

유식(唯識) 불교의 관점에서 본 명상 교육의 도덕적(道德的) 지평 고찰

허인섭*

1. 들어가는 말

치열한 임시경쟁 때문이겠지만 우리 교육 현장에서 명상의 교육적 효과를 밀할 때 가장 먼저 거론되는 부분은 정신 집중에 의한 학습 효과이다. 물론 이에 부수되는 효과로 정서적 안정, 인내심 등이 논의되기도 하지만 명상의 궁극적 목표가 무엇이 되어야 하나, 혹은 종교적 심충체험을 위해 개발된 명상의 기원을 생각할 때 명상 수행의 실천적 목표는 무엇으로 이어져야 하는가 등의 논의가 다양한 관점에서 활발하게 이어지고 있는 것 같지는 않다.¹⁾ 사실 명상에 대한 관심은 비단 교육계뿐만 아니라 다른 분야에서도 즉각적인 실제 효과 쪽으로 편중되어 있다고 해도 과언이 아니다. 즉 명상을 통한 보통 이상의 정신적 육체적 능력 구현에 대한 관심, 교육과 관련해서는 정신집중에 의한 초능력에 가까운 학습 능력의 기대 등은 명상이 본래 종교적인 보다 높은 고도의 정신 세계에의 몰입을 위해 시작된 점에 비추어 볼 때 지나치게 개인적이고 이기적이어서 명상의 본래 목적이 왜곡되는 것이 아니냐는 생각을 떨치기 힘들게 한다.²⁾

* 연세대학교 국제학대학원 강사

1) 명상의 교육적 효과에 대한 많은 관심에도 불구하고, 국회도서관 기록에 의하면 1945년 이후 명상과 관련한 교육 심리학적 관점에서 쓰여진 글은 학술 논문으로는 석사학위 논문 7 편과 단행본 1권이 있을 따름이다. 또한 이러한 글들의 관심은 대부분 학습효과와 같은 명상의 즉각적인 효과에 집중되어 있다.

2 논문

이렇게 보면 명상의 즉각적인 실용성에만 관심을 지니는 현실에 대한 윌리암 존스턴(William Johnston) 같은 학자의 지적은 주목할만 하다. 그는 명상의 실용적 가치를 부인하지는 않으나 명상하는 이가 궁극적으로 지녀야 할 최종적 관심은 다음과 같은 종교적 지향점을 지녀야 한다고 밀한다.

“명상에 관해 밀하자면, 나는 만일 사람들이 건강을 증진시키거나 요통에서 벗어나기 위해, 혹은 편두통을 고치거나 사업상의 예민한 능력을 기르기 위해 명상을 하고 있다면, 이러한 수행은 종교적이지 않다고 평하고자 한다. 그때는 그 명상이 아무리 고상하고 훌륭하다 하더라도 우리 중 가장 관대한 사람도 그것이 종교적이라고 하기는 힘들 것이다. 그러나 이러한 지향들을 뛰어넘어 — 굳이 그것들을 배척할 필요는 없다 — 궁극적 진리, 가치, 지혜를 추구한다면, 즉 우리가 이제 “최종적 관심”이라고 부르는 것에 몰두해 있다면, 그가 추구하는 것은 종교적이다.”³⁾

이러한 반성 — 명상이 궁극적으로 지향해야 할 세계에 대한 반성 —은 물론 우리의 명상에 대한 피상적 이해의 문제점을 인식시켜 주는 의미 있는 것이긴 하지만 한편으로 그가 주장하는 최종적 관심이 현실과 완전히 유리된 신비 종교적 이념 혹은 그와 유사한 관념적 세계로의 도피를

2) 필자의 이러한 평가는 기존의 명상 관련 책자들이 명상의 궁극적 목표보다는 명상의 직접적이고 실용적 효과에 대한 기술에 보다 더 많은 지면을 할애하고 있기 때문이다. 정태혁의 『명상의 시대』(서울: 정신세계사, 1987)는 국내의 다른 실용적 목적의 명상서에 비해 명상의 근원에 대한 보다 학구적인 분석을 보여준다. 그럼에도 불구하고 본 필자가 관심 있게 보았던 그의 책 제 5장, 「현대심리요법과 명상」에서 설명된 자율 훈련의 목표들이 그가 앞서 제시한 명상이 추구하는 세계와는 어떻게 연결되는지에 대한 적극적인 논의가 펼쳐지지 않고 있다. 그가 제시한 목표는 열등감의 극복, 강한 의지의 고취, 원만한 대인관계, 공포심의 제거, 나쁜 습관의 시정, 창조력의 계발, 심리적 갈등 해소라는 매우 실용적인 것에 제한되어 있으며, 그렇게 구체적인 목표를 지닌 명상 수행에 의해 변화된 인간이 이렇게 될 이상적인 세계와는 어떤 맥락 하에서 그것들이 이해되어야 하는지에 대한 언급은 없었다.

3) 윌리암 존스턴, 『소리 없는 음악: 명상과학』, 김상준 역(왜관: 분도출판사, 1992), 25-26쪽.

유발시킬 가능성도 배제할 수 없다. 이러한 경향은 역사적으로 정신적인 힘의 지나친 과장 혹은 그것에 의해 그려진 관념적 세계로의 몰입을 보여주는 현실 도피적 신비 종교 혹은 초월 세계 추구의 형태로 나타난다. 사실 그러한 예는 우리 주변에서도 종종 일어난다. 비록 종교적인 신비 성이나 초월성이 강조 된 예는 아니지만 현실 도피적인 명상 수련 이해의 한 예로써 우리는 소설 『단(丹)』으로 상징되는 80년대의 도가적(道家的) 명상과 신선술(神仙術)에 의거한 맹목적적인 신비적 민족주의의 경박 스러운 유행을 들 수 있을 것이다. 소설에서 예언되고 불발되었던 허구적인 미래의 한국상처럼 그러한 유행은 당시 80년대의 어두운 현실을 온몸으로 부대끼며 살던 이 땅의 사람들에게 결코 긍정적인 영향을 주었다고 말할 수는 없을 것이다. 이렇듯 명상의 가벼운 실용적 효과만의 추구와 마찬가지로 명상의 신비 종교적 이해 혹은 그와 유사한 형태의 그릇된 세계 이해 역시 바람직하지 못한 결과를 가져온다.

