붓다의 심리상담 연구

김 용 환*

Ⅰ. 머리말
Ⅱ. 「법구경」의 분노치유 심리상담
Ⅲ. 「장아함경」의 탐욕치유 심리상담
Ⅳ. 붓다의 심리상담의 특징
Ⅴ. 맺음말

Ⅰ. 머리말

불교는 흔히 '마음의 종교'이며 '심리의 과학'으로 알려져 있다. 불교는 마음을 잘 쓰고, 지키며, 나누어 살면서 지혜를 깨닫는 종교라고 할 수 있다. 그런데 마음은 모양이 없지만 밝고 넉넉하며 복덕이 구족되어 있다고 한다. 삼라만상에 마음이 있기에 사물을 있는 그대로 꾸밈없이 보고 느끼게 된다. 마음은 나(我)라는 개체에 담겨진 무형으로 실체가 없으며 식(識)으로 보고 듣고 만지고 냄새 맡게 된다.

그러나 인간의 행동은 무량무형(無量無形)의 마음작용의 제약을 받게 된다. 인간의 의식은 마음에 근거하여 행복과 불행, 선과 악, 부처와 중생을 구별하고 나누게 된다. 마음의 체성과 작용에 관한 구조적 이해는 우리가 외부 자극에 대해 어떻게 마음을 일으켜서 지각하고 느끼고 반응하느냐에 대한 이해로 가늠하게 된다. 심리상담과 연관되어 「선과 정신분석」이 1960년 간행되었다. 그 다음해, 앨런 왓츠(Allan Watts)가 「동양과 서양의 심리치료」를 출판하였다. 여기서는 불교를 포함하여 동양종교로 묶어지는 다양한 전통의 수행체계가 서양의 심리상담과 유사한 관점을 제공하는 것으로 파악하여 심리상담에 대한 논의가 이루어졌다.[1]

* 충북대학교 사범대학 윤리교육과 교수, sunyanan@cbu.ac.kr

1) Watts, A. *Psychotherapy East and West*, Pantheon Books, 1961.pp.27-29.

불교의 경전에는 인간의 인식과정에 대해 구체적 설명을 한다. 인간현상을 분석하여 오온(五蘊; '色'의 物質作用, '受'의 感受作用, '想'의 心像作用, '行'의 意志作用, '識'의 認識作用)이라고 한다. 이는 물질적 색온(色蘊)과 정신적 사온(四蘊; '수상행식(受想行識)'의 네 가지 작용을 포함한다. 마음의 정신작용으로 수(受)는 대상에 대한 느낌, 상(想)은 생각하고 판단하는 작용, 행(行)은 작용하고 행동한다는 작용, 식(識)은 의식하고 식별하는 작용을 의미한다. 이러한 마음작용 가운데 식(識)은 앞서 언급한 '색수상행(色受想行)'의 의지처가 된다.[2)]

이처럼 초기불교에서 선불교에 이르기까지 불교의 주제는 마음이다. 원시불교에서 마음을 심(心), 의(意), 식(識)의 세 종류로 축소시켰다. 마음에 대해 소승불교는 마음의 작용(作用)만 다를 뿐, 그 체(體)는 같다고 말하면서 그 작용에 해당하는 육식(六識)만을 인정하였다. 대승불교는 마음의 작용과 체성이 모두 다르다고 보아 마음을 다시 분류하여 장식(臟識, alaya), 자의식(自意識, manas), 분별의식(分別意識)의 안식(眼識), 이식 (耳識), 비식(鼻識), 설식(舌識), 신식(身識), 의식(意識)으로 나누어 이해하였다. 유식의 발달은 마음의 세계를 여덟 단계, 전오식(前五識), 제6식(意識), 제7식(말나식), 제8식(아뢰야식)으로 구분하여 체계화하였다.[3)]

인간마음의 이치를 알려준 붓다는 마음의 상담을 중시하였다. 이 글에서 우리는 붓다가 병든 중생의 마음을 치료하는 심리상담자의 모습을 부각시키고자 한다. 따라서 심리상당자 붓다의 상담사례에 대하여 『법구경』과 『장아함경』을 중심으로 살펴보고자 한다. 『법구경』과 『장아함경』은 '대화의 보고(寶庫), 상담의 보고(寶庫)'라고 할 수 있을 정도로 대화와 상담의 사례가 풍부하다. 반면에 『잡아함경』은 모두 1362경이 있지만 절반에 가까운 659경에 대화 없이 붓다가 일방적으로 법을 설하는 형태로 구성되어 있다. 이처럼, 『법구경』과 『장아함경』은 상당수가 대화와 상담을 전제로 이루어져 있다.

『장아함경』은 크게 네 가지 '나눔(四分)'으로 구성되는데, 제 1분은 제1경에서 4경까지를 포함하고 주로 불전(佛典)과 붓다에 관한 내용과 역사적 주제와 관련된 내용들이다. 법상(法相)에 관한 내용을 담고 있는 제 2분은 5경에서 19경까지다. 20경에서 29구경까지는 제 3분으로 나누는데, 외도 사문의 철학내용에 관한 것들이며, 마지막 제 4분은 나머지 한 경인 30경만을 말하지만 이 경에서 제일 긴경에 해당하는 『세기경(世紀經)』이 들어 있다. 먼저 『법구경』에 나오는 분노에 대한 상담사례를 살펴본다.

---

2) 오형근, 『불교의 영혼과 윤회관』 (서울: 대승, 2005), p.46.

3) 위의 책, p.16.

Ⅱ. 『법구경』의 분노치유 심리상담

『법구경』에 나타난 분노에 대한 상담사례에 대해서는 『법구경』 "분노품"에서 '노하지 않음으로써 노여움을 이기는' 지혜방편을 강조하게 된다. 불타가 성도한 후 자신이 성취한 깨달음은 너무 섬섬 미묘하여 중생들이 이해할 수 없는 것이라 생각했다. 그러다가 결국 마음을 돌려 중생교화에 나섰다. 중생들의 근기에 맞춰 적절한 방편을 사용하여 단계적으로 성장시키면 된다는 확신 때문이었다.

『법구경』은 남방상좌부(南方上座部)의 경장(經藏)에 포함되어 있는 원시경전으로 후대의 대승경전에서도 그 유례를 찾기 힘들 정도로 명쾌한 구성과 해학이 섞인 법문(法門)으로 붓다의 경지를 설파하고 있다. 경전의 성립사적(成立史的)인 측면에서 보면, 『출요경(出曜經)』과 같은 계통의 것으로 많은 비유와 암시를 통하여 붓다의 상삼사례를 제시하고 있다. 팔리어(語) 원문 『Dhammapāda』가 현존하며, 동본이기(同本異記)로는 법거(法炬) ·법립(法立) 공역의 4권으로 된 『법구비유경(法句譬喩經)』이 전해지고 있다.

비록 말은 짧고 표현은 소박하지만, 경구(警句)로 된 감로(甘露)의 법서(法書)이다. 한역(漢譯)은 오(吳)나라 유기난(維祇難) 등이 번역한 것으로, 39품(品)으로 구성되어 『법구집경(法句集經)』이라고 한다. 『법구경』에 나타난 붓다의 상담방법은 '대기설(對機說)'이다. 흔히 한자 문화권에서 붓다교설의 특정을 '대기설법(對機說法)'이라고 말한다. 대기설법은 '듣는 사람의 근기(根機)에 맞추어 하신 설법'로서 '방편설(方便說; upaya, 붓다가 중생을 깨달음으로 인도하기 위해서 때와 장소 또는 상대자의 성격에 따라 알맞은 설법을 하는 상담)'이다. 이처럼 붓다는 상담자의 근기에 맞게 다양하게 법을 설하셨다. 붓다는 상담자에게 시론(施論)에서 시작하여 계론(戒論), 생천론(生天論)에 이르는 순서의 설법형식을 밟는다.

