

자기를 잘 안다는 착각부터 던져야



성태웅 교수의
손오공이 기가 막혀

38 자신과의 싸움에 대한 소고

자기와 자기가 서로 다룬다! 이거 정말 큰 문제죠. 그게 극단으로까지 치달으면 정신분열로 가는 건가요? 그런 정신과적인 문제가 아니라도, 우리 마음속에서 자기와 자기가 서로 다투는 경우는 많이 있습니다. 내적인 갈등이라고 부르는 경우지요. 내적인 갈등을 격지 않는 사람 누가 있겠습니까? 그런 내적인 갈등 가운데 가장 흔하게 오는 경우가, 두 가지 욕구가 충돌하는 경우지요. 이것도 하고 싶고 저것도 하고 싶고……. 다중의 욕구가 충돌하면……. 굉장히 심각한 것 같지만 실은 그렇게 심각하지 않습니다. 여러 욕구 가운데 하나를 포기하면 되는 것이니까요.

여러분들도 이런 내적인 갈등은 흔히 겪으시죠? 그리고 어떤 선택을 하시지요? 선택을 안 할 수는 없습니다. 모든 것을 다 만족시키는 경우는 그리 흔치 않으니까요. 그리고 어떤 쪽으로 선택을 한다는 것은, 꼭 그 때에야 그런 선택을 하는 것이 아니고, 비슷한 경우가 오면 계속 그런 선택을 한다는 것을 의미합니다. 불교적으로 말하면 어떤 습을 형성한다고 말할 수 있겠지요? 그리고 그것이 얽이 되어 우리의 삶을 규정하고, 미래의 삶을 규정합니다. 맹자는 좀 더 심각하게 말합니다. 도덕적 상황에서 어떤 선택을 하는 것이 그 사람을 형성한다. 구체적으로 말하면, 대인이 되고 소인이 되는 것이 바로 도덕적 상황에서의 선택에 달려 있다고 말합니다. 계속 도덕을 지향하는 마음 쪽으로 선택을 하면 대인이 되고, 개인적 욕망 쪽으로 선택을 하면 소인이 된다는 것이지요. 계속 도덕적 선택을 하게 되면 기상이 탁 트이고 퍼져서 호연지기가 생긴다는 겁니다. 계속 도덕에 반하는 개인적 욕망을 선택하게 되면 자꾸 기상이 움츠러들고 쪼그라져서 소인이 된다는 거구요. 쉽게 넘기기 힘든, 좀 쾅하는 마음이 생기는 대목이지요. 어떤 상황에서 도덕적인 선택을 하지 않으면 마음이 계름칩니다. 그것을 맹자는 “호연지기가 굶주린다”고 표현하지요. 그렇게 계속 호연지기를 굶주리게 만들면, 완전히 기상이 쪼그라붙은 소인배의 모습이 되고 만다는 겁니다. 적어도 그런, 겉보기에도 뭔가 움츠러들고 쪼그라든 소인배의 모습이 되고 싶지는 않네요. 가능하면 마음이 후련한 선택을 계속하여 호연지기가 크게 펼쳐진 대장부가 되고 싶네요. 그러면서 눈앞에 어떤 이익을 취할 일이 있으면 바로 거기로 손이 나가는 나의 모습……. 이것이 참으로 문제라면 문제군요.

이야기가 유교(儒敎)적인 분위기로 흘러가고 있단가요? 뭐 어떻게 생각하십니까? 결국 우리가 ‘잘 살자’는 이야기인데, 유교와 불교를 그리 나눌 필요가 있겠습니까? 문제는 이 이야기가 내적인 갈등과 선택의 문제이지, 지금 손오공이 쫓겨나는 대목과 같은 분열의 이야기는 아니라는 거지요. 같



그림 · 최주현

등과 선택은 우리가 일상적으로 겪는 것이고, 그런 과정을 겪으면서 어떤 인격을 형성해 나가는 거니까, 나와 내가 서로 등 돌리는 상황과는 다릅니다. 그런데 지금 손오공이 삼장법사에게 쫓겨나는 대목은 좀 더 심각하지요? 그러니까 그런 심각한 상황까지 이르게 되는 갈등 이야기를 해야 될 것 같네요.