이 글은 위와 같은 명상의 현실적 효용성만의 강조 또는 비현실적 신비성의 지나친 강조로 인한 명상의 궁극적 지향점 왜곡의 문제점과 그 극복 방향을 생각해 보는 글이다. 이를 위해 필자는 첫째 그와 같은 왜곡이 일어나는 과정을 몇 가지 대표적인 명상 전통의 이론적 전제와 이에 대한 문제 제기 그리고 이러한 문제에 대한 대안을 제시할 수 있는 불교의 인간관과 세계관을 소개하고, 둘째로 이러한 불교 전통을 계승한 유식 불교학파가 자신들의 명상 기법에 의해 분석한 인간 의식의 심층구조가 근본 불교가 지향했던 도덕 이념—연기적(緣起的) 존재로서의 인간의 도덕적 삶—의 인식론적 기초를 제공해 주고 있음을 분석하고, 마지막으로 왜 명상 교육이 윤리적 지향성을 지녀야 하는가를 이상의 논의를 바탕으로 밝히고자 한다.

2. 종교적 명상의 일반적 목표

명상은 그 형태와 목적은 각기 다르지만 대부분의 고등종교에서 그들

4 논문

이 추구하는 궁극적 세계를 경험하기 위한 통로로써 거의 예외없이 행해지는 종교적 행위이다. 이런 까닭에 명상의 목표는 그 종교가 전제하고 있는 궁극의 세계 혹은 존재의 성격에 따라 다르게 나타난다. 이런 이질성은 현세의 속박으로부터 해방을 추구하는 각 고등 종교의 역사 문화적 이질성을 보여주는 것이기도 하다.

크게 중동과 인도와 중국 문명의 성격을 비교해보면 우리는 그 지역의 문화적 성격과 종교적 성격이 깊이 관련되어 있음을 확인할 수 있다. 유목중심의 삶의 토양에서 기인한 유대교 혹은 이슬람교의 유일신 문화 성격은 농경과 상업이 그들의 주된 삶의 양식이었던 인도의 다신교적 또는 단일신교적(henotheism) 문화와 뚜렷한 대비를 보이며, 또한 그것들은 신성의 문제가 크게 부각되지 않는 중국을 중심으로한 동북아 종교의 세계관과는 큰 차이를 보여준다.

유대교의 카발라(kabbalah) 명상법은 유일신 사상을 지닌 민족의 명상법의 전형을 보여준다. 이 명상법의 첫째 단계는 예소드(yesod) 즉 현상적 자아의 관찰이다. 이 관찰을 통해 수행자는 자아에 대한 뚜렷한 인식의 단계 즉 둘째 단계인 티페렛(tiferet)에 도달한다. 유대교 전통에 의하면 이 상태에서 수행자는 종교적 신비경험 즉 영적인 체험이 가능하다고 한다. 셋째 단계는 마음의 완전 집중 단계인 카반나(kavvanah)로 설명되는데, 이는 무사념(無思念)의 상태로 초월적 지혜의 관문이다. 이로부터 비롯되어 한걸음 더 나아가 신의 은총으로 황홀한 경지에 몰입하는 것이 넷째 단계인 다아트(daat)이다. 마지막 최고 단계는 신에게 의식이 고정되어 항상 신과 함께 하는 상태로써 이를 데베콧(devekut)이라 이름한다.⁴⁾

이러한 명상법은 물론 앞서 지적했듯이 인간의 한계를 뛰어넘으려는 고등종교의 이상을 담고 있다. 그러나 절대 유일신에 대한 전제는 그들 명상 경험의 깊이에 피하기 힘든 또 다른 한계로 작용하고 있음을 부인 할 수 없다. 그것은 유일신 사상이 지배적이지 않은 인도와 중국의 명상 수행자들의 명상 경험 기술과 비교하면 명백해진다. 인도와 중국의 명상

4) 박석, 『명상 길라잡이』(서울: 도솔, 1997), 342-345쪽.

수행자는 절대자 혹은 우주의 근원과의 합일을 명상의 목표로 두고 이의 성취를 위해 끊임없이 노력하는 반면, 유대교는 물론 이와 유사한 명상 전통을 지닌 정통 이슬람교, 기독교에서는 이를 이단시한다. 즉 인간이 신과 동격으로 묘사되는 것은 이들 종교에서는 있을 수 없는 일이다. 그러나 명상의 목표가 고도의 정신적 육체적 자유를 목표로 하고 있는 한 그것의 성취 가능성 여부를 떠나 이러한 제한이 미리 주어지는 것은 명상 수행의 실제 과정에서 큰 장애로 작용할 수 있다.

이러한 유일신교의 전통 하에서의 명상에 대한 태도에 비해 인도나 중국의 경우는 인간의 정신 능력에 대한 거의 무제한적인 믿음을 보여준다. 파탄잘리의 『요가경』에 의하면 요가 수련의 경지는 여덟 단계로 나누어 진다. 야마(yama), 니야마(niyama), 아사나(āsana), 프라나야마(prāṇayama), 프라티아하라(Pratyāhāra), 다라나(dhāraṇā), 디아나(dhyāna), 삼마디(samādhi)로 분류된 이 여덟 단계에서 마지막 단계인 삼마디에 대한 그의 이해는 인도 명상 수련자들이 지향하는 세계가 어떤 것이었는가를 잘 보여준다. 한문 번역으로 삼昧(三昧)에 해당하는 이 삼마디는 요가 전통에서는 범아일여(梵我一如) 혹은 신인합일(神人合一)의 경지로 해석된다. 이 경지에 대한 해석은 힌두 전통의 각 학파에 따라 조금씩 다르게 나타나지만, 그 핵심 내용은 인간 안에 잠재되어 있는 우주의 궁극적 본질이 그 본래의 상태를 회복하면 전체로서의 신비한 우주 에너지 일반 혹은 신성과 합일된다는 믿음을 바탕으로 하고 있다.

이러한 요가의 명상 목표에 전제된 믿음은 베딕(Vedic) 전통의 사유 방식의 영향이 매우 크다. 인종적으로 볼 때 베딕(Vedic) 문화를 탄생시킨 종족은 이란 이라크, 즉 이슬람 문화권의 종족과 그 뿌리를 같이하는 아리안(Aryan) 종족이다. 따라서 그들 문화의 원형이 이란 이라크의 그 것과 유사하리라는 추정은 많은 문화 인류학자, 신화학자, 그리고 언어학자들의 연구에 의해 기정 사실화 되어가고 있다.⁵⁾ 이러한 연구 속에서

5) 비교 신화학자 Steven E. Greenbaum은 두지역 신들의 동일기원을 추적하는 데 있어 단순히 그들 신들의 유사한 성격을 분석하는 차원에서 한걸음 더나아가 보다 더 설득력 있는 어원 분석적 방법을 도입하고 있다. 그의 논문,