이러한 순차적인 상담의 방법을 '차제법(次第法, 순서법)'이라고 부른다. 이는 붓다의 독특한 상담법이다. 이 차제법을 전개하면서 제시하는 예화들은 그 당시의 상황과 듣는 사람의 근기에 따라 각각 내용을 달리한다고 말할 수 있다. 생천론을 이해시킨 이들에게는 그 다음으로 잘못된 견해와 고정관념을 변화시키는 상담방법으로 회심론(回心論)을 사용하기도 한다. 상황에 따라서 사성제, 근본불교의 팔정도를 설하거나, 12연기 또는 무아를 강조하는 상담을 하였음을 확인할 수 있다. 붓다의 상담에서는 거짓에 눈을 뜨고 그 원인을 찾아 바른 노력을 거듭하면, 앞으로는 거짓에서 해방된 복된 삶이 전개됨을 다음 사례에서 검증해본다.

목갈라나(Moggallana: 붓다의 십대제자, 神通第一)존자의 여동생은 피부병으로 고통을 받고 있었는데, 오빠의 권유에 따라 사원을 건립하였다. 그러자 병은 씻은 듯이 사라졌다. 붓다는 그녀의 병이 화를 자주 내는 성격 때문이라고 지적하시면서 이렇게 상담하셨다.

> 성냄을 버리라, 자만을 버리라. 그 어떤 속박에서도 초월하라. 이름과 모양에 집착이 없고 가진 것 없으면 그는 고뇌에 쫓기지 않는다.[4]

어느 비구가 자신의 움막을 짓기 위하여 나무를 베다가 나무 정령의 아이에게 상처를 입히게 되었다. 화가 난 정령은 그를 죽이려 하였으나, 침착하게 생각한 연후에 자신의 분노를 누그러뜨렸다. 정령이 그 이야기를 붓다에게 말씀해드리자, 붓다는 그러한 행동을 칭찬하시면서 이와 같이 상담하셨다.

> 달리는 수레를 멈추게 하듯 끓어오르는 분노를 다스리는 이를 나는 진짜 마부라 고 부르겠다. 다른 사람은 고삐만을 쥐고 있을 뿐이다.[5]

어느 남자의 첫 번째 부인이 두 번째 부인을 무척이나 시기한 나머지 그녀에게 큰 해를 입히고 말았다. 그러나 두 번째 부인은 화를 내지 않았다. 후에 첫 번째 부인은 자신의 잘못을 뉘우치고 용서를 빌었다. 그러자 두 번째 부인은 "당신이 세존에게 가서 진심으로 잘못을 빈다면 내 모든 것을 용서하지요"라고 말하였다. 첫 번째 부인은 그대로 실천하였다. 이에 붓다는 이와 같이 상담하셨다.

> 부드러움으로 성냄을 이기라. 착한 일로 악을 이기라 베푸는 일로써 인색함을 이기라. 진실로써 거짓을 이기라.[6]

목갈라나 존자는 천녀들에게 물어보았다. "어떤 선행을 했기에 이런 천당으로 환생하게 되었습니까?" 그녀들은 정직함, 인내, 친절함 등과 관련된 자그마한 행실들을 이야기하였다. 목갈라나 존자는 다시 붓다에게 여쭈어보았다. "세존이시여, 과연 이처럼 자그마한 선행을 가지고도 천당에 환생할 수 있는 것입니까?" 붓다는 이를 설명하시면서 이렇게 말씀하셨다.

---

4) 법정 옮김, 『법구경, 진리의 말씀』 (서울: 이레, 2010), p.122.
5) 위의 책, 같은 면.
6) 위의 책, 같은 면.

> 진실을 말하고, 성내지 말라. 가진 것이 적더라도 누가 와서 원하거든 선뜻 내어 주라. 이 세 가지 덕으로 그대는 신들 곁으로 간다.[7]

어느 귀족 가문의 부부가 붓다를 항상 자기 가족처럼 대하였다. 이것은 전생의 인연 때문이라고 붓다는 설명하셨다. 그 부부는 붓다의 가르침을 듣고 아라한이 되었다. 그들이 현세를 떠나자 비구들은 그들이 어느 곳에 환생할 것인가를 알고 싶었다. 붓다는 그것에 대해 이같이 설명하시면서 이는 그들이 니르바나(Nirvana, 涅槃: 불교의 최고선, 불교수행의 궁극경지)에 들었기 때문이라고 증명하셨다.

> 산목숨을 죽이지 않고 항상 육신을 억제하는 성자는 불멸의 경지에 이른다. 거기에 이르면 근심이 없다.[8]

밤늦게까지 일한 어느 하녀가 집 밖으로 나왔다가 근처의 산에서 비구(比丘, bhikku: 출가하여 구족계(具足戒)를 받은 수행자, 붓다의 가르침을 명상하면서 매일 매일의 삶에서 그것을 실천하는 탁발승)들이 움직이는 것을 발견하였다. 그녀는 생각했다. "나는 너무도 피곤하여 잠이 오지 않는다. 그런데 저 비구들은 왜 잠을 자지 않는 것일까?" 후에 그녀를 만난 붓다는 비구들이 한밤중에도 깨어 있었던 이유에 대하여 설명하셨다. 여기서 평상심의 소중함을 강조하셨다.

> 사람이 항상 깨어 있고 밤낮으로 부지런히 배우고 절대자유를 추구하고자 한다면 온갖 번뇌는 저절로 사라지리라.[9]

붓다께서 "인간이란 살아 숨 쉬는 한 욕망의 굴레를 벗어나 존재 한다는 것이 쉽지 않다"고 지적한 것을 보더라도, 욕망이 결정적인 윤회의 고리임을 알 수 있다. 현대 의학이 연간의 정신적 신체적 질병의 근본원인으로 탐욕, 분노, 어리석음, 증오 등과 같은 정신적 요인과 자신의 동일시라는 지적을 볼 때, 붓다는 인간의 세 가지 마음의 독에서 해방될 것을 상담하셨다. 이는 현대 심리분석의 '정신통합'(Psychosynthesis)의 탈동일화(disidentification)과 상통하는 뜻이다.[10]

---

7) 위의 책, p.123.
8) 위의 책, 같은 면.
9) 위의 책, 같은 면.
10) Assagiori R. *Psychosynthesis : A Manual of Principle and Technique.* Psychosynthesis Research Foundation, 1965. p.135.

행복을 추구하는 연간의 삶에서 불건전한 마음상태의 뿌리이다. 고(苦)를 일으키는 탐심은 유쾌하거나 즐거움을 주는 대상을 갈망하고 탐하는 마음이며, 진심은 불쾌하거나 싫어하는 대상에 대해 분노와 혐오감을 갖는 마음이고, 치심은 무지나 미혹으로 인해 생기는 어리석은 마음이다. 이들 세 가지 마음은 서로 분리된 각각의 마음이라기보다 항상 상호연관 되어 영향을 주고받으며 발생을 한다.

