

지 상 중 계

보현도량 안성 도피안사 구국구세대법회 <10·골>

가정의 가치 불교에 묻는다

- 일시 : 불기 2549년 7월 3일
- 강사 : 최훈동 원장(한별정신병원)
- 주제 : 바람직한 부부, 바람직한 가정
- 법회 동영상 서비스 buddhanews.com

‘폭력을 평화로’ ... 나와 가정부터 실천해야

가족의 가치를 되새기고 가족 해체에 대한 불교적 대안을 모색하기 위한 ‘제1차 보현도량 도피안사 구국구세법회’가 7월 3일 최훈동 원장(한별정신병원·서울대초빙교수)의 강연 ‘바람직한 부부 바람직한 가정’을 끝으로 회향했다.

안성 도솔산 도피안사(주지 송암)와 현대불교신문사(사장 김광삼)가 공동주최한 이번 구국구세법회는 5월 1일 미산 스님(중앙승가대 교수)을 시작으로 서명원 서강대 교수, 조희금 대구대 교수, 옥선화 서울대 교수, 정현숙 상명대 교수 등이 강사로 참여, 10회에 걸쳐 진행했다.

마지막 강사로 나선 최훈동 원장은 부처님의 자기성찰 가르침을 통해 가정의 평화를 어떻게 이룰 수 있는가에 대해 강연했다. 최 원장은 “구국구세의 본질은 폭력적인 세상을 평화로운 곳으로 바꾸는 것”이라며, 이는 나와 가정이 평화로움을 찾기 위한 노력으로부터 가능하다고 강조했다. 특히 최 원장은 정신의학자 관점과 부처님의 가르침을 알기 쉽게 설명하며, 가정생활의 지혜를 전달해 큰 호응을 받았다.

# 평화롭지 못한 원인은 폭력

구국구세라는 관점에서 가정이 중요한 까닭은 가정이야말로 인간이 사회적 존재로 나아가는 첫 출발점이기 때문이다. 온갖 사회문제가 나로부터 비롯되고 가정으로부터 비롯되기 때문에 가정은 중요하다. 가정이 따뜻한 사랑과 신뢰를 형성하는 교육장이 돼야 하는 이유가 여기에 있다.

최 원장은 사회와 가정의 평화를 저해하는 가장 큰 요인을 ‘폭력’이라고 본다. 폭력은 성폭력, 학교폭력부터 사회폭력, 정치폭력, 사이버 폭력까지 다양하게 나타난다. 폭력을 가는데 좀더 근원적으로 문제되는 것은 가정 내에서 일어나는 폭력이다.

배우자와 자녀에 대해 이뤄지는 가정폭력은 피해자 개인의 상처를 그치지 않고 사회 전반에 두루 영향을 미친다는 점에서 마치 독소와도 같다. 부모로부터 폭력의 피해를 입은 아이들은 신경성 질환이나 정신질환을 앓기도 하고, 급기야는 각종 범죄와 사회병리의 원인이 되기도 한다.

이 같은 견지에서 “구국구세란 결국 이 같은 폭력적인 사회를 평화롭게 바꾸는 데 있으며, 그 출발점은 나와 가정”이라는 것이 최 원장의 주장이다.

그렇다면 사회와 국가, 나아가 온 세계의 출발점인 나와 가정의 평화는 어떻게 가능할까. 최 원장은 무아의 가르침에서 답을 구할 수 있다고 말한다. 우리가 ‘나’라고 믿는 것은 실제적인 것이 아니며, 오순에 불과하다는 사실을 말해주는 무아의

가르침은 ‘나’와 ‘나의 것’이라는 그릇된 신념으로부터 파생된 번뇌를 제거해준다. 또 폭력의 원인이 되는, 돈을 빼앗고자 하는 욕망이나 타인을 자신에게 순종시키고자 하는 욕망 등도 나에 대한 잘못된 견해에서 비롯되는 것임을 알게 한다. 이 점에서 자기성찰은 폭력에 대한 해결책이 될 수 있다.

# ‘나’를 비우고 대화를

최 원장에 따르면 정신의학자 관점에서 볼 때 유능한 상담치료자란 자신의 의견을 말하기보다는, 상대방의 의견을 많이 경청하는 사람이다. 상담치료자가 ‘나’를 앞세우면 내담자의 마음은 닫히고, 입도 닫히게 된다는 것. 이 같은 원리는 가족 내에서도 동일하게 적용된다. 최 원장은 “나를 내세우고 너를 분리하면 분노와 좌절·무시 등 온갖 괴로움이 생겨나며, 자신을 고집하면 할수록 자신에게 잘못이 없다는 ‘부정’과 남의 탓으로 돌리는 ‘투사’가 일어나게 돼 대화의 단절을 야기하고, 나와 너를 고립시키게 된다”고 말했다.

무아의 체험은, 나를 내세우고 나의 욕망과 신념을 가족에 강요하는 것이 아니라 가족을 있는 그대로 수용하고 존중하는 마음을 갖게 하기 때문에, 가족 간의 진정한 대화를 가능하게 한다.