6 논문

인도학 학자들은 매우 배타적인 유일신 사상을 유지한 이란 이라크 문화에 비해 보다 유연한 범신론적인 혹은 단일신적인(henotheistic) 사유로의 발전을 보여준 인도-아리안(Indo-Aryan) 문화의 특성을 그들이 정복하기 이전의 인도 원주민(Pre-Aryan)의 문화와의 관계 속에서 주목하기 시작했다.⁶⁾ 그 유연성은 인도 원주민의 자연 친화적이며 평화로운 범신론적 세계관과 밀접한 관련이 있다는 것이다. 엘리아데는 인간 중심으로의 신관의 변화 즉 앞서 설명했던 중동지역의 신관과는 다른 인간-신(man-god) 개념 즉 인간의 신격화를 인도 정신성의 뚜렷한 특성으로 보고 있는데, 이것은 고대 인도-아리안(Indo-Aryan)이 그 이전의 원 아리안(Proto-Aryan)과는 구별되는 명상법을 개발하는데 토착 인도 원주민(Pre-Aryan)의 요가적 명상법과 비초월적 신관, 비초월적 신비(세계내적 신비)관이 크게 영향을 미쳤음을 보여주는 것이다. 이렇게 보면 현존하는 요가 명상에서 보이는 외재적이고 배타적인 신성 개념보다는 내재적이고 현세적인 신성 개념, 의타적 신비명상보다는 자율적 신비명상(요가적 명상)의 요소는 토착 인도인(Pre-Aryan)의 세계관과 밀접한 관련을 지닌 것으로 볼 수 있다.⁷⁾

인도 요가의 이러한 특성은 역으로 보면, 원 아리안(Proto-Aryan)이 발전시켰다고 추정되는 절대신 관념 혹은 이의 변형으로서의 절대 세계에 대한 추구가 인도 본래의 요가에 혼입된 결과물로도 볼 수 있다. 즉 현재 요가가 보여주는 절대자에 가까운 인간의 내적 완전성 추구는 매우

“Vrtrahan-Vrthragna: Indian and Iran,” *Myth in Indo-European Antiquity*, Gerald James Larson 편집(Berkeley: University of California Press, 1974), 95쪽을 참조하시오.

6) 이러한 관점의 대표적인 학자는 Deshmukh, P. R.이다. 그는 그의 책, *Indus Civilisation, Rigveda, and Hindu Culture*(Nagpur: Saroj Prakashan, 1982)에서 Pre-Aryan 신들의 성격이 이후 힌두이즘 형성에 어떤 결정적인 역할을 하는 가를 논하고 있다.

7) 엘리아데는 요가와 힌두교의 관계 설명에서 힌두교 성립에서의 토착인도인의 종교적 정서가 어떻게 결정적으로 영향을 주는지에 대해 상세히 기술하고 있다. Mircea Eliade, *Yoga: Immortality and Freedom*, 정위교 역(서울: 고려원, 1993) 101쪽, 141-144쪽 참조.

유연한 신관과 역동적인 자연관을 유지한 것으로 추정되는 토착 인도 원주민(Pre-Aryan)의 정서에 비추어 볼 때 지나치게 경직된 목표를 추구하는 것으로 보인다. 필자는 토착 인도인이 본래 지니고 있었을 세계관, 신관을 구전되어 내려오는 인도의 토속 신화 분석을 통해 추정해 본 바 있다.⁸⁾ 거기에서 인간과 신과의 관계 측면에서 바라본 그들의 신들은 비록 신비한 힘을 지닌 특별한 존재이기는 하지만 이란 이라크 지역의 신들처럼 그렇게 암도적인 모습으로 나타나지 않는다는 점을 발견할 수 있다.

사실 역사적 가정 설정에 따른 결과 추론은 정답이 없는 무의미한 것일 수도 있지만, 만일 아리안(Aryan)의 지배가 없이 인도 토착민들의 문화가 그대로 유지되었다면 어떤 형태의 종교 혹은 명상법이 개발되었을까 하는 질문은 이론적으로는 흥미로운 것일 수 있다. 이와 관련 필자는 유일 절대신 개념이 뚜렷하지 않은 중국의 종교 특징과 그들의 명상 수련법은 주목할 만한 것이라고 생각한다. 고래로부터 유지된 중국인들의 신관(神觀), 즉 인간과 신적인 힘들(인격적이던지 비인격적이던지)과의 관계를 구전되어 내려오는 인도 토착민의 신화의 그것과 비교하면 그 둘의 기본 정서가 매우 유사한 면을 발견할 수 있는데, 이렇게 보면 인도 토착민의 명상법이 아리안(Aryan)의 지배가 없었다면 중국의 그것에 보다 가깝게 발전했을 수도 있다는 추정도 가능하다.

절대론적 초월 종교형태의 종교 발달 현상이 없는 중국문화에서 발전한 명상법은 매우 현실적인 지향점을 갖는다. 다시 말해 중국인은 현실적 한계를 극복하고자 시도에서조차도 매우 현실적인 가치가 극대화되는 그러한 명상술을 개발한 것이다. 특히 불로장생(不老長生)의 목표를 갖는 신선가(神仙家)의 단학(丹學)은 기(氣)를 다스림으로써 기의 움직임의 두 양태인 마음과 몸을 조화롭게 통일시키는 방법의 명상 수행법을 개발하였다. 그것은 정신집중과 호흡을 통한 운기(運氣)를 중시하는 명상법인데,

8) In-Sub Hur, *An Analysis of the Different Way of Thinking of Indian Yogacara and Chinese Fa-Hsiang School*, Ph. D. Dissertation (University of Hawaii. 1996, 12.)

8 논문

이러한 명상법을 통해 그 궁극의 경지에 도달한 수행자의 경우 자신의 기의 각성으로 무한한 우주적 기운에 녹아들어 합일하는 경험을 한다고 한다. 이렇듯 중국의 명상수행 전통의 주류라 할 수 있는 단학도 현실적인 불로장생의 목표 추구에 있어서의 마지막 단계는 인도 요가의 범야일 여와 유사한 혁명적인 정신적 육체적 변화로 귀결됨을 알 수 있다.