그러므로 어떤 마음이 일어나면 자동적으로 다른 두 마음도 따라서 발생하게 된다. 이를테면 일체 만물이 영원할 것이라고 믿는 어리석은 마음이 지나친 욕심을 불러일으키고 그 결과 설망하고 좌절함에 따라 분노하는 마음이 우리에게 번뇌와 고통을 안겨 준다. 이와 같이 마음의 병은 이들 삼독(三毒)을 다스리지 못하고 노예처럼 얽매여 끌려 다닌 과보에 해당한다.

아툴라라는 이름의 주지승이 레바타 존자로부터 법을 듣고자 하였다. 그러나 그는 홀로 있기를 원하면서 침묵만을 지켰다. 실망한 아툴라는 사리푸트라(Sariputra: 붓다의 십대 제자, 십육 나한으로 라훌라의 授戒師) 존자에게로 갔는데, 그는 논리적으로 길게 강의하였다. 그 뒤에 찾아간 아난다 존자는 짧게 축약된 설법을 하였다. 그러나 이 모든 것은 아툴라에게 거듭 실망을 안겨주었다. 그가 붓다를 찾아가자 이같이 말씀하셨다. "깨달은 사람에게도 가끔 지적받을 만한 잘못이 있을 수 있다."다시 붓다는 이렇게 통찰의 관점에서 상담하셨다.

> 아툴라여, 이것은 옛적부터 말해진 것이니 지금 시작된 것이 아니다. 침묵하고 앉아 있는 자도 비난하고 많이 말하는 자도 비난하고 적당하게 말하는 자도 비난하나니, 세상에 비난받지 않는 자는 없도다. 비난만 받는 사람, 칭찬만 받는 사람은 과거에도 없었고 미래에도 없으며 현재에도 또한 있지 않으리니. 총명하고 지혜롭고 법을 받들고 행동에 허물이 없고 지혜와 계행을 갖추었네. 이같이 삼매에 든 이를 누가 헐뜯을 것인가! 금으로 만든 금화같이 누가 그를 비난할 수 있으랴. 신들도 그를 칭찬하고 범천도 그를 칭찬하리니.[11]

몇몇의 비구들이 나무 신발을 신고서 요란한 소리를 내며 다녔다. 이것을 본 붓다는 생각과 언행을 자제하도록 충고하시면서, 마음에 관하여 상담하셨다.

> 몸의 노여움을 막고 몸을 억제하라. 몸의 악행을 버리고 선행을 행하라. 말의 노여움을 막고 말을 억제하라. 말의 악행을 버리고 선행을 하여라. 마음의 노여움을 막고 마음을 억제하라. 마음의 악행을 버리고 마음으로 선행을 하여라. 몸을 억제하고, 말을 억제하고 마음을 억제하는 현명한 사람은 실로 가장 강한 사람이니.[12]

---

11) 정태혁 옮김, 『법구경, 인연담』 (서울: 정신세계사, 2007), pp.220-221.

붓다는 상담 이후의 실천방편에 대해서 오근 · 오력을 처방하시거나 칠각지, 사념처를 강조하기도 하며 37조도품(助道品 : 깨달음을 위한 37법, 4念處, 4正勤, 4如意足, 5根, 5力, 7覺支, 8正道의 통섭)을 설하신다. 붓다는 듣는 사람의 처한 상황이나 문제의식이나 이해 정도, 그리고 수행 정도나 기절, 성향에 따라서 다양한 방법을 동원해서 설법하셨다. '대기설법'은 『법구경』에서 나타나듯이, 영아와 같은 순수마음을 인간이 회복하여 분노가 치유됨을 입증해준다.

우리의 마음이 탐진치(貪嗔痴)의 삼독으로 물들어 병들기 이전에는 순수하고 청정하여 영아와 같다. 마음은 청정이며 어떠한 잡념이나 사사로운 생각 또는 편견이 없는 순수마음이다. 생명이 해탈을 향한 단계는 선심(善心)을 생성하는 식물에 비유된다. 종자심(種子心), 아종심(芽種心), 포종심(泡種心), 엽종섬(葉種心), 부화심(敷華心), 성과심(成果心), 수용종자심(受用種子心) 영동심(嬰童心)의 단계로서 마음을 설명하고 있다.[13]

영동심(嬰童心)은 맑고 건강한 마음이듯이, 맑고 건강한 마음의 부드러움으로 화를 다스릴 수 있다. 현대의학은 질병의 원인으로 탐욕, 분노, 어리석음의 정신적 요인을 말한다. 『법구경』에서는 세 가지 마음의 독을 탐심(食心), 진심(瞋)心), 치심(痴心)으로 정리하면서 이들 세 가지 마음은 상호연관 되어 있기에 영향을 주고받으며 함께 발생하게 된다고 진단한다.

여기서 상담심리로 이루어지는 '탈동일화'는 자신과 삼독(三毒)이 다양하게 동일화됨을 알아차리고, 그 내용에서 거리를 두어 관찰하는 것이다. 이는 내면에서 저절로 솟아오른 삼독으로부터 일부러 다른 것으로 주의를 옮기는 방법으로, 통찰이 이루어짐으로 '마음에 대한 알아차림'을 키워가는 방법이다.

그러므로 어떤 한 마음이 일어나면 자동적으로 다른 두 마음도 공공으로 연이어 발생한다. 만물이 영원할 것이라는 어리석음이 욕망을 불러일으켜 실망과 좌절을 안겨준다. 이에 분노의 마음이 번뇌와 고통을 수반한다. 마음의 병은 삼독을 다스리지 못하고 집착함으로써 얽매여 끌려 다니는 과보에서 비롯한다. 건강하고 행복한 마음은 물질에서 나타나지 않고 무상과 무아의 지혜를 체득함에 달려 있다. 『법구경』은 상담을 통하여 욕망과 집착을 다스리는 평상심을 제시한다. 이는 대승차원의 발원(發願)의 의한 보살의 삶이다. 이제 다음 장에서 『장아함경』에 나타난 붓다의 심리상담사례를 살펴본다.

---

12) 위의 책, p.222.

13) 『大日經』, "第八嬰童心" 「大毘盧遮那成佛神變加持經」 卷第一 (大正藏18, p.2b 26).

Ⅲ. 『장아함경』의 탐욕치유 심리상담

장아함경 은 '길게 설하여진 경들'을 모은 것으로 경전의 결집기준은 '길다(長)'라는 것이다. 이 경전은 크게 네 가지 나눔(四分)으로 분류 되고 있는데 제 1분은 제1경에서 4경까지를 포함하고 주로 불전(佛傳)과 붓다에 관한 내용과 역사적 주제와 관련된 내용들이다. 법상(法相)에 관한 내용을 담고 있는 제 2분은 5경에서 19경까지다. 20경에서 29구경까지는 제 3분으로 나눈다. 이는 외도 사문의 철학적 내용에 관한 것들이다. 마지막 제 4분은 나머지 한 경인 30경 하나만을 말하고 이 경에서 제일 간 경인 「세기경(世紀經)」이 들어 있다.