서유기의 독특한 상황을 말하기 전에, 우선 일반적으로 나와 내가 다투는 이야기를 한번 해 보기로 하지요. 정말 아주 아주 일반적인 이야기로 나가서, 나와 내가 다투는 이야기, 그리고 그렇게 다투는 나와 나를 진정한 친구로 만드는 이야기를 해 보겠습니다.

여러분들은 자기 자신을 정말 사랑하시나요? 모두 그렇다고 고개를 끄덕이시는군요. 그렇다면 그렇게 사랑하는 자기 자신을 정말 잘 이해하시나요? “음, 당연하지!”하고 고개를 끄덕이는 분도 계신데, “어? 내가 나를 정말 잘 알고 있나?”하고 생각해 잠기시는 분도 있군요. 이렇게 반응이 엇갈린다는 데 벌써 문제가 드러납니다. 참되게 사랑하는 것의 첫걸음은 무엇일까요? 우선 제대로 알아야 하지 않을까요? 친구를 참되게 사랑한다면, 그 친구를 참되게 이해하려고 노력해야 하겠지요? 여러분들은 그렇게 하고 계신가요?

자, 좀 더 구체적으로 물음을 던져 보기로 하지요. 여러분들은 자신의 지능이러던가 적성에 관해 구체적인 검사를 받아보신 적 있나요? 성격유형 검사는요? 혹은 MBTI 검사라는 건 아세요? 단순히 “이럴 거야” 하는 정도가 아니라, 좀 더 과학적인 검사를 통해 자신을 파악해 보신 적은 있는가요? 뭐 그런 검사 같은 걸 꼭 받아야 하느냐고 할 수도 있겠지요. 그렇지만 한번 받아보고, 그것에

갈등과 선택은 인생의 필수과정 자기집착서 벗어난 바른 선택 필수 자기 자신의 친구가 되는 성찰 중요

꼭 얽매이지 않으면서 참고로 할 수 있다면 상당한 도움이 될 겁니다. 자신을 이해하는데 하나의 기준은 될 수 있으니까요. 주관적으로 “나는 이렇거야”하는 데 머무르지 말고, 좀 객관적인 관점에서 자신을 보는 것은 매우 도움이 되니까요.

이런 물음을 던진 것은 꼭 그런 검사 같은 것을 받으시라고 권하기 위해서가 아닙니다. 자신을 사랑한다고 생각하는 우리가 실제로는 자신을 사랑하는 방법을 잘 모르고 있으며, 자신을 사랑하기 위한 첫걸음인 자기에 대한 이해부터 소홀히 하고 있다는 것을 지적하기 위해서입니다. 그러면서도 자기를 사랑하고 있다고 생각하는 것은 착각일 뿐이지요. 그것은 사랑이 아니라 집착입니다. 그리고 그러한 집착이야말로 벗어 던져야 할 것이며, 진정한 자기 사랑을 위한 길을 찾아야 합니다.

삼태선생의 자기 사랑의 참된 방법, 나름대로는 좀 그럴듯한 방법이라고 생각되는 것을 여기서 조심스럽게 펼쳐 보겠습니다. 그건 바로 자기와 진정한 친구가 되기입니다. 자기와 자기가 어떻게 친구가 되느냐요? 바로 앞에서 한 이야기가 반복되었군요. 자기를 잘 안다는 착각부터 벗어던지는 것, 그것이 바로 자기와 친구가 되는 첫 걸음입니다. 나는 나를 잘 안다고 생각하지만 그렇지 못하다는 사실을 바로 보고, 그 동안 너무 쉽게 생각하고 막 다루어왔던 자기를 조심스럽게

다시 돌아보는 일부터 시작하는 겁니다. 그렇게 친구와 사귀어 나가듯 조심스럽게 자기를 다시 사귀어 나가자는 거지요.