이상의 분석이 보여주듯이 중국의 단학을 포함한 넓은 의미에서의 종교적 명상수행의 마지막 성취에는 그것이 신적인 것이던지, 아니면 인간 중심적이던지 어떤 절대 세계가 강하게 전제되고 있음을 알 수 있다. 인간의 정신적 육체적 한계를 뛰어 넘고자 하는 목적을 지닌 명상수행에서 사실 이러한 세계를 상정하는 것은 매우 자연스러운 일일지도 모른다. 그러나 그러한 목표에 대한 설명과 성취 과정에 대한 자세한 설명에 비해 이를 성취한 후의 인간에 대한 모습은 매우 빈약하다. 이것은 단지 그것의 성취가 어렵기 때문이라기보다는 명상수행의 목표를 지나치게 명상수행자 개인에게만 중심을 두었기 때문에 일어나는 현상이 아닌가 생각한다. 더 나아가 이것은 명상수행을 통해 얻은 깨달음의 세계 자체의 성격, 혹은 그 세계의 의미에 대한 보다 더 폭넓은 해석의 부재에 기인한다고 볼 수도 있다. 다시 말해 앞서 설명한 명상전통이 개인적 성취에 초점이 맞춰지는 것은 이미 그들의 세계이해방식 자체의 한계와 깊은 관련이 있다고 볼 수 있는 것이다.

3. 명상의 실용적 효용성 강조의 이론적 배경

명상수행이 종교적 초월의 목표와 관련되어 개발된 몸과 마음의 정화 기술임에도 불구하고, 근래 명상에 대한 이해가 실용적 효용성을 중심으로 이루어지는 것은 어쩌면 근본적으로 그 초월이 역설적으로 매우 자기 중심적인 성격을 지녔기 때문이라고도 볼 수 있다. 다시 말해 만일 그 수행의 목표가 처음부터 단순히 수행자 개인과 추상적인 존재일반 또는 초월적 존재와의 단순 관계를 넘어 구체적으로 살아 있는 주위의 존재와

의 관계까지 고려되어 설정되었다면, 명상에 대한 이해가 그렇게까지 개인주의적 관심을 중심으로 나타나지는 않았을 것이다.

이렇게 보면 명상의 실용적 효용성 강조는 단지 우리 시대의 가벼움의 산물이 아니라 이미 그 이론에 내포되어 있던 그러한 가능성이 이 시대에 더욱 확대되어 나타난 것일 뿐이라고 말 할 수도 있는 것이다. 우리는 이런 현상의 나타남의 가장 큰 요인을 그 이론들이 설정하고 추구하는 절대세계의 고립성으로부터 찾아볼 수 있다.

중동 지역의 명상전통은 다른 지역에 비해 보다 더 두드러지게 절대 존재의 배타성이 강조된다. 앞서 설명했듯이 이 전통에서는 극단적으로 이야기하면 최고 경지의 명상 체험은 신의 시혜의 성격을 지닌다. 왜냐하면 주체적 노력에 의한 신과의 합일이라는 사고방식은 신과 인간과의 근본적 차이성을 위협하는 것이 될 수 있기 때문이다. 이와 같은 전제가 강하게 지배하는 전통 아래서 명상 체험에 대한 공개적 논의는 제한되며 왜곡되기 마련이다. 따라서 여기서의 명상은 신에게 다가가는 한정적 도구로서의 의미만을 지니며, 그 명상경험에 대한 기술은 그것이 아무리 일상을 뛰어넘는 신비한 것이라 할지라도 그러한 도구적 효과를 기술하는 것에 그치게 된다. 이것은 결국 신성과 세속 사이의 넘을 수 없는 벽을 설정한 그들의 세계 구분이 명상수행 이론에 투영됨으로써 명상 체험의 의미가 제대로 소화되지 못하는 현상이라고 할 수 있다.

이에 반해 인도 전통의 명상은 그러한 제한을 뛰어넘고 있음이 분명하다. 그들의 범아일여 사상은 확실히 중동의 전통에 비해 보다 담대한 인간 의식의 궁정을 보여준다. 이러한 담대성은 그들이 명상수행을 통해 의식의 심연에 거리낌없이 다가갈 수 있는 기반이 되고 있다. 이러한 이들의 명상 체험의 치밀한 서술은 우파니사드에 나타나는 내적 실체로서의 아트만에 대한 섬세한 논리적 기술(記述)과 맞물려 있다고 볼 수 있다. 다시 말해 그들의 명상수행 전통에 입각해 보면 그들은 명상을 통해 인간의 심층의식의 근원에 다가가며 그 곳에서 오묘한 신성을 발견하고 이를 명명하여 아트만(ātman)이라고 하는 것이다.

그러나 이러한 아트만의 설정은 또한 고립적 개인에 대한 인식이 고조

10 논문

되는 계기도 된다. 즉 그 이전의 브라흐만의 개념에서는 온 우주를 아우르는 신비적 존재일반에 대한 정서 즉 사물간의 연속성, 상호침투성의 정서가 남아 있음을 발견할 수 있다. 이에 반해 아트만 개념은 그 성격이 논의되면 될수록 그것의 자체 고립성도 함께 부각되어 나온다. 결국 우파니사드 시대에 기존의 브라흐만과 이 아트만의 관계는 무엇인가에 대한 물음이 더욱 강하게 제기되는 사실은 역으로 보면 이 개념이 지난 고립성에 대한 이해와 그것을 완화하려는 시도로 해석 될 수 있다. 그럼에도 불구하고 그들의 실체적 아트만에 대한 믿음과 집착은 그들이 명상을 통해 다다른 신비한 심층의식 체험 해석에 한 한계로 작용한다. 그들의 아트만에 대한 다음과 같은 정의는 최초의 신비감이 경화(硬化)되어 명사화되는 즉 정적(靜的)으로 실체화되는 과정을 보여주는 것이다.

“영혼의 네 번째 단계는 순수 자아 의식이다. 거기에는 내적인 대상의 또는 외적인 대상의 지식이 존재하지 않을 뿐 아니라, 내적이며 동시에 외적인 그런 지식도 존재하지 않는다. 이때의 영혼은 지혜의 접적이라고도 할 수 없으니, 의식과 무의식을 모두 초월하는 단계이다. 이것은 보이지도 않으며, 소통 불가능하며, 이해할 수 없으며, 정의도 불가능하다. … 이것이 조용한 상태에 머물러 상서로움으로만 가득 차 있을 때 우리는 이것을 아트만(*Ātman*)이라고 부른다.”⁹⁾(*Māṇḍūka Upaniṣad*, 2.7.)

만두카 우파니사드(*Māṇḍūka Upaniṣad*)의 의식 분석에서 의식의 순수함을 추구하여 이루는 네 번째의 깊은 경지 설명이다. 이것은 신성(Brahman)의 내적 전개에서 *Vaiśvānara*, *Taijasa*, *Prajña* 상태 다음에 오는 *Ātman* 즉 내재화된 신성으로서의 영혼의 최고 순수 상태를 설명하는 부분으로 다양한 이분적 범주들의 동시 부정을 통해 순수 영혼의 신비성을 강조해 나가는 과정이다. 하지만 여기서 주목할 점은 신비성을 부정의 방법을 통하여 개념적으로 이해하려는 시도가 오히려 베딕(Vedic) 시대에는 비록 초월적으로 이해되길 했으나 활력 있게 묘사되던

9) 이 번역은 Robert Ernest Hume, *The Thirteen Principal Upanishad*, second edition(London: Oxford University Press, 1965)의 영문 번역에 기초하였다.