장아함경 은 수준 높고 다양한 대화가 아주 많이 수록되어 있는 경전이다. 대화는 모든 상담의 근간이다. 특히 내담자의 입을 열게 하는 것은 바로 마음을 열었다고 하는 것이 되기 때문에 상담에서 가장 중요한 부분이다. 대화는 비단 『장아함경』 뿐만 아니라 대기설법을 전개 하는 다른 아함경에서도 공통적으로 적용된다. 그러나 『장아함경』은 더욱 더 대화를 중시하는 경들로 구성되어 있다. 왜냐하면 『장아함경』 30개의 경들 가운데서 대화가 없이 부처님께서 하고자 하는 말씀을 일방적으로 직접 비구대중에게 전하는 상단법문의 가르침은 「전륜성왕수행경」, 「증일경」, 「삼취경」 밖에 없다. 물론 사리불이 비구대중에게 행한 「중집경」과 「십상경」, 「자환희경」도 이 범주에 넣을 수 있다. 이는 『잡아함경』이 모두 1362개의 경들 가운데 대략 659개 정도가 세존께서 비구대중에게 대화 없이 법을 일방적으로 설하시는 형태와 대비(對比)가 되고 있다.

인간은 궁극적인 행복을 추구한다. 그럼에도 불구하고 행복한 사람보다는 불행한 사람이 더 많고 기쁨보다는 고뇌로 인해 탐욕의 병을 앓는 경우가 더 많다. 원인은 삼독으로 동일시함이다. 이러한 현상을 '탈동일화'에 초점을 맞추어 『장아함경』에서는 붓다의 심리상담으로 제시하며 건강한 삶, 행복한 삶이 무엇인지에 대해 통찰을 제시한다. 이처럼 『장아함경』은 해탈의 길에 관한 상담을 한다.

붓다는 흔히 "인간은 살아 숨 쉬는 한, 욕망의 굴레를 벗어나 존재한다는 것이 쉽지 않다"고 지적한 것을 보아도 인간과 욕망은 뗄 수 없는 윤회이다 아울러 인간관계에 욕망으로 인한 집착이 개입이 되면 맑고 순수이성은 마비되고 나와 내 이익만을 생각하는 이기심이 발동하여 나와 남을 차별하고 내가 우선하려는 욕심이 가득해진다. 탐욕은 항상 나를 중심에 두고 생각하기 때문에 내 이익에 반하는 것이면 사람이든 사물이든 가리지 않고 공격하며 헤친다. 그리고 결국에는 모두를 파멸의 길로 이끈다.

장아함경 뿐만 아니라 초기불교에서 선불교에 이르기까지 불교의 일관된 목적은 고(苦)를 벗어나 해탈 열반에 이르는 것에 초점을 두었다. 고(苦)의 원인에 대해서는 초기 경전에서 30여 가지의 항목으로 정리하고 있다. 이를 '욕망의 변형', '무지의 변형', '존재의 통찰', '무상(無常)의 이치'의 네 유형으로 정리할 수 있다. 이 가운데서 고통의 가장 큰 원인이 욕망이다. 욕망에 대한 개념은 그 성격에 따라 조금씩 다르게 표현되며 욕망은 집착을 수반하면 탐욕이 된다. 욕망의 틀을 벗어나기 어렵다면, 무조건 욕망을 없애고 피한다고 해결될 상황은 아니다.

오히려 욕망을 어떻게 잘 다스리고 길들여서 생명활동의 한 부분으로 인정하고 더불어 살아가느냐가 더 큰 과제이다. 욕망에서 탐욕으로 이행되는 과정을 살펴 상담을 통하여 스스로 깨닫는 방법을 택하였다. 붓다의 말씀은 윤회하는 삶의 고통에 관한 내용이다.

> "나는 이 세상의 흐름 속에서 수없이 태어났구나, 생 뒤의 생, 삶의 삶을 거듭하면서 셀 수 없이 많이 태어났구나, 태어날 때 마다 나는 끊임없이 치닫고 내달렸구나. 그때마다 고통으로 가득 차 있었구나. 태어난 사람은 누구나 죽음을 향해 내달려 가는 구나"[14]

근본경전에도 붓다는 중생의 삶을 사는 한, 마음의 병은 떨치기 어렵다고 설하였다.

> "비구들이여, 두 가지 병이 있다. 몸의 병과 마음의 병이다. 중생들은 몸의 병에 관한 한 일 년 내지 백 년 동안 건강하게 지내기도 한다. 그러나 이 세상에서 마음의 병에 관한 한 잠시라도 건강 하게 지내는 중생은 번뇌를 다한 자를 제외 하고는 참으로 만나기 어렵다"[15]

장아함경 을 살펴보면, 붓다께서 제자들을 향해 이 마음의 고통이 탐욕에서 비롯되었음을 지적 하는 내용이 많이 나온다. 이와 같이 잡아함경』「무지경(無知經)」에서도 탐욕으로 인한 마음의 병에 관련하여 다음과 같은 지적하며 치유를 강조한다.

> "탐욕을 떠나지 못하면 마음이 해탈하지 못하고, 탐욕에서 마음이 해탈하지 못하면 괴로움을 끊을 수 없느니라." [16]

---

14) S. N. Goenka, *The Art of Living* (William Hart, Vipassana Research Institute, 2008).
15) *Anguttara-Nikaya*, 4법, 157경, 대림스님 역, 『앙굿따라 니까야』 2권, p. 338.
16) 잡아함경』 제1권(한글대장경), 「무지경」, p. 3.

그리고 탐욕 가운데 애욕을 끊지 못한 젊은 구도자들을 위해서 부정관법을 가르치는 장면도 나온다. 육신이 죽었을 때의 모습인 골상(骨相) 청상(靑相), 부상(腐相), 식상(食相), 골쇠상(骨衰相)을 자주 관찰하면 애욕을 끊을 수 있다는 것이다. 탐욕은 십악(十惡)의 하나로서 세간의 색욕과 재물 등을 탐내어 그칠 줄 모르는 욕심을 일컫는다. 현대사회에서 대기업들이 회계부정에 연루되면서 주식시장이 곤두박질치자 스톡옵션이라는 인센티브가 경영자들의 분별력을 흐려 놓는 등 '전염성 탐욕'이라는 번지는 사례도 나타났다.

"사람은 사사(四事)로 인하여 많은 죄를 짓는다. 욕심을 부리고, 성을 내며, 두려움을 주고, 어리석음을 행하는 것이 곧 사사(四事)이니라, 사사로 인하여 그의 이름은 반드시 사라지나니 마치 탈이 그 몸으로 향하는 것 같으니라."[17]

장아함경 뿐만 아니라 최초불교 경전인 『숫타니파타』에서도 인간의 헛된 욕망이나 망상이 자기 자신을 위험과 파멸의 길로 빠뜨릴 수 있음을 경고한다. 이처럼 지혜롭고 바른 삶이 무엇인지를 깨우쳐 주는 상담이 붓다의 심리상담의 내용이다.

"여러 가지를 탐내는 사람은 온갖 번뇌와 위험과 재난이 그를 짓밟는다. 마치 부서진 배에 물이 새어들듯이 괴로움이 그를 따르게 된다. 그래서 사람은 항상 바른 생각을 지키고 모든 욕망을 피해야 한다." [18]

심리상담의 자세에서 붓다는 진지하고 자상하셨다. 나이든 바라문들이나 왕이나 외도, 석재환인 · 범천신과도 고요하면서도 자상하게 대화를 자주 나누신다. 세속적인 삶의 모습을 너무나 자세히 이해하고 계셔서 집안 살림 하나까지 지적해 주시는 자상함을 보여주고 계신다. 또한 내담자를 배려하셔서 편안한 주제로 대화를 인도하신다.