쉽게 이야기를 해 볼까요? 만약 당신의 친구가 무슨 큰 잘못을 저질러 매우 의기소침해서 우울해 한다면 어찌 하실 건가요? 쥐어 박듯이 “이 바보야! 무슨 일을 그렇게 하니!”하고 야단치실 건가요? 그렇게 해 보세요. 그날로 친구 관계 끝나는 거겠지요? 또 그렇게 하는 친구는 애초부터 좋은 친구라고 할 수 없겠지요? 그런데 만일 당신이 그런 경우를 당해서 매우 의기소침해서 우울해 하는 경우, 당신은 당신 자신에 대해 어떻게 하나요? “아이고, 바보! 난 왜 이럴까?” 하는 식으로 자신을 확대하는 경우는 없나요? 그렇게 되면 당신 자신이 당신을 버리게 됩니다. “평소에 내가 그렇게 날 다루고 훈련시켜와서 그런 꼴이 된 건데, 이제 와서 결과만 보고 날 구박해?” 그러면서 절교선언! 당신과 당신이 쪼개진다는 겁니다.

그런 경우 어찌해야 할까요? 답은 앞에 말한 대로 좋은 친구가 되어 나가자는 겁니다. 친구가 그런 경우를 당할 때 좋은 친구는 어찌하는가를 생각해보자는 겁니다. 우선 달래겠지요? “너무 그렇게 의기소침해 있지 마! 누구나 그런 잘못 범할 수 있는 거야. 또 그 잘못 하나로 모든 것이 끝나는 것도 아니지 않니? 앞으로 잘 해나가면 되는 거지.” 그러면서 이번 일이 어떻게 되어 잘못되었는지를 잘 살펴서, 다음에는 그런 잘못을 범하지 않도록, 이번 일이 계기가 되어 앞으로 발전할 수 있도록, 자신을 살피고 돌아보며 새로운 힘을 내도록……. 그렇게 충고하고 다독이겠지요? 자신에게도 그렇게 해 보자는 겁니다. 반대의 경우도 마찬가지겠네요. 사람들은 대부

분 조중의 상태이거나 울증의 상태인 경우가 많죠. 그것이 심리적 균형을 깨뜨리고 병적으로 드러나지 않을 뿐이지, 어느 한 쪽에 치우쳐 있는 경우가 많다는 겁니다. 그럴 때 좋은 친구는 적당히 균형을 잡도록 옆에서 도와줘야 합니다. 무언가 조그만 성취에 도취해서 방방 트고, 그것으로 말미암아 어디로 막 달려 나가려 하면 적당히 말려줘야죠. 칭찬도 하고, 또 어르기도 하면서 잘못된 길로 나가지 않도록 해줘야 합니다. 그렇게 하려면 우선되는 조건이 있죠. 바로 올바르게 이해를 해야 한다는 겁니다. 친구를 제대로 알지도 못하고 먼저 선부르게 충고하거나 도와준다고 말 벗고 나서면 어찌되는지 아실 겁니다. 혹시 주변에 그런 친구 하나 있으면 정말 피곤하겠죠. 나를 전혀 이해도 하지 못하면서 자기중심으로 막 충고를 해주고, 자기 방식으로 돕겠다고 팔 걷고 나서면 정말 난감하겠네요. 그런 친구가 되어서는 안 되겠지요? 그러니까 자신과 참된 친구가 되기 위해서는 먼저 자신을 제대로 이해하는 수순을 차분하게 밟아 나가야 한다는 겁니다. 그것이 제대로 되면 자신에 대해 정말 좋은 충고도 할 수 있고, 지나치게 우울해하거나 지나치게 나날 때 적절하게 어르고 북돋을 수도 있게 되겠지요. 물론 험치는 않을 거예요. 자기, 고쳐서 말 잘 안 듣거든요. 친구라고 해도 결코 쉬운 친구가 아니거든요. 걸핏하면 토라지고, 시도 때도 없이 칭얼대고 짜증내고 하는……. 그렇지만 결코 버릴 수 없는, 알아나가다 보면 참 좋은 구석도 많은, 아니 알아 나갈수록 더더욱 멋있고 신비한 친구지요. 이 친구의 그 멋있고 신비한 면을 알게 되면 흠뻑 반해버릴 그런 친구입니다.