원시적 신성에 대한 감수성을 약화시키고 있다는 점이다. 따라서 인용한 부분에서 느껴지는 신비는 오히려 모든 존재의 역동적인 참여, 은밀한 관련성이 드러나던 베딕(Vedic) 시대의 브라흐만 개념에서보다는 매우 소극적인 내재적 초월의 정서에 의지하게 된다. 다시 말해 베딕(Vedic) 시대에는 절대적이고 압도적인 신(神)에 대한 신비감이 일상적이었다면, 우파니사드(Upaniṣad) 시대는 이를 내재화했음에도 불구하고 이의 체험이 매우 특별한 사건으로 되어 가고 있음을 지적할 수 있다.

명상수행을 통해 내적 심층 순수의식을 체험하기 위해서는 일상적인 의식상태로는 도달하기 어려운 정신 집중과 마음의 평정이 요구된다는 사실을 부인할 수 없다. 그러나 그것이 곧 일상적 의식과는 단절되어 그 것과는 무관한 새로운 존재로서의 의식체를 요청해야만 함을 의미하지는 않는다. 그러나 인도의 정통 명상 수행자들이 보여주는 명상의 최고 단계에 도달했을 때의 자신의 의식상태에 대한 다양한 형태의 설명들은 크게 보아 위와 같은 우파니사드에서의 내재적 초월의 근거인 아트만 설명의 연장선상에 있다고 해도 크게 어긋나지 않는다. 이것은 그들의 명상 수행의 목표가 개체적 존재의 근원의식의 회복으로 제한되어 비록 그것이 존재일반을 아우르는 브라흐만과 같은 성격을 지닌다고 부연 설명한다 하더라도 그 과정은 피할 수 없는 실체적 고립화 형태를 지니고 나타남을 말하는 것이다. 다시 말해 그들의 명상 수행의 동기는 항상 수행자 개인의 성취에 모아지며, 성취 이후의 즉 브라흐만적인 의식 상태에서의 인간의 구체적 삶의 모습이 명상 수행 실천의 동력으로 상정되지 않고 있다.

중국의 명상수행의 비 초월 종교적 성격은 그 발전사에서 불행하게도 수행자 개인의 이기성을 극대화하는 쪽으로 작용한다. 사실 단학(丹學)의 불로장생의 이념은 이념 그 자체에 엄청난 개체적 자기존재에 대한 집착이 포함되어 있다. 역사 속에 비추어진 선현가들이 특히 외단(外丹)으로서의 불사약에 의지하는 모습들은 그러한 허망한 집착을 보여주는 훌륭한 사례집 구실을 한다. 내단(內丹)의 발전과 함께 이루어지는 명상술 즉 단학의 체계적 발전으로 거칠었던 이념이 앞서 살핀 바와 같이 세련화되

12 논문

기는 하지만, 그 수련의 동력은 역시 신선과 같은 존재가 되려는 개체적 존재의 영생추구 욕망이 가장 큰 바탕으로 작용함은 부인하기 어렵다. 모두가 주위 환경과 무관한 신선처럼 살 수 있다면 그 이상 바랄 것이 없겠지만, 문제는 그렇지 못한 현실에 대한 고려가 없는 수행론은 주위의 구체적 삶과의 절연을 쉽게 전제하는 고립적 방향으로 나아가기 쉽다는 데 있다. 더구나 그러한 수행자 개인의 욕구 충족을 위한 고립적인 수행론이 단지 방법적 중간 단계로 그치지 않고 수행의 필연적 결론이 되어 버린다면 그것은 단순한 문제가 아니다. 사실 실제 역사에 나타난 도교(道教)의 은둔적 성격은 도가철학의 근본 의의까지 왜곡시킬 정도로 도가 철학의 성숙에 부정적 영향을 끼치게 된다. 이런 면에서 보면 세속의 일에 적극적이던 법가(法家)들이 자신들을 진정한 황노(黃老)의 후예로 자처하고 세속을 등진 은사들을 황노(黃老)의 본의를 못 깨우친 무리라고 비판하는 것은 일리가 있는 지적이 된다.

이상의 논의를 통해 우리는 아래와 같은 결론에 이르게 된다. 첫째 명상수행자들이 어떻게 명상을 이해하는가는 명상의 궁극적 목적을 결정하는 제일요소로 작용한다. 둘째 명상체험의 궁극적 단계의 완전성, 절대성, 초월성 상정은 역으로 그 세계의 고립과 아울러 수행자 자신의 고립을 가져온다. 셋째 비록 그 최고 단계에서는 우주 전체와 합일하여, 혹은 신과 합일하여 모든 것에 결림이 없다고 주장하더라도 그 상태의 구체성이 확보되지 않는 한, 즉 그 상태에서의 구체적 인간의 삶에 대한 전망이 없는 한 그 주장은 추상적 주장에 머물게 되며, 이것은 역으로 불행하게도 수행자 자신이 구체적 현실과 유리되는 고립을 초래하게 된다.

진정으로 명상의 결과가 그렇게 고립적 결과를 가져올 수밖에 없는 것이라면 모르지만, 그렇지 않다면 이와 같은 결론에 도달하게 되는 명상 수행 방법은 문제가 있다. 즉 이러한 방식의 명상수행은 명상의 결과가 수행자 개인의 성취 안에서만 의미 있는 것이 되고 만다. 바로 이 닫혀진 체계로서의 명상이해가 앞서 제시한 명상의 개인적 차원에서의 실용적 효용성에만 주목하는 그러한 관점의 편협성의 원인이 되는 것이다.

4. 불교적 명상 혹은 선(禪)에 대한 이해

불교의 명상법은 일반적으로 인도에서 개발된 명상법의 연장 정도로 이해되는 경우가 많다. 이러한 관점이 허용되는 까닭은 아마도 근대의 서구의 불교 연구가 베딕(Vedic) 중심의 인도문화 이해를 바탕으로 이루어졌기 때문일 것이다. 또한 서구적 관심 하에서 과상적으로 이루어진 불교 이해도 이러한 불교명상법의 단순 이해를 부추겨 왔음이 사실이다. 그러나 우리가 불교의 이념과 관련하여 절대로 간과해서는 안될 점은 불교는 반 베딕(anti-vedic) 운동의 대표적 산물이라는 것이다. 불교는 그 운동의 여러 유파 중에서도 가장 철저하게 베딕(Vedic)의 세계관에 비판적인 관점을 유지한 종교이다. 다시 말해 이것은 무아(無我)와 연기(緣起)로 집약되는 불교이론이 아(我, 아트만)와 불변의 초월적 존재를 상정하는 베딕(Vedic)의 세계관과는 극단적으로 대치되는 세계관을 바탕으로 하여 나왔음을 의미하는 것이다.