"이 세상에서 다시 환생하는 인연이 되는, 그 번뇌에서 생기는 것을 조금도 갖지 않은 수행자는 이 세상도 저 세상도 다 버린다. 뱀이 묵은 허물을 벗어버리듯이. 우리들을 생존에 얽어매는 것은 애착이다. 그 애착을 조금도 갖지 않은 수행자는 이 세상도 저 세상도 다 버린다. 뱀이 묵은 허물을 벗어버리듯이" [19]

---

17) 중아함경』 제33편 (한글대장경), p. 284.
18) 법정, 『숫타니파타 (서울 : 이레, 1999), p. 271.
19) 법정, 『숫타니파타 (서울 : 샘터, 1996), p. 15.

『장아함경』의 「종덕경(種德經)」에서는 연로한 종단의 바라문은 추종하는 5백 제자들을 이끌고 붓다를 만나러가면서 염려한다.[20] 붓다의 질문에 대답을 못하면 꾸지람을 면치 못할 것이고 돌아가자니 붓다를 두려워하여 돌아간 것으로 오해를 피할 수가 없다.

이러한 상황을 간파하신 붓다는 종단의 바라문이 가장 자신 있게 답할 수 있는 것을 대화의 주제로 선택하신다. 그러자 그는 사방 대중을 자신 있게 바라보며 기쁘게 웃는 여유를 지니게 된다. 『장아함경』의 「산타나경」에서 붓다는 외도 수행자들이 붓다와 대화할 수 있도록 고행과 금욕을 주제로 선택하신다.[21]

따라서 붓다는 대화 중 전달하려는 요지는 분명하게 말씀하신다. 아무런 긴 대화에서도 논점을 유지한다. 바라문만이 억지 논리에 대해서는 한 치의 양보 없이 엄정한 기준과 논리를 제시한다. 결론에 이르기까지 스스로의 견해와 비교하며 살펴보라고 하신다. 상담과정에서도 '깨어 있음'이 강조되고 있다고 할 것이다.

『장아함경』에서는 총 13경에서 게송이 활용되었는데 그 중 붓다가 읊으신 게송이 90개가 되며 붓다 이외의 내담자가 옮은 게송이 71개가 된다.[22] 이처럼 게송은 일방적인 감정호소의 수단이 아니었다. 그것은 상담과정에서 서로의 공감대를 형성하는 효율적인 방편이었으며, 딱딱하고 지루한 분위기를 환기시켜주는 독특한 상담능력이 드러났다고 할 것이다. 이러한 게송으로써 붓다의 상담은 언제나 활기가 넘쳤으며, 내담자도 신바람 상태에서 대화에 참여하는 관계로 '한 마당 놀이형식을 취하게 된다.

Ⅳ. 붓다의 심리상담의 특징

붓다가 펼친 심리상담은 몇 가지 특징을 보여주고 있다. 붓다의 '개별상담'은 오늘날의 '개인상담'과 다르다. 상담자와 내담자가 추구하는 목표가 기본적으로 차이가 난다. 현대의 개인상담은 상담을 통해 내담자 개인의 성장만을 추구하게 되지만, 붓다의 '개별상담'은 개인의 성장에만 머무르는 것이 아니라 여러 사람에게 상담효과가 파급된다.

---

20) 大正藏』 1, pp. 94上-96下, 김월운 옮김 『장아함경2』 (서울 동국역경원 2006), pp. 164-178

21) 大正藏』 1, pp. 47上-49中, 위의 책, pp. 317-332

22) 이정우, 「장아함경에 나타난 불타의 상담사례 고찰」 『한국불교학』 50집, (서울: 한국불교학회, 2008), p.729.

대중이 참여한 가운데 붓다가 질문자와 문답을 펼치면 질문자는 물론, 문답을 청취한 사람들도 그 자리에서 성장과 변화를 이루게 되고, 일대일 문답이었다고 하더라도 배석자인 아난이 이를 대중에게 전해줌으로써 역시 같은 효과가 일어나게 한다. 한 사람에 대한 상담이 다수 대중을 향해 이루어지는 상담으로 특징을 보여준다. 사리자(舍利子)를 향해 '개별상담'의 형태로 진행된 『반야심경』의 내용은 결과적으로 대중을 향한 설법으로 대중에게 회자되고 있다.

> "사리자여! 물질은 공과 다르지 않고 공은 물질과 다르지 않으니 물질이 공이요, 공이 물질이며, '수상행식' 도 또한 그러하니라. 사리자여! 이 모든 법의 공한 모양은 생기지도 않고, 없어지지도 않고, 더럽지도 않고, 깨끗하지도 않고, 늘지도 않고, 줄지도 않느니라." 23)

이처럼 개별상담이라고 하더라도 상담을 요청하는 내담자는 대중 전체 의사를 대표하여 질문하고 붓다 또한 질문자 한 사람만을 위한 것이 아니라 대중 전체를 염두(念頭)에 두고 교설을 펼쳤다. 개별적 문답이지만, 배움과 깨달음은 대중이 공유하게 되는 것이 붓다의 개별상담에 나타나는 특징이라고 할 것이다.

그러나 오늘날과 같이 내담자의 비밀이 보장이 중요시되는 상담환경에서는 붓다시대의 '개별상담'을 그대로 적용하기는 어려울 것이다. 이러한 붓다의 '개별상담'의 형태적 특징은 추구하는 가치가 개인적 이익보다는 '진리를 향한 자기성장과 깨달음'에 중점을 두었기에 상대적으로 개인의 사생활에 대해서는 중시하지 않았을 것이다.

원래 교설은 '가르쳐 설한다.'는 뜻으로, 설법보다는 보다 광의의 의미를 포함하고 있다. 붓다의 교설에서 원초적인 것은 근본교설이다. 따라서 붓다의 열반이후 행해진 결집(結集:편찬회의) 때에도 계율(戒律)과 함께 그것이 제일 먼저 편찬되기에 이르렀다. 한역으로 전해지는 『아함(agama)』과, 남방불교의 『5부파(5 nikaya)』는 교설의 결집으로 나중에 『아함경』의 결집으로 통섭된다.

불교 교단은 붓다의 입멸 이후 약 100년간은 일미화합(一味和合)하여 아무런 동요가 없었다. 100년쯤(B.C. 4세기) 되어서 계율과 교리에 엇갈린 견해가 발생하여 상좌부(上座部, theravada)와 대중부(大衆部, mahasanghika)로 분열한다. 이것을 근본이부(根本二部)의 분열이라고 하는데, 이렇게 분열이 생기자 다시 세부분열이 뒤따라 대중부에서 8파, 계속해서 상좌부에서 10파가 갈려나가게 되었다.