가족간의 관계가 원활해지려면 상대방의 말을 진지하게 경청함과 동시에, 좋은 일에 대해 칭찬하는 자세도 필요하다. 또

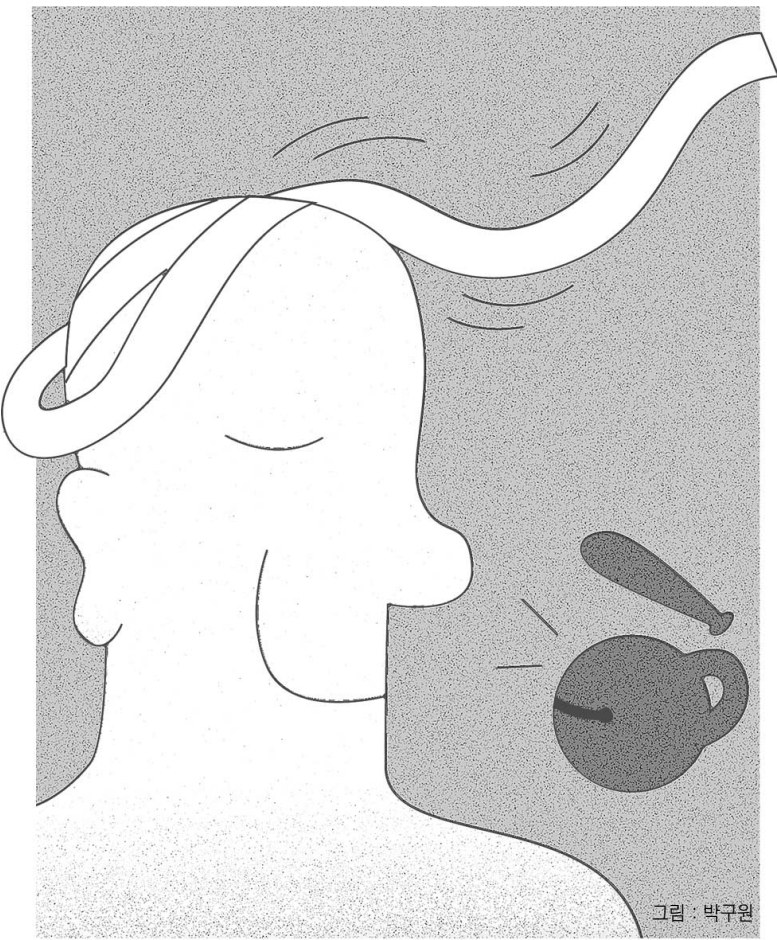


그림 : 박구원

상대방에게 긍정적인 방식으로 표현하는 애어(愛語)도 좋은 요령이라 할 수 있다. 최 원장은 고트만 박사의 5:1법칙을 언급하며 “5번의 칭찬과 격려 뒤에 한번 문제점을 지적하는 것이 효과적인 교육방법”이라고 말했다. 끊임없는 지적과 훈계는 잔소리나 간섭으로 받아들여져 아이를 위축시키고, 심하면 피해의식을 유발해 정상적인 생활을 영위하기 어렵게 하기 때문이다.

이어 최 원장은 “육구의 적절한 좌절과 적절한 충족의 조화가 건강한 자아의 힘을 키워준다”며 “자녀의 동기를 얼마나 유발할 것이며, 육구는 얼마나 좌절시킬 것인지 현명하게 판단해야 한다”고 조언했다.

여기서 중요한 점은 이 같은 해결책의 중심에는 ‘무아’에 대한 인식이 있어야 한다는 점이다. 최 원장은 가족과 이웃의 안

녕과 행복을 위한 자애(慈), 고통 받는 가족에 대한 연민(憐), 가족의 기쁨을 함께 기뻐하는 마음(喜), 칭찬에도 비난에도 흔들리지 않는 평정심(靜)의 사무량심을 무아의 구체적 모습으로 설명하며, “나를 비운 이는 상대방의 아픔과 상대의 기쁨, 상대의 칭찬과 비난, 분노까지도 차별없이 수용할 수 있다”고 말했다.

# 무아에 이르는 자기성찰법-정념

그럼 이 같은 무아에 대한 인식에 도달하는 자기성찰은 어떻게 가능할까. 최 원장은 팔정도 가운데 ‘정념(正念)’을 해법으로 제시한다. 정념이란 지금 이 순간 자기 자신을 관찰하고, 내 안에서 무엇이 일어나는지 알아차리는 명상을 뜻한다. 석가모니 부처님 또한 열반에 들기 전 “정념수행이 깨달

■ 불교와 정신치료

‘무아’ 가르침은 정신치료 원리

신경정신과 교수며 정신병원장인 최훈동 원장은 강연 도중 몇 차례 불교와 현대정신의학을 견주어 흥미를 더했다. 최 원장은 불교와 정신치료의 공통해결 방법이 비슷하다는 점에 주목했다. 불교에서의 무아의 가르침은 우리가 미처 알아차리지 못하고 있는 부분을 통찰해낸다는 점에서 정신치료의 원리와 동일하다.