이렇듯 대립적인 세계관을 가진 두 사상 체계가 똑같은 목표의 명상을 수행했다고 가정한다면, 그것은 지나치게 단순한 억측이 될 것이다. 불교는 그들이 명상을 통해 도달한 심층의식의 세계가 이전의 베딕 우파니샤드 전통의 그것과는 근본적으로 다른 것임을 이미 그들의 근본 경전에서 다음과 같이 강조하고 있다.

“상수멸(想受滅)은 비상비미상처(非想非非想處)를 넘어서 보다 완전한 즐거움이라 말한다. 그러나 어떤 외도가 상수灭이 모든 불자들이 추구하는 궁극적 즐거움 그것이다’라고 말한다면, 나는 그렇지 않다고 말한다”¹⁰⁾

이것은 불교에서 명상 수행자가 빠져서는 안 되는 심층의식의 실체화에

10) 한글대장경 6, 잡아함경, 17장, 485쪽.

14 논문

대한 경고이다. 또한 이것은 역으로 보면 봇다가 이전의 명상수행자들이 쉽게 빠진 오류가 바로 궁극적 실체 전제에 따른 인간 의식 이해였음을 매우 분명히 인지했다는 증거이기도 하다. 근본불교 정전의 정신에 따르면 독립적인 불변의 존재는 그것이 물질적이던 정신적이던 강력하게 부인되는데, 그것은 곧 불교의 세계관 즉 연기관에 어긋나는 존재 이해가 되기 때문이다. 나아가 봇다는 그것이 어떤 정신적 사태라 할 지라도 그것이 어떤 고정 불변의 형태로 명사화되는 것을 크게 경계한다. 왜냐하면 그러한 불변의 정적인 사태 궁정은 연기설에도 어긋나거나 자칫 불변의 그 무엇이라는 실체론적 사고를 일으키는 단초가 되기 때문이었다.

이러한 근본불교의 명백한 입장에도 불구하고 가장 비 실체론적인 입장은 보여주어야만 할 것 같은 중국의 선불교(禪佛教)에서도 불성(佛性)의 존재 여부를 묻는 논쟁이 재현되는 것은 인간의 실체론적 사고의 뿌리가 얼마나 깊은 것임을 보여 주는 단적인 예가 될 수 있다. 중국의 불교 명상의 극치를 보여주는 선불교 명상 수행에서 그들이 도달한 경계를 표현하면서 불거진 불성에 대한 논쟁은 사실은 앞서 인용한 근본불교의 상수멸 경계의 비실체론적 설명만 잘 이해해도 그 개념이 그렇게 심각한 논쟁거리가 비화될 수 없는 그런 수준의 논쟁이다. 그럼에도 불구하고 오늘날까지 선불교와 관련하여 유사한 주제가 반복적으로 되풀이 논쟁되는 것은 아마도 명상 체험에서 일상적 개념 틀에 들어오지 않는 부분의 신비적 묘사가 경화되어 이해된 데에도 큰 이유가 있다고 볼 수 있다.¹¹⁾

11) 이런 관점에서 보면 근래 한국 불교계에서 뜨겁게 일었던 돈오돈수 주장도 사실은 선수행의 궁극적 경계에 대한 경화된 표현에의 집착을 보여주는 것이라고 말할 수 있다. 돈오돈수는 선 수행자의 깨달음의 추구에 대한 결기를 표현하는 용어라면 모르지만 그것이 불변의 완전태로서의 깨달음의 경계 또는 그것을 갖춘 불성과 같은 초월적인 마음자리로의 회귀로 해석되어질 빛미를 준다면 그것은 돈오돈수를 주장한 이의 실제 의도가 그렇지 않더라도 근본불교의 세계이해와는 다른 이해를 초래할 단초를 제공하게 될 여지가 크다. 그러나 같은 돈오돈수(頓悟頓修)를 주장하면서도 돈오(頓悟) 그 자리에서의 끝없는 투과를 말하는 서옹 대종사의 깨달음의 경지 설명은 그와 같은 오해를 피하는 것이어서 주목을 끈다. 그의 이러한 설명은 선수행자의 진정한 깨달음의 경계에 대한 확신을 훼손하지 않으면서 동시에 불교의 열린 세계관을 그대로 담아내는 뛰어난 안목을 보

유식불교의 중요성은 이렇듯 분명하게 묘사하기 어려운 원초 의식의 움직임 즉 명상을 통해 다가서는 심층 의식의 움직임을 매우 명료하게 표현해내고 있다는 면에서도 찾을 수 있다. 즉 우리는 유식 불교의 인간의 심층 의식 묘사에서 바로 이러한 문제가 어디로부터 출발되는지를, 그리고 그 문제는 어떤 방식으로 대처해 나아가야 하는지에 대한 주요한 단서를 찾을 수 있을 것이다. 그리고 이 발견은 명상수행이 왜 처음부터 도덕적 지평을 전제한 수행이 되어야 하는 가의 인식론적인(심리학적인) 근거를 밝히는 계기를 마련하리라고 본다.

5. 유식(唯識)의 입장에서 본 인간의 심층의식 분석

유식불교의 식(識) 이론은 본원 불교에서부터 확립 발전되어온 연기설(緣起說)이 의식 분석에 섭세하게 적용된 대표적인 예이다. 일반적으로 불교사에서 유식학파는 공관불교가 설명하지 못한 불교의 적극적 세계관을 인식론적 입장에서 새롭게 구축해 보여준 불교학파로 이해된다. 또한 이 학파의 이론은 공관불교의 철학적 의도를 잘못 이해해 단견(斷見)에 빠진 악취공자(惡取空者)를 중도설로 인도하기 위한 목적을 지니고 있다고 평가된다. 그러나 이 학파의 실질적인 창시자인 세친(世親, Vasubandhu)의 본래 의도와는 다르게 유식이론은 배타적 유심이론이나 절대관념론으로 해석되어온 역사를 가지고 있다. 이러한 해석은 의심의 여지없이 본원 불교의 무아와 연기 이론에 어긋날 뿐만 아니라 또 다른 상견(常見)에 빠지는 우(愚)를 범하는 것이다.¹²⁾ 사실 세친은 이와 같은 잘못된 해석의 가능성은 그의 유식론(唯識論)을 통해 미리 봉쇄해 놓고 있다.