---

23) 般若心經 , "舍利子 色不異空 空不異色 色卽是空 空卽是色 受想行識 亦復如是 舍利子 是諸法空相 不生不滅 不垢不淨 不增不減"

그러나 바른 해석은 붓다의 심리상담에 토대를 둔다. 그 토대는 차제설법(次第說法)의 특징에서 드러난다. 붓다는 처음에는 시론(施論), 계론(戒論), 생천론(生天論)의 삼론(三論)을 설하고, 그 다음에는 모든 욕망의 재난과 이욕(離欲)의 공덕을 설하고, 마지막으로 붓다의 고유한 교설로서 사성제와 팔정도를 설한다.[24]

시론(施論)은 가난한 자와 수행자들에게 보시하고, 자선 행위를 하는 상담을 말하고, 계론(戒論)은 살생하지 않고, 훔치지 않고, 거짓말하지 않고, 간음하지 않고, 음주하지 않는다는 오계실천과 도덕문제에 관한 상담이다. 생천론(生天論)은 보시와 계율, 도덕 등의 선한 일을 실천하면, 그 결과 사후에 반드시 하늘나라에 태어나 행복하게 살 수 있다는 내용의 상담을 말한다. 붓다는 인과업보를 잘 알지 못하는 사람들을 상담하며 이 삼론(三論)을 통해 삼세인과 도리를 제시하였다.

그렇다면 이러한 상담의 요소에서, 우리는 계율에 비추어 보면서 상담자의 행동에 주의를 기울이거나, 내면의 반성을 이루는 효과를 발견할 수 있다. 삼론 다음에 이루어지는 내용으로는 욕망의 재난과 이욕의 공덕을 언급한다. 이는 보다 깊은 심리체험으로 인도하기 위한 것임을 알 수 있다. 따라서 심리상담의 차원에서 붓다의 태도는 계율이라는 거울에 비추어 자신을 되돌아보게 함으로 평정심을 회복시킨 다음, 붓다의 고유한 신념체계로 인도하였다는 것을 알 수 있다.

붓다의 상담에는 고요함이 수반된다. 마음을 응시할 때, 고요한 시간이 매우 중요하기 때문이다. 붓다의 상담은 명상으로 인도한다. 명상이라고 하면 좌선을 떠올리게 하지만, 눈을 감고 조용히 반추하는 시간일 수도 있고, 화두참선처럼 일이관지(一以貫之) 하는 시간으로 연결될 수도 있다. 붓다의 심리상담은 '마치 어머니가 외아들을 목숨을 걸고서라도 지키려 하듯이, 그렇게 살아 있는 모든 것에 무량한 자애심을 일으키는 것'으로 이해할 수 있다.[25] 아름다운 마음을 향함이다.

그러므로 대승경전이라고 하더라도 아함의 교설위에 있고, 아함의 교설도 붓다의 심리상담에 근거한다. 붓다의 심리상담은 중생들을 점진적으로 성숙시켜 가서 마침내 깨달음을 얻게 하는 방편채택에 그 요체가 드러난다. 대승불교를 소승불교와 구별하지만, 붓다의 심리상담에 비추어본다면, 상통하는 내용이다.

특히 개별교설은 내담자의 절문은 생략되고 붓다가 한 개인에게 일방적으로 가르침을 베푸는 방식이다. 붓다의 이러한 교설방법은 '묻지 않는데 스스로 설했다.'고 하여 '무문자설(無問者說)'이라고도 하며, 십이부경의 한 형태로 자라 잡고 있는 전통적 교설 방법으로 특징을 보여준다. 설법의 대상이 한 사람일 때에는 '개별교설'이라고 명명(命名)하고, 여러 사람일 경우에는 '대중교설'로 구분한다.

---

24) 안도 오사무, 인경·이필원 옮김, 『심리치료와 불교』 (서울: 불광출판사, 2010.), p.51.
25) 위의 책, p.59.

대중을 위한 불타의 교설을 듣는 사람과 교설을 하는 사람이 서로 문답을 주고받으면서 진행되는 경우가 나타나는 데, 『장아함경』의 총 30경 가운데 5경에서 대중 문답의 형식이 나타나 있다. 붓다와 설법 청중 간에 질의 · 응답이 활발하게 오고가는 상당히 역동적인 분위기가 연출된다. 『장아함경』에서 대중상담이 이루어지는 형태를 분석하면 이와 같다.[26]

먼저 대중이 먼저 의문 나는 어떤 문제를 서로 의논하여 해결하려 하다가 결국 그 대답을 듣기위해 전체대중이 불타에게 질문하면 그에 맞추어 응답하고 교설하는 경우이다. 집단상담은 '생활과정상의 문제를 해결하고 더욱 바람직한 성장발달을 위하여 전문적으로 훈련된 상담자의 지도와 동료들과의 역동적 상호교류를 통해 각자의 감정 · 태도 · 생각 및 행동양식 등을 탐색, 이해하고 더욱 성숙된 수준으로 향상시키는 과정'을 말한다. 집단 상담에서 상담집단 방법으로 사용되는 '집단'의 개념은 흔히 쓰이는 '집단'이라는 의미와 다르다. 즉, 집단 상담에서의 '집단'은 개인들의 집합체로서의 일반적인 의미와는 달리, 상호작용을 통해 변화를 추구하는 역동적인 집단이 되는 것을 의미한다.

그리고 붓다의 상담방법에는 '사자상승(師資相承); "스승으로부터 제자에게 차례로 계속해서 법을 전승하는 것)'의 형태가 이루어지는 특징을 발견할 수 있다. 사자상승은 붓다의 제자인 비구들이 일반 신도나 외도를 대상으로 설법한 뒤에 제대로 했는지를 붓다에게 묻고 답하는 과정에 흔히 나타난다. 이러한 '사자상승(師資相承)은 일종의 의미요법에 해당한다. 의미요법(logotheraphy)은 현대의 프랭클이 정리한 것으로 의미(意味)를 통한 치유를 말한다. 의미요법은 인간 삶의 의미에서 그 중심에 영성적 문제 상황을 제기하면서 의미중심을 치유를 하는 방법이다. 정신적으로 건강한 사람들 역시 의미의 자각을 통하여 도움을 받게 되는 상담활동이다. 혼돈에서 조화를 찾고, 무의미 속에서 의미를 회복함을 말한다.

의미요법은 영성회복으로, 무의미에서 의미를 발견하고, 염세주의에서 낙천주의를 자각하는 것이다.[27]붓다의 심리상담은 '고통의 부재에 있는 것이 아니라 웰빙의 현존에 있다.'[28] 전통 심리학자들은 인간의 심리변화와 이에 따른 문제들을 인간의 욕구와 욕구 좌절의 기제로서 설명하였다. 이를테면, 프로이트(Freud)는 욕구를 "쾌락을 지향하는 의지(will to Pleasure)", 아들러(A, Adler)는 인간의 기본 욕구를 "권력에의 의지(will to power)"로서 설명한다.

---

26) 이정우, 앞의 책, pp. 733-735.

27) Joseph B. Fabry, *The Pursuit of Meaning: Logotherapy Applied to Life*, Preface by Victor E. Frankle, Beacon, 1968, p. 36.

28) 마크 엡스타인 지음 전현수 · 김성철 역, 『붓다의 심리학』, 서울: 학지사, 2006. p.284.