이와관련, 최 원장은 “무아의 체험은 특정 견해나 관점에 입각하지 않고, ‘있는 그대로’ 사물을 바라볼 수 있는 관점을 제공한다”는 점에서, 정신적 투사나 왜곡 없이 사물(사람)을 바라보는 성숙한 인격 회복을 목표로 하는 정신치료와 크게 다르지 않다고 설명했다.

또 관계성과 관련 “정신의학은 인간을 생물학적-정신적-사회적 존재로 정의하며, 인간의 신체를 이루는 수조개의 세포들조차도 그물망처럼 상호연

결된 방대한 네트워크를 이루고 있다는 사실이 밝혀졌다”며 “인간을 연기적인 관계 속에 놓여 있는 존재로 이해하는 2600여년 전 불교의 가르침과 현대과학의 성과가 일치하고 있다”고 말했다.

정념에 대해서는 “현재의 자기 마음을 포착할 수 있다는 점에서 정념은 현대 정신치료와 원리가 동일하지만, 현대 정신치료에는 깊은 집중 상태인 ‘선정’이 없다”며 “부처님의 선법은 깊이를 헤아리기 어렵다”고 찬탄했다.

정신치료학과 관련된 언급도 있었다. 최 원장은 상담의 기본이 경청이라고 설명하며, “관세음보살이야말로 가장 훌륭한 상담자”라고 평가했다. 그러면서 “서로 마음을 터놓고 상담하는 것 또한 큰 효과를 낼 수 있으므로 법당에서의 기도와 더불어 전문가와의 상담이 병행될 수 있으면 좋을 것”이라고 밝혔다.

■ 최훈동 원장은

한별정신병원 원장 겸 한별심리연구소장이며, 서울대의대 신경정신과 초빙교수, 이화대의대 외래교수, 서울 가정법원 상담위원 등을 맡고 있다.

저서로 <마음이 이끈 사람들에게> <마음의 문을 열어주는 정신의학 이야기>, 논문에 <불교의 유식사상과 심층심리치료와 비교고찰> <불교 무아사상의 정신치료적 의미> 등이 있다.



박익순 기자 info@buddhapia.com

10차례의 구국구세대법회 동영상 buddhanews.com에서 보실수 있습니다

나는 누구인가? 나는 왜 여기 있는가? 나는 어디로 가고 있는가?

한국의 에드그 케이스 박진여씨의 놀라운 최면 투시 능력

충격적인 카르마의 보고서 [전생을 읽는 여자]

이 책속에 당신이 전생에 지어 놓은 업의 비밀이 숨겨져 있다.

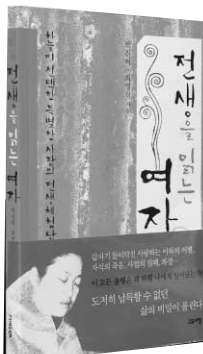
갑자기 들이닥친 사랑하는 사람과의 이별, 불치병, 자식의 죽음, 자살, 사업의 실패, 좌절... 이 모든 불행이 왜 하필 나에게 일어났는가? 도저히 납득할 수 없었던 삶의 비밀이 풀린다.

동방피동명성연구소 02)2198-5789 / 051) 817-6156



그리고 운회, 카르마로 대표되는 영혼의 세계를 무속신앙이 아닌 정신과학적이고 종교, 철학적 관점에서 소개하여 우리 스스로가 모르고 있던 삶의 심오한 의미와 가치를 절로 깨우치게 한다.

전생을 읽는 여자는 자신뿐 아니라 다른 사람의 전생을 읽어내는 능력을 지닌 박진여씨가 자기최면투시의 상태에서 다른 사람의 영적인 상태를 점검하여 그 사람들이 도움을 청하는 부분을 리딩해 주었던 사례별 이야기 모음집이다. 이 책에서는 오늘을 살아가는 많은 사람들이 경험하는 좌절과 절망과 불행의 고통이 어디에서 시작되었으며 왜 나에게 일어나는가에 대해서 그 원인과 해결법을 제시하고 있다.



고요아침 값 8,000원 \* 전국 서점에 있습니다.

인간의 삶은 인과율의 법칙에 의해 펼쳐지고 그 인과율을 인수분해 하면 사주팔자라는 답이 나온다.

사주팔자는 그 사람의 전생의 성적표이고, 그 성적표를 읽어낼 수만 있으면 사람들이 살아가면서 경험하는 길흉화복과 흥망성쇠에 대한 해답을 얻을 수 있고 또한 해결할 수 있다.

리딩과목

- 하필이면 내가 이런 병에 걸렸을까? • 어떻게 하면 병이 나을 수 있을까?
- 조상묘(음택)를 어디다 쓸까? • 사찰의 운명이 어려운 이유가 뭘까?
- 가족과 전생의 인연은 무엇이었을까? • 재운을 따르게 하는 방법이 있을까?
- 미래의 진로를 어떻게 선택해야할까? • 공부가 안되는 이유는 뭘까?
- 동업자와의 인연은 무엇이며 사업을 원만히 성취할 수 있을까?
- 결혼 할 사람과의 전생 인연은 무엇일까?
- 사업을 번창하게 하려면 어떻게 해야될까?