이 친구, 정말 버릴 수도 없고 버려서도 안 되는 ‘자기’라는 친구를 잘 보듬어 나가보시지 않을까요? 하루 이를 점점 알아가고 정들어 가면 나중엔 눈빛만 보아도 통하는 친구가 되었다고, 결국 일심동체의 친구가 될 거예요. 그 때가 되면 얼마나 좋을까요. 이 친구 하나만 제대로 사귀면 백 친구 아니 천 만 친구 부럽지 않다는 것을, 삼태선생의 이름으로 보증하는 바입니다.

헛! 삼태선생의 이름이 그리 무겁지는 않단가요? 그리고 갑자기 내적인 갈등의 문제 이야기하다 자기와 친구되는 이야기는 좀 중간을 건너뛰는 거 같단가요? 애고, 저 혼자 기분에 취해서 제 얼굴에 개금불사 하면서 해봤나 보네요. 앞의 이야기와 연결을 제대로 지으면서, 또 서유기의 손오공 기출, 아니 축출 사건과의 연관성을 다시 한번 짚어보아야 할 것 같군요. 우선은 내면적 갈등에 대한 성실한 성찰과 그런 과정을 통해서 항상 깨어있으면서 자신을 살피는 성찰이 자기를 알아가는 출발점이지요. 자신과 친구되는 첫걸음이라는 이야기로 앞의 이야기와 연결을 지을 수 있을 것 같네요. 그리고 손오공 추방 또는 축출은 좀 특수한 경우니까 다음 시간에 좀 자세히 살펴보도록 할게요.

그래도, 삼태선생이 좀 해매니즘으로 주절거린 점은 있지만, 자신과 친구되는 한번 걸여볼 만한 길이라는 걸, 무겁지 않은 삼태선생의 이름으로 강력하게 권하는 바입니다!

JJUN Heating System Module

“**전** 난방” 난방시스템 난방비(가스) **최대 30% 절감** ↓
난방필름 전기판넬 대비 **50% ↓**

2013년 국내 최초 바닥접착식 모듈건식 온수난방시스템개발!!!

스님, 불자님 직접 온수 난방을 시공하세요.

대한민국 온돌문화의 새로운 역사를 써 내려온 건식 온수난방시스템의 종결자!!
국내 유일 D.I.Y 모듈형 접착식 건식 온수난방 SYSTEM

특허청 KIBO 기술보증기금 인증벤처기업

특허등록(특허제 10-1267515호)
ISO 90001:2008 인증업체
ISO 14001:2004 인증업체

01 업계최초 바닥 접착방식 적용
02 에너지 소비효율 최고 수준
03 공기순환형 구조로 열섬현상 제거
04 D.I.Y 시공 가능
05 저온수(45°C ~ 50°C) 난방 가능

설치 장소 보일러란 있으면 어디든지 시공 가능
• 적용보일러 : 가스, 기름, 전기, 화목, 공기열, 지열, 연탄 등
• 시공 대상 : 사찰 및 임자 주택, 상업건물, 교육시설, 숙박시설

■ 지역 대리점 [10월 현재] www.jjunheating.co.kr

서울 : 010-5097-8291
부산 : 010-2310-0404
광명 : 010-5759-8804
남양주 : 010-9183-9729
광명 : 010-7526-3300
안산 : 010-2487-3393
오산 : 010-2043-4336

화성 : 010-3168-9250
기흥 : 010-8378-3375
용인 : 010-9807-4862
광주 : 010-6890-0365
여수 : 010-3612-7784
익산 : 010-6610