여주는 것이다.

12) 필자의 논문, 「세친 유식이론의 현대적 심리학적 이해」, 伽山學報, 제6호(서울: 가산불교문화 연구원, 1997) 335-354쪽을 참조하시오.

16 논문

“부처님께서 법(法)과 아(我)의 실체 없음을 이해시키기 위한 방편으로 오직 식(識)뿐이라고 이야기하신 것이다. 하지만 거기엔 진실로 집착할 만한 식(識)이 있지 아니하다.”¹³⁾

이와 같은 견해를 표명한 세친의 이론을 절대관념론으로 해석하는 학자들은 세친이후의 유식이론의 변화를 고려하더라도 지나치게 자신의 관점을 세친의 식 이론에 투영시킨 것 아니냐는 비판으로부터 자유로워지기 힘들 것이다. 그의 유식삼십송(唯識三十頌)이 철저히 비실체론적인 관점에서 해석되어야 이유가 바로 여기 있다.

그의 삼십송의 첫 번째와 두 번째 계송은 명상을 통해 발견한 원초적 의식의 흐름의 초기 상태를 묘사한 것이다.

“저 유전하는 종종의 아상(我相)과 법상(法相)은 진실로 무엇이든지, 식(識)의 전변(轉變)속에서 일어나는 것이다. 이 전변은 세 가지로 드러나니 이숙(異熟: Vipāka), 사량(思量: manas)이라 불리는 것, 구별되어 드러난 대상 개념-요별경(了別境: viśaya-vijñapti)이다, 그런데 모든 그 러한 종자들이 함께 하여 아라야라 부르는 식(識)이 이숙(異熟) 바로 그것이다.”¹⁴⁾

모든 것이 식(識)의 산물이라는 존재론적 판단의 근거로 종종 인용되는 이 구절은 사실은 세친의 요가적 명상에 의해 파악된 인간의 원초 의식의 근본적 움직임의 묘사로 볼 때 그 의미가 명백해진다. 이것은 결코 ‘식으로부터 세계로’라는 단순 발생론적 관점으로 파악해선 그 의미가 잡히지 않는다. 이 사태는 근본불교의 세계관의 뿌리와 연기설의 바른 이해에 의해서만 그 의미가 파악 될 수 있다.

불교의 세계관은 앞서 지적한 바와 같이 반 베딕(Vedic) 우파니사드 사상 운동의 대표적인 형태이다. 이때 비판의 초점이 된 베딕(Vedic)적인 세계관의 특성은 불변의 브라흐만 또는 아트만과 같은 고립적이고 초

13) 大正, 31. 67a. ‘唯識論’

14) *Trīpiṭikā*, 1-2. David J. Kalupahana, *The Principles of Buddhist Psychology*(Albany: SUNY Press, 1987) 192-194쪽 참조.

월적인 존재에의 믿음이며, 불교는 이러한 존재의 허구성을 논파하기 위해 연기적 세계관을 제시한 것이다. 이 연기적 세계관은 정적인 베딕 우파니사드 전통의 존재 이해와는 전혀 다른 동적인 세계관의 도입을 의미하는 것이다. 살아 숨쉬며 움직이는 동적인 세계의 역동성에 대한 감수성 없이 연기설을 이해하는 것은 불가능하다. 이런 동적인 세계에 대한 우리의 감수성의 뿌리는 곧 인간의 주객 미분의 원초적인 신화적 사유방식에 닿아 있다. 주객이 뚜렷하게 나누어지기 전의 그와 같은 우리 의식의 모습은 이미 인간 의식 변천의 역사의 한 단면으로 우리 안에 내재해 있는 것이기도 하다.¹⁵⁾ 세친은 우리 안에 깊이 자리잡고 있는 그 단면을 그의 명상 체험 기술로 다시 복원해 내고 있는 것이다.

세친의 위의 계승에 의하면 ‘나’라는 생각과 ‘바깥 세계’라는 생각의 구조로 드러나는 우리의 구체적 삶의 세계는 사실은 아라야 식으로 지칭되는 모든 것이 폭류처럼 하나로 어우러져 흐르는 의식의 최초 사태에 비추어 보면 이차적인 사태이다. 물론 여기서 이차적이라는 것은 허구적이라는 의미가 아니라 의(意, manas)에 의해 분별적으로 분화된 사태를 의미한다.

유식삼십송의 이러한 의식 분석에 의하면 명상에 의해 일상적 의식 속에서는 파악되지 않는 심층의식의 최초 단계 인지로부터 드러나는 것은 모든 것이 어우러져 흐르는 이숙(異熟)으로서의 의식 사태이다. 이 단계에서는 역으로 명상수행자에게서 자아(自我)라는 생각은 사라지며 오히려 전체 세계와 하나로 어우러져 있는 의식만이 분명할 것이다. 이제 이런 관점에서 보면 자아와 타아라는 생각의 이차성을 발견한 명상 수행자가 취하는 삶의 태도는 어떻게 변화 될 것인가의 질문은 매우 자연스러운 질문이 된다.

명상 수행자가 상수멸정의 상태에서 즉 개념지의 한계를 넘어선 상태에서 본 자신과 세계의 어우러짐에 대한 이해는 곧 어떤 고정된 불변의

15) 이에 대한 상세한 논의는 필자의 논문, 「이질적인 Pre-Vedic과 Vedic의 신화적 사고 양태가 Anti-Vedic으로서의 불교의 이론형성에 미친 영향」, 『종교연구』, 제15집(서울: 한국종교학회, 1998) 313-334쪽을 참조하시오.

18 논문

실체가 자리할 수 없는 역동적인 상호침투가 일어나는 연기의 세계에 대한 이해의 밑바탕이 된다. 이런 본연의 세계의 모습을 체험한 수행자가 다시 개체적인 존재라는 구체적인 한계를 지닌 현실적 인간으로 돌아왔을 때의 삶의 태도는 결국 그 체험에 의거한 방향으로 결정될 것이다. 그것은 현실적으로 제한되어 있는 자신과 타인 나아가 대상 사이의 본연적 관계를 고려한 삶의 양식이 되지 않을 수 없다. 다시 말해 그것은 연기적 세계관에 기초한 자비의 감정과 그에 따른 행위의 확대가 된다. 이를 더 일상적인 용어로 바꾼다면 그것은 자신과 타인에 대한 애정이 깃들인 도덕적 고려와 행위가 될 것이다.

