



수행의 길잡이 선가귀감

<69> 죄가 있으면 참회하라

‘을 살바 못자 모지 사다야 사바하’ 이 진언은 집에 다니는 사람이라면 귀에 많이 익은 것으로서 불자들이 아침 저녁으로 독송하는 <천수경>에도 나오는 참회진언이다. 어리석은 중생들은 제가 지금 지은 허물도 돌아보지 않고 합리화 시키려 애쓰는데 마음 뒤는 사람들이 이렇게 진언을 외워가며 과거에 지은 죄업, 알게 모르거나 지은 죄업까지 모두 참회한다. 참회를 통해 자신의 허물을 부끄러워하고 뉘우친다는 것은, 무엇보다도 스스로에게 다니는 똑같은 잘못을 저지르지 않겠다는 굳은 다짐이다. 이러한 참회가 있으므로 수행자들은 흔들림 없이 도를 향해 나아갈 수 있다. <선가귀감> 69장에서 말한다.

有罪即懺悔 發業即慚愧 有丈夫氣象 又改過自新 罪隨心滅

죄가 있으면 참회하고 잘못된 일이면 부끄러워하는 곳에 대장부의 기상이 있다. 또 허물을 고쳐 저절로 마음이 새로워지면 죄업이 그 마음 따라 없어질 것이다.

잘못 삶으로써 허물이 드러날 때 스스로 부끄러움을 아는 것을 참회(懺悔)라 하고 자신의 허물을 부끄러게 알고 고쳐서 다시 잘못을 저지르지 않겠다고 다짐하는 것을 참회(懺悔)라 한다. 육조 스님은 참회에 대하여 <육조단경>에서 말한다.

“무엇을 참(懺)이라 하고, 무엇을 회(悔)라고 하는가? 참(懺)이란 과거의 잘못을 뉘우쳐서 예전에 지은 나쁜 짓인

어리석음, 교만, 속임수, 시기, 질투한 죄들을 모두 뉘우쳐서 다니는 영원히 일어나지 않게 하는 것이다. 회(悔)란 뒷날 생길 허물을 생가지 않게 하려고 미리 다짐하는 것이다. 이제부터 지을 나쁜 모든 짓인 어리석음, 교만, 속임수, 시기, 질투하는 죄들을 지금 깨달아 영원히 모두 없애버림으로써 다니는 그런 일을 하지 않겠다고 하는 것, 이를 회(悔)라고 한다. 참(懺)과 회(悔)이 둘을 합쳤기 때문에 참회라고 부른다.”

참회는 죄의 자성(自性)이 공(空)임을 깨달아 참회하는 ‘이참(理懺)’이 있고

죄업 벗어나려면 죄 가져온 중생의 마음 버려야 욕망 걷어내어 허물 짓지 않는 것이 올바른 참회

집을 하며 몸으로 뉘우치는 ‘사참(事懺)’이 있다. ‘이참’은 실상(實相)의 이치를 관하여 허물을 뉘우치고 마음을 바로 잡는 참회이다. 죄란 비난 받을 만한 나쁜 행동이지만 그것도 알고 보면 본디 자성이 없다. 중생의 죄업은 옳고 그름을 따지는 마음에서 부질없이 일어나기 때문이다. 따라서 죄업으로부터 벗어나려면 먼저 그 죄를 가져오는 중생의 마음을 버려야 한다. 옳고 그름을 따져서 시비하는 분별심이 사라질 때, 분별심이 없어지는 것에 따라 중생의 죄도 함께 없어진다. 죄도 없어지고 분별하는 마음도 사라질 때, 그 자리가 바로 모든 법에 실체가 없다는 공성(空性)이다. ‘나는 나쁘다, 이것은 죄이다’라고 생각하는 주체로서 마음이 사라지

니, 이 마음의 대상이 되는 객체로서 죄도 함께 사라지는 것이다. 주객이 함께 사라지는 경지를 터득해야 진짜 참회를 한 대장부이다. 이참의 뜻을 잘 설명한 계승을 보자.

죄무자성종심기(罪無自性從心起) 심약멸시죄역망(心若滅時罪亦亡) 죄망심멸양공(罪亡心滅兩俱空) 시즉명위진참회(是則名爲眞懺悔) 죄라 함은 중생의 마음을 따라서 일어나는 것 중생의 마음이 사라질 때 그 마음을 따라서 생긴 죄도 없어지니 죄도 사라지고 마음도 없어진 자리에 텅 빈 중단이 가득하면 이를 일러 진짜 참회라고 하니 다니는 허물이 있지를 알네.

‘사참’은 예불(禮佛)이나 송경(誦經)과 같은 신구의 삼업을 행위시켜 하는 참회이다. 참회를 할 때는 먼저 내가 몸과 입과 뜻으로 지어온 온갖 나쁜 업들이 모두 오래전 세월부터 길들여져 온

만 참회하는 것이 아니라 과거생에 지은 죄업까지 모두 참회하는 것이다. 사참의 뜻을 잘 설명한 계승을 보자.