그러나 욕구만으로 인간의 상황을 설명하는 데는 무리가 따른다. 프랭클은 의미요법을 통해서 쾌락과 권력에의 의지와 구별되는 '의미 있는 삶에 대한 의지'라는 새로운 개념을 제시한다. 프랭클에 따르면, '쾌락'은 인간 노력의 목표가 아니라 이러한 노력이 충족될 때 생기는 부산물이다. 또한 '권력'도 목적이 아니라 목적을 이루는 수단이 된다. 따라서 '쾌락원리'를 표방하는 프로이트학파는 부차적 효과를 주목적으로 오해하였고, '권력에의 의지'를 표방한 아들러학파는 수단을 목적으로 잘못 이해한 것으로 비판하였다.[29]

프랭클은 '자기실현(self-actualization)'의 개념은 동기이론을 설명하기 위한 개념으로는 필요충분하지 않다고 보았다. 자기실현이 정당한 근거를 가지려면 자기의 본체나 본질이 상정되므로, 자기의 질적 변화나 변용에 대해서 설명하기는 어려울 것이다. 자기실현은 단순히 심리성장의 은유로서 사용될 수는 있지만, 자기를 설명하려면 관념표상에 의지할 수밖에 없다. 의미요법의 초월과정은 존재이상으로의 초월을 요구하는 관점에서 '의지의 자유(freedom of will)', '의미에의 의지(will to meaning)', '삶의 의미(meaning of life)'라는 연쇄과정으로 설명하는 것이 바람직할 것이다. 인간은 상황을 초월하는 능력으로서 자기 자신을 초월하는 의지의 자유를 갖는다. 또한 의지는 자기 자신에게 주어진 상황에 의미를 부여한다. 이러한 의미는 실존적 삶의 본질적 물음에 직면할 때 요구되는 것이다.

이와 같이 '자기실현' 개념의 한계를 극복하기 위한 것이 자기초월이다. 의미치료는 실천적이고 치료적인 성향을 드러낸다. 따라서 심리분석 차원을 넘어서서 의미를 통한 실존적 처방이 된다. 과거의 심층심리보다 깨달음에 토대를 둔 '고층심리(height-psychology)'가 요청된다. 인간은 세계를 향해 자신을 초월하며 자신을 넘어선 당위를 향해 초월한다. 인간실존의 초월적 본질의 근거는 '무의식적 영성(unconscious spirituality)'에 해당한다.

프랭클은 무의식을 충동적인 것만이 아니라 영성이 함께 포함되어 있는 것으로 간주하면서 무의식을 영성 무의식과 충동적인 무의식으로 구분한다.[30] 영성 무의식의 직관요소는 양심·사랑·예술로 나타난다. 충동은 육체와 정신의 차원에 속하는 것이고 영성은 실존의 본질이다. 프랭클은 실존이 영성을 축으로 하여 육체와 정신을 통합하여 인간의 통일성과 전체성을 이룬다고 보았다.[31]

---

29) Viktor E. Frankl. *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*, N. Y.: New American Library, 1969, p.vii.

30) Viktor E. Frankl, *The Unconscious God: Psychotherapy and Theology*, N.Y.: Simon and Schuster, 1975, p.30.

31) 위의 책, p.31.

인간의 초월은 단순히 현재고통이나, 불안에서 벗어나려는 소극적 초월이 아니라, 인간의 실존이 영성을 통해서 육체와 정신의 통합을 이루는 통일성을 이루는 점에서 '영성 통일성'을 향한 적극적 초월이 중요하다. 인간의 영성에 대한 신뢰에서 출발한다는 점에서 의미치료는 실존이 놓인 한계상황의 초월이라는 특징을 보여준다. 붓다의 상담치료는 적극적 실천의지를 강조하는 점에서 프랑클이 강조하는 의미치료와 상통한다. 붓다는 상수(上首) 비구들이 후배 비구들을 대상으로 설법한 것에 대해 적극적으로 평가를 하거나 조언, 또는 격려를 해주며 제자가 설한 내용에 붓다 자신의 교설과 같은 의미를 부여해줌으로 인가를 해준다.

여기서 외도나 후배 수행자들은 '내담자'가 되는 것이고, 붓다를 대신하는 상담자, 비구 또는 비구니는 사자상승의 상담자가 되는 것이다. 붓다는 이들의 상담활동에 대해 평가와 조언을 하는 사자상승을 통해 의미치료를 다양한 형태로 실시하게 된다. 법구경에서는 다양한 형태의 의미치료를 행하는 것을 확인할 수 있고, 아함경에서도 '수련생'이 붓다의 조언이나 가르침을 받고자 스스로 찾아오는 경우도 있고, 붓다 '수련생'의 상담내용이나 수련 자세를 옆에서 지켜보고 사자상승을 해주는 경우도 나타난다. 그 밖의 경우는 '수련생'의 상담내용을 전해 듣고 사자상승을 해주는 경우도 나타난다.

이처럼 내담자 마음의 변화 정도를 살펴보고, 붓다가 '수련생'에게 조언을 해주거나 '수련생'의 성숙정도를 판단하여 사자상승을 점검하는 특징을 보여주기도 한다. 붓다의 상담은 의미치료의 특징을 보여준다. 무아를 향한 자기의 초월은 의미치료를 통하여 의지의 자유와 책임을 수반하는 실존적 결단과 확신을 요청한다. 현실의 고통은 회피하거나 부인함으로써 사라지는 것이 아니라, 고통 그 자체의 의미를 온 몸으로 받아들일 때 극복될 수 있다. 삶의 고통은 고통 특유의 의미를 발견하는 순간, 고통이기를 그친다.

여기서 인간은 모든 것을 의미로 승화시킬 수 있는 자유와 책임의 존재라고 말할 수 있으며, 붓다의 상담방법은 자신에게 놓인 고난과 괴로움의 의미를 직시하여 초월적 자아, 무아를 경험하는 상담원리라고 할 것이다. 인간의 탄생 자체가 고통임을 인정하고 모든 것이 연기(緣起)관계로 인하여 파생된, 유기체임을 자각한다면, 더 이상 고립된 자아가 갖는 불안과 좌절에 방치되지 않게 된다. 따라서 인간이 의미를 상실하여 허탈과 무기력해지고 마음이 진공상태에 빠졌다고 하더라도, 붓다의 심리상담을 통해 연기(緣起)를 자각하고 '사중활득'(死中活得)함으로, '진공묘유(眞空妙有)'의 중도를 '지금 여기'에서 여실하게 살려내게 된다.

V. 맺음말

『법구경』과 『아함경』은 대화들을 엮은 경전의 모음으로써 붓다의 생생한 음성이 담겨있다. 불교의 아함경계통에서 『장아함경』은 현대사회의 상담학을 연구하는데 없어서는 안 될 귀중한 자료로 확인할 수 있다. 『장아함경』에 수록된 30개의 경은 상담사례를 통하여 충분히 검토 할 수 있는 형태의 대화들로 구성되어 있다. 세존과 내담자인 제자, 외도 등과 1대 1로 문답을 주고받으며 문제를 해결하는 과정인 '개별문답'에서부터 소중한 상담사례를 살펴볼 수 있다.

붓다가 대중들과 격의 없는 문답을 주고받는 '대중문답', 몇 몇 사람들이 모여 집단 적인 대화를 통해서 역동적으로 성장해가는 '집단상담', 자선을 대신하여 아끼는 제자가 대중들에게 설법하는 것을 직접 지켜보고 조언해주고 인가하는 '사자상승'의 경우까지 매우 다양하게 나타나 있다. 그러므로 초기의 『아함경』은 '상담의 보고(寶庫)'에 해당한다. 붓다는 대중을 만나는 상담시간을 정해 놓고 하거나 때를 가라지 않았으며 어떤 일정한 형식이나 의식이 필요한 것이 아니었다. 새벽이나 한밤중, 걸식을 하면서도 심지어는 임종하기 바로 전 지진 몸을 이끌고도 내담자를 맞이하여 상담을 해 주었다.

