교의 진여 혹은 진심을 로저스가 얘기하는 내재적 잠재력에 상응하는 것으로, 그리고 망심을 프로이트가 말하는 이드와 상응하는 것으로 간주할 수가 있을 것이다. 그러나 불교는 진여와 망심이 서로 다른 존재가 아니라 물과 파도의 비유에서 보여주듯이 동일한 존재의 다른 양상에 불과하다고 본다는 점에서 내재적 잠재력이나 이드와 현격한 차이를 들어 낸다고 할 수 있다.

다음으로 우리는 불교에서 말하는 染法緣起의 과정을 정신분석 및 인간중심의 상담에서 사용하는 개념과 대조시켜 이해할 수 있을 것 같다.

우선 염법연기의 최초 원인인 根本不覺은 정신분석에서의 부적절한 성격구조, 또는 로저스의 방어적이고 왜곡된 자기 개념과 대응하는 것으로 볼 수 있을 것이다. 無明業相은 都序에서는 念起라고 표현되는 데 이

는 정신분석에서의 무의식적 葛藤이나 信號不安, 그리고 로저스의 闕下知覺過程으로서의 威脅이나 不安과 대응하는 것으로 이해할 수도 있을 것이다. 또한 轉相은 정신분석에서의 자아의 무의식적인 防禦作用, 그리고 로저스의 選擇的 注意過程과 대응하는 것으로 볼 수 있을 것이며, 現相은 정신분석에서의 방어작용의 결과로서 생긴 知覺內容, 그리고 로저스가 얘기하는 지각적 왜곡 및 부정을 거친 지각내용과 대응하는 것으로 볼 수 있을 것이다. 이들 無明業相, 轉相, 現相을 불교에서는 三細라 하여 부처나 보살의 경지가 아니면 알 수 없는 미묘한 작용으로 보는 바 이는 방어과정이나 역하지각과정 그 자체는 의식할 수 없다는 것과 견주어 볼 수도 있을 것이다. 즉 이들 세 단계는 無意識의(혹은 闕下知覺의) 과정이라 할 수 있을 것이다. 智相과 相續相은 都序에서는 法執으로 표현되는 데 이는 방어 또는 지각적 왜곡이나 부정을 통해 나타난 내용을 현실로 착각하는 것과 상응하는 것으로, 執相取과 計名字相은 都序에서는 我執(즉 소아적 자기의식)으로 표현되는 것인 데 이는 콤플렉스 혹은 自己意識과 대응하는 것으로 간주할 수 있을 것이다. 貪・瞋・痴는 자기 콤플렉스를 감추기 위한 適應策略의 수법과 상응하는 것으로, 起業相은 그와 같은 適應策略에 따른 행동에 대응하는 것으로, 그리고 受報相은 증상의 출현, 부적응, 성격의 해체에 대응하는 것으로 볼 수 있을 것이다.

이러한 개념들의 대조는 각 개념들의 엄격한 정의에 토대를 둔 것은 아니지만, 정신분석, 인간중심의 상담, 그리고 불교가 인간의 심리적인 문제의 형성과정을 거의 비슷한 시각에서 보고 있음을 나타낸다고 하겠다.

이상에서 우리는 정신분석, 인간중심의 상담, 그리고 불교에서 인간을 어떤 존재로 보는지, 그리고 인간의 심리적 문제나 고통의 원인을 무엇이라고 보는지에 대해 살펴보았다. 어떤 사람이 인간에 대하여, 그리고 인간의 심리적 문제에 대하여 어떤 입장을 갖는가는 것은 그 사람의 인간에대한 태도와 행동을 좌우한다. 치료자의 치료, 상담자의 상담, 승려의 중생구제는 각자가 지닌 인간관과 문제관을 반영한다. 따라서 우리의 인간관 및 문제관의 검토는 이론적인 중요성 뿐만 아니라 실제적인 중요성을 갖는다. 따라서 그것은 폐쇄된 도그마일 수 없고 부단한 검토와 반성을 요하는 것이라 하겠다.

参 考 文 献

大乘起信論

불교 성전 (서울 : 동국역경원, 1972)

禪源諸詮集都序

마하무드라의 노래 (석지현 · 김신자 역)

金東華, 佛敎學概論

Cameron, N. *Personality development and psychopathology: A dynamic approach*, Boston: Houghton Mifflin, 1963.

Hall, C. S. & Lindzey, G. *Theories of personality*, New York: Wiley, 1978.

Maddi, S. R. *Personality theories: A comparative analysis* Homewood, Ill. : Dorsey, 1980.

Rogers, C. R. *A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework*. In Koch, S. (Ed.), *Psychology: A study of science* (Vol. 3). New York: McGraw-Hill, 1959.

Rogers, C. R. *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin, 1961.

A Comparison of Psychoanalysis, Person-centered Counseling, and Buddhism I: The Views on Man and His Problems

Ho-Kyun Yun,

Abstract

This study is to compare psychoanalysis, person-centered counseling, and Buddhism (especially, Mahayana Buddhism) with their views on man and on his problems.

In psychoanalysis, man is viewed as a being which is oriented to maximize his instinctual gratification while minimizing punishment and guilt. His behavior is the result of compromise between his instinctual needs and the social demands which are usually in conflict. His personality pattern is regarded as reflection of his early conflicts and defences against them. The psychological problem (or maladjustment) means that one is in a state where he seeks to gratify his repressed (or fixated) infantile desires

through his infantile behavior patterns.

In person-centered counseling, man is regarded as a being to actualize his inherent potentialities. His behavior results from his free choice in his phenomenal field, and his choice reflects whether his self-concept is congruent with his organismic experience. He is said to have psychological problem when he feels difficulties in actualizing his inherent potentialities, which occurs when his self-concept is threatened by his incongruent experiences.

In Buddhism, man is viewed as a potential Buddha, but at the same time as an ignorant being. When he is enlightened into his True Mind and lives accordingly, he becomes a Buddha; when he is ignorant, he is merely a sentient being. Man's behaviour reflects his state of mind. His psychological problem results from his attachment to small-self and objects, both of which are believed to be illusory in nature, due to ignorance.

These three points of view are similar in that they all place more emphasis on personality than on environment. However, they differ in their views on man's basic motivation and the nature of defences. According to psychoanalysis, man is basically animalistic being which behaves mainly for his instinctual needs that are quite the same as those of animals. His defences are unavoidable and at the same time necessary for the avoidance of not only punishment from without but also guilt from within. In contrast, from the viewpoint of person-centered counseling, man is a positive being which strives to actualize his inherent, growth-oriented, organismic potentialities. The actualization of his potentialities is good for the society as well as for himself. Defences, which distort or deny his organismic experiences to maintain and actualize his self-concept, are the main blocks to the actualization of his potentialities. In Buddhism, man is assumed to possess both the humane and altruistic side and the egoistic side. Ignorance, which makes one attached to illusory self and world, is the fundamental human condition and can be overcome only by enlightenment on his True Mind.