명상 수행자가 명상을 통해 발견한 그 세계는 역동적인 변화가 숨쉬는 세계이다. 다시 말해 결정론으로 닫혀진 세계가 아닌 열린 세계이다. 따라서 여기서의 도덕적 고려는 어떤 고정 불변의 정언명법적 도덕률에의 수동적 부응이 될 수 없다. 이와 같은 세계를 체험한 수행자의 삶의 양식은 항상 새로워질 가능성이 있는 사태를 대비하며 자신과 타인을 고려하는 도덕적 긴장을 유지하는 적극적인 삶이어야 한다.¹⁶⁾

유식 불교가 명상을 통해 발견한 원초 의식의 흐름에 대한 기술에서 우리가 다시 찾아 확인한 것은 결국 자리이타(自利利他)라는 불교적 도덕관의 인식론적 기초이다. 필자는 무엇보다도 명상 수행자가 수행의 목표 설정에 반드시 염두에 두어야 할 요소가 바로 이러한 도덕적 자각이라는 생각을 하는 것은 바로 위와 같은 논의에 근거한다. 이 자각은 결코 기존의 습관적 도덕률에의 얹매임과 같은 명상 수행에 장애적 요소가 되는 인습적 도덕률에 대한 인지가 아니라 앞 선 불교의 명상수행자들이 열린 세계를 발견하면서 자연스럽게 일어나는 도덕감에 대한 믿음이 수반되어야 한다는 의미에서의 도덕적 긴장과 자각을 의미하는 것이다.

16) 칼루파하나와 같은 학자가 선 수행자가 도달한 열반의 의미를 세계를 보는 관점에 있어서의 확고하고 완전한 도덕적 변화라고 말하며 열반의 비초월성을 주장하는 까닭은 명상 수행자의 목표설정이 처음부터 비현실적이며 고립적인 것이 되어서는 안 된다는 신념이 있기 때문이다. David J. Kalupahana, *The Principles of Buddhist Psychology*(Albany: SUNY Press, 1987) 96쪽을 참조하시오.

6. 맷는말 : 원초적 의식 경험과 도덕의식

이상의 논의에서 우리는 명상에 대한 관심이 일반적으로 매우 이기적인 현실적 효용성에만 집중되는 이유를 기존의 명상수행의 이론이 고립적인 자아 혹은 고립적인 완전성의 전제 아래서 이루어지기 때문임을 확인할 수 있었다. 물론 명상은 그 행위의 주체 면에서 보면 협동적 작업이 아닌 외로운 자기 훈련 과정임은 부인할 수 없는 사실이다. 그러나 만일 그 결과가 단순히 수행자 개인의 성취로만 국한된다면, 그것은 앞서 세친의 삼십송이 보여주는 명상 수행의 깊은 단계에서의 원초적 심층 의식 체험의 의미를 제대로 구현해 낸 것이라 말할 수 없다.

어떤 전통의 명상 수행 방식이던지 세친이 서술한 바와 같은 명상의 단계에 이르는 통로는 그 극치에 이르면 유사하게 열려지리라고 본다. 그러나 그 경계를 어떻게 수행자가 바르게 이해하고 소화해 내느냐에 따라 그 결과는 크게 달라질 수밖에 없을 것이다. 명상 수행 이론에 있어서의 불교의 공헌은 바로 이 경계의 도덕적 함의를 찾아낸 것이다. 불교가 인도의 어떤 다른 종파보다 더 일반적인 세계 종교가 될 수 있었던 요인 중에 하나는 아마도 불교에 내재된 이러한 섬세한 도덕의식의 호소력이리라고 본다.

명상 교육에 있어 진정한 의미에서의 열린 도덕 의식의 강조는 명상교육의 의미를 한 차원 높이는 계기가 될 수 있을 것이다. 80년대 말과 90년대 초에 폭발적으로 일어났던 명상교육의 열기가 급격히 쇠퇴되는 이유는 어디에 있을까. 그것은 명상을 단순한 교육 기술로 다루었기 때문일 것이다. 그러나 명상은 단순한 보조적 교육기술이 아니라 교육이 지향하는 성숙한 인격, 도덕적 인간이라는 목표를 진정으로 구현시켜주는 교육의 마지막 단계인 것이다.

명상을 통한 비고립적 자아의 발견과 이에 따른 도덕성 고양이 현실적인 명상 교육의 목표가 되기 위해서는 명상 수행은 열린 사회의 개방적

20 논문

인 도덕 이념을 지향한다는 점을 수행의 전제로 주지시켜야 한다. 그러한 의도적인 주지의 노력은 종교적 명상 수행의 마지막 단계에서 기대되는 완전한 인격을 이루기 어려운 현실에 있어서도 상당한 정도의 유사효과를 가져올 수 있는 방책이 될 수 있다. 명상수행이 단순히 개인적인 이기적 성취에 그 궁극적 목적이 있지 않다는 점을 분명히 하는 것은 명상수행자 자신이 수행 처음부터 자신을 도덕적 인간으로 변환시키고자 하는 노력을 하도록 만드는 긍정적 효과를 가져온다. 또한 이러한 방식의 명상수행은 명상의 제 단계에서 나타나는 여러 가지 부작용을 사전에 차단하는 부수 효과도 따라 올 것이다. 이렇듯 명상수행을 통한 도덕적 인간으로의 점진적인 성숙을 명상교육의 목표로 삼을 때 비로소 우리는 한 때의 유행으로서의 명상교육이 아닌 진정한 의미의 명상교육의 길을 열 수 있는 것이다.

참고문헌

- 「잡아함경」, 『한글대장경』 제 6권.
- 「唯識論」, 『大正新修大藏經』 제 31권.
- 강건기 · 김호성 편저, 『깨달음: 존오점수인가, 돈오돈수인가』, 서울: 민족사, 1992.
- 박 석, 『명상 길라잡이』, 서울: 도솔, 1997.
- 정태혁, 『명상의 시대』, 서울: 정신세계사, 1987.
- Eliade, Mircea, 정위교 역, 『요가(Yoga: Immortality and Freedom)』, 서울: 고려원, 1993.
- Johnston, William, 김상준 역, 『소리없는 음악: 명상과학(Silent Music: The Science of Meditation)』, 왜관: 분도출판사, 1992.
- Hume, Robert Ernest, *The Thirteen Principal Upanishad*, second edition, London: Oxford University Press, 1965.
- Kalupahana, David J., *The Principles of Buddhist Psychology*, Albany: SUNY Press, 1987.
- _____, *Ethics in Early Buddhism*, Honolulu: University of Hawaii Press, 1995.
- Larson, Gerald James. ed. *Myth in Indo-European Antiquity*, Berkeley: University of California Press, 1974.
- P. R. Deshmukh. *Indus Civilisation, Rigveda, and Hindu Culture*, Nagpur: Saroj Prakashan, 1982.