아석소조죄악업(我昔所造罪惡業) 게유무시탐진치(皆由無始貪瞋癡) 종신어의지소생(從身語意之所生) 일체아금개참회(一切我今皆懺悔) 옛날부터 지은 죄가 한량없지만 이 모두는 알고 보면 탐진치 때문 몸과 입과 뜻으로 지은 모든 죄제가 이제 정성 다해 참회합니다.

신구의 삼업을 다스려 죄업을 뉘우치는 사참도 중요하지만 이참을 해야 비로소 본디 마음자리를 찾을 수 있다. 죄를 만들어내는 중생의 마음 자체가 본디 실체가 없다는 이치를 꿰뚫어 보는 이참이야말로 진짜 참회이기 때문이다. 참마음은 본디 비어 고요해서 죄업이 붙어 있을 곳이 없으며 죄를 지었다는 생각도 없다. 서산 스님은 말한다.

懺悔者 懺其前愆 悔其後過 慚愧者 慚責於內 愧發於外 然心本空寂 罪業無寄

참회(懺悔)란 먼저 지은 허물을 뉘우치고 다니는 똑같은 허물을 짓지 않겠다고 다짐하는 일이다. 참회란 안으로 자신의 허물에 대하여 책임감을 느끼고 밖으로는 그 일에 대하여 부끄러움을 드러내는 것이다. 그러나 참마음은 본디 비어 고요해서 죄업이 붙어 있을 곳이 없다.

어리석은 사람들은 진심으로 뉘우쳤다고 하면서 똑같은 잘못을 반복한다. 이것은 진정한 참회가 아니다. 마음에 묻은 때를 씻어내지 못하고서야 참회를 했다고 할 수 없다. 본디 고요한 마음자리로 돌아가 지난날 지은 허물을 씻어 버리고 욕망을 걷어내어 다니는 허물을 짓지 않는 것이 바로 올바른 참회이다. 제 허물을 알고 부끄러워하며 똑같은 잘못을 되풀이 하지 않는 수행자야말로 뒷날 이 세상을 비추는 빛이 될 것이다.

■ 원순 스님(송광사 인월암)

권경희의 상담심리학과 불교 <11>



상담 종결

상담은 시작과 진행 과정도 중요하지만, 종결도 중요하다. 종결을 잘 해야 내담자에게 진정으로 도움이 되기 때문이다.

상담의 종결에는 다양한 의미가 있다. 첫 번째는 심리적 재탄생으로서의 종결이다. 상담을 시작할 때는 내담자가 심리적 문제에 압도되어 전문가의 도움을 받고자 찾아왔지만, 종결이 될 때에는 문제가 해결되고 삶에 대한 희망과 용기를 회복하여 심리적으로 다시 태어나는 것이다. 두 번째로는 타협 형성으로서의 종결이다. 사실 인간 삶의 삶에서 문제의 완벽한 해결이란 불가능한 일이다. 상담에서도 초기에 설정했던 목표를 완벽하게 달성하는 것은

조건으로 문제 증상의 완화, 현실 적응력·성격 기능성의 증진 등 세 가지를 든다. 여기서 성격 기능성의 증진이란 자신의 심리적 갈등의 기원·배경에 대해 충분히 이해를 하며, 객관적인 견지에서 자신을 수용하고, 내·외적 현실을 잘 구분하며, 충동에 대한 인내력을 갖추고, 자기에 대해 과대·과소 평가하지 않는 것 등을 말한다.

실제로 상담을 종결해 나갈 때 심리상담가는 종결에 나갈 내담자의 불안을 다루는 데 주력하며 상담자에 대한 의존성을 극복시키기 위해 노력한다. 또한 앞으로 닥칠 어려운 상황에 대비하여 내담자의

내담자가 홀로 설 수 있도록 대처 능력 등 가르쳐 부처님 열반 유훈은 현대 상담 종결 조건 다 포함

매우 어렵다. 그러므로 상담의 본질적 한계를 인식하고 적절한 선에서 일종의 타협을 하는 것으로 종결이 이루어진다. 세 번째로는 타협 형성으로서의 종결이다. 내담자가 갖고 온 문제가 완화되었거나 해결되었다고 하여 곧바로 상담을 종결하는 것이 아니라 일정한 과정을 거쳐 점진적으로 종결을 한다. 상담에서 얻은 성과를 실생활에 적용해 보고, 어떤 점이 어렵고 어떤 문제점이 발생할 수 있는지 점검한다. 만약 과정을 거치지 않고 곧바로 종결을 하게 되면 내담자는 실생활에서 여러 문제에 맞닥뜨렸을 때 이를 바로잡고 넘어설 수 있는 적응력을 기를 수 없게 된다.