붓다의 건강을 염려한 재자들이 내담자를 제지할 경우 도리어 제자들을 꾸짖게 된다. 상담자, 붓다는 중생들을 상담하고 제도하면서 크게 두 가지 방법을 사용하였다. 그 하나는 '위의교화(威儀敎化)'이며, 다른 하나는 '상담교화(相談敎化)'형식의 '설법교화(說法敎化)'이다. 현대의 상담심리에서 '상담교화(相談敎化)'에 치중하지만 붓다는 제자들을 지도하고 사자전승을 시키면서 '설법교화(說法敎化)' 못지않게 '위의교화(威儀敎化)'의 방법을 강조한다. 오히려 '위의교화(威儀敎化)'에 무게를 두었다고 할 수 있다. 왜냐하면 '위의를 갖춤'은 '스스로 마음을 다잡는', '마음 챙김'을 선행시키는데, 스스로 마음을 다잡는 '마음 챙김'이 붓다가 강조하는 수행자의 기본자세이기 때문이다.

그리고 붓다는 32상호를 구비하여 당시 세상 사람들에게 상담자의 자질을 스스로 구족하였다. 이에 비추어 본다면, 현대인의 심리상담도 위의와 자질을 구족하고, 환희와 신뢰를 갖고서 상담에 임하는 지를 검토해야 할 것이다. 붓다의 '위의교화(威顧敎化)'의 사례들은 '상담교화'의 기술적인 측면에서 뿐만 아니라 발달한 상담사례와 종교교육 측면에서 큰 과제를 제시해주는 좋은 교훈에 해당한다. 붓다의 심리상담은 내담자가 인간의 본성에 내재되어 있는 불성(佛性)을 일깨워 스스로 '영성세계에 대한 자각'을 갖추어 성장하도록 돕는 데 있다고 할 것이다.

이처럼 붓다의 심리상담의 요체는 인간의 마음이 부처의 마음과 상통하는 것을 깨닫게 하고자, 반응하는 자기와 마음 자체의 동일시 습관에서 벗어나도록 마음을 주시(注視)하는 데 관건이 있다. 그래서 붓다의 심리상담의 의도를 오늘에 살려 현대의 상술상담을 변화시켜 심리상담의 품격을 올릴 필요가 있다.

그러므로 법구경 과 아함경 에서 나타난 붓다의 '대기설법'의 자세를 현대의 종교교육에서 다시 한 번 상기시킬 필요가 있다. 붓다는 일반중생들이 속세의 구체적 사례에 매몰되어 헤맬 때, 그들의 눈높이인 근기(根機)에 맞춰 방편(方便)을 설함에 있어 결코 주저하지 않았다. 이러한 방편이 차제설법의 발원에 의거하여 인간의 심리세계를 분석하고 깨달음으로 이끄는 새 길을 공공으로 제시한다.

이처럼 붓다의 심리상담은 내담자가 가진 생활 속의 단편적인 문제해결에만 그치는 것이 아니라, 내담자가 마음의 힘을 되찾고 심리안정을 유지하면 인생의 근본적인 문제로 심도 있게 접근할 수 가능성을 드러냄이다. 현대인이 더 이상 독화살을 맞고 비틀거리지 않도록, 붓다의 심리상담 기법을 오늘에 살린다면 맥락 화용을 통하여 심리치료의 새로운 가능성을 열어갈 수 있을 것이다.

주제어: 붓다의 상담, 법구경, 장아함경, 대화, 초월, 의미치료

원고접수일: 2011년 4월 28일
심사완료일: 2011년 5월 23일
게재확정일: 2011년 6월 1일

참고문헌

法句經』

雜阿含經』

『長阿含經』

권경희, 『붓다의 상담』, 안성: 도피안사, 2002.

김월운, 『장아함경 1, 2』, 서울: 동국역경원, 2006.

김용환, 『세계윤리교육』, 청주: 도서출판개신, 2009.

마크 엡스타인 지음 전현수·김성철 역, 『붓다의 심리학』, 서울: 학지사, 2006.

박태원, 「원효와 의상의 통합사상」 『철학논총』 28, 2002.

방기연, 『불교상담』, 서울: 조계종출판사, 2000.

법정 옮김, 『법구경, 진리의 말씀』, 서울: 이레, 2010.

_____, 『숫타니파타 , 서울 : 이레, 1999.

송진현, 「공에서 중도: 화쟁으로서의 변증적 사유 방식」 『백련불교논집』 10, 2000.

안도 오사무, 인경·이필원 옮김, 『심리치료와 불교』 불광출판사, 2010.

안옥선, 「불교의 인권: 성립, 옹호, 실현」 『용봉논총』 30, 2001.

연기영, 「불교와 인권」 (한상진 편, 『현대사회와 인권』, 서울, 나남출판, 1998.

오형근, 『불교의 영혼과 윤회관』, 서울, 대승, 2005.

서광, 『불교 상담 심리학』, 서울, 불광출판부, 1997.

정태혁 옮김, 『법구경, 인연담』, 서울, 정신세계사, 2007.

후지타 기요시, 김용택, 『카운슬링 불교』, 서울: 시공사, 1996.

Joseph B. Fabry, *The Pursuit of Meaning: Logotherapy Applied to Life*, Beacon, 1968.

S. N. Goenka, *The Art of Living*, William Hart, Vipassana Research Institute, 2008.

Viktor E. Frankl. *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*, N.Y.: New American Library, 1969.

_____, The Unconscious God: Psychotherapy and Theology, N.Y.: Simon and Schuster, 1975.

Abstract

A Study on the Buddha's psychological counseling

Kim, Yong Hwan (Chungbuk National University)

The Buddha's psychological counseling has made a great achievement in the sector of psychological therapy for the restoration of human nature. This is the reason how important the Buddhist counseling is as a way to help the sentient beings attain their enlightenment by overcoming their psychological problems.

The Dhammapāda and Dirghagama-sutra are full of good examples of dialogues and counsels, which could be called the treasury of Buddha's illustrious dialogues and counsels. It contains many good examples of so called Buddha's discourse according to the capability of the sentient beings. The counseling dialogues exchanged in the Dhammapāda and Dirghagama-sutra are the indispensible useful text for the study of psychological counseling.

Most of the thirty scriptures of the Dirghagama-sutra are organized in the form comparable to the aspects of the dialogue of the modern psychological counseling. They range from individual counseling to group and collective counseling, and then even to the super vision. The ultimate end of Buddha's counseling was to help them attain enlightenment and realize their innate Buddha nature.

Buddha never hesitated in his employment of artful liberative technique in his deliverance of discourse or exchanging the dialogue according to the faculty and capability of the audience. It was graded dialogue which will lead the sentient beings to understand his teaching enlightenment.

Thus the Buddhist way of psychological counseling is worthwhile in view of not just solving the problems of the daily life of the people but also attaining ultimate enlightenment.

Self-transcendence in the Buddha's psychological counseling is escaping from existential limits as loss of meaning in the context of logotherapy. It has contributed to the fundamental ideas of logotherapy such as Freedom of will, Will to Meaning, and the Meaning of Life in the context of Viktor E. Frankl. The logotherapy can be found in the Buddha's psychological counseling.

Key words : Buddha's counseling, Dhammapāda, Dirghagama-sutra, dialogue, transcendence, logotherapy