그렇다면 언제 상담을 종결할까? 현대 심리 상담에서는 성공적인 상담 종결의

면역력을 쌓고, 증상 재발에 대해 준비한 다. 즉 종결 과정을 통해 내담자가 홀로 설 수 있도록 감정을 정리하게 하고 앞으로 대처해 나갈 힘을 기르도록 하는 것이다.

부처님은 상담 종결을 어떻게 하셨을까? 부처님의 상담, 즉 교화 활동은 부처님이 열반에 들면서 종결된다. 부처님은 “사랑할 만한 것은 모두 떠나는 법이니 괴로워하지 말라”고 자상하게 일러주면서 “자신을 등불로 삼고 [自燈明] 자신을 의지하며 [自歸依], 법을 등불로 삼고 [法燈明] 법을 의지하라 [法歸依]”고 말씀하신다. 현대의 상담 종결 시 필수적으로 거치는 내담자의 불안 다루기, 상담자에 대한 의존성 극복하기, 내담자의 면역력 쌓기, 증상 재발에 대해 준비하기가 이 말씀에 다 들어 있다. ■ 불교상담개발원 사무총장

한입에 소옥~ 불교 상식

지대방

지난해 연극 ‘지대방’이 공연의 히트를 치며 불교 연극의 새 장을 열었다. 연극 ‘지대방’은 스님들이 동안기 기간 중에 지대방이란 공간에서 잠잠이 벌어 지는 일들을 코믹하게 때론 장중하게 표현해냈다. 지대방은 수행 중 틈틈이 쉬는 스님들의 ‘휴게실’

이다. 보통 큰 방에 딸린 작은 방을 가리킨다. 큰 방이 스님들의 수행 식사 회의 등이 열리는 공식적인 공간인데 반해 지대방은 사적인 공간인 것이다.

‘지대방’의 어원은 ‘벽에 지낼 수 있는 방’에서 유래했다는 것이 통설이다. 이 방에는 대중들의 결망이나 이부자리, 목직 빗자루 등의 자질구레한 생활 도구들을 넣어둔다.

지대방 사용자들은 그 사찰에 별도의 방을 갖지 못한 스님들이다. 다른 사찰에서 안거를 나는 수좌나 강연 확인, 갖 출가한 행자나 사미들이 주된 이용자인 것이다.

지대방은 휴식공간인 만큼 수행자에게 정해진 금기가 어느 정도 용인되는 곳이기도 하다. 또한 병실과 겸하는 곳도 많아 수행 중 병이 생기면 이곳에서 치료를 받기도 한다. 옷을 수선하거나 선어록 등을 읽기도 한다. 지대방은 다른 사찰이나 종단의 소식을 들을 수 있는 정보교환터이기도 하다.

<초발심자경문> 제10과 대중방에서의 생활을 보면 ‘고방에 나아가서 잡사를 견문하고 스스로 의혹을 내지 말지니라(不得諳庫房 見聞雜事 自生疑惑)’고 했다. 여기서 말하는 고방이 바로 지대방이다.

김지연 기자



그림 : 문병성

존경하는 노무현 대통령님께

국가경영에 노고가 크신 노무현 대통령님께 경의를 표하는 바입니다.

저희들은 성직자로서 각하에게 앙청하는 것은 다름이 아닌 전 민주당 대표였던 한화갑 불자에 대한 선처를 바라는 저희들의 마음을 받아주십사 하는 것입니다.

한화갑 불자는 한국민주화에 헌신해온 몇 안되는 정치지도자 중의 한사람입니다. 그가 순간의 판단잘못으로 실정법을 어겨 국회의원직에서 물러나게 된 것은 국법질서 확립의 차원에서 성직자들이 관여할 사항은 아닌줄 알고 있습니다. 그러나 그가 지금까지 정치활동과 민주화 운동과정을 통해서 실천하고 보여준 국민과 국가를 위해 봉사해온 그 사실만은 외면할수 없다고 판단되어 죄는 밟지만 사람은 용서 받을수 있다는 생각에서 감히 각하에게 한화갑씨의 사면과 복권을 허락하여 주십사하고 청원을 드리는 바입니다.

또한 각하께서는 대통령 선거법과 정치자금법을 어긴 사람을 그 당과 소속을 떠나 모두 다 사면과 복권을 시켜 국가와 국민에게 봉사할 수 있는 기회를 주신 전례가 있는 줄 알고 있습니다.

그래서 한화갑불자에 대한 사면과 복권을 허락하시면 형평의 원칙에도 부합하리라 사료되는 바입니다. 이런가닭으로 한화갑불자에 대한 기회를 주신다면 약자에게 덕을 베푸시는 좋은 기회라 생각되며 훌륭한 지도자로서 국민과 저희 성직자들에게도 좋은 대통령으로 기억되리라 봅니다.

부디 저희들의 청원을 받아주시옵고 늘 부처님과 하느님의 가호가 충만 하시길 기원드립니다.

종교계의 현안과 고충을 함께 나누는 기구·전국 성직자 연합
공동대표 의장 석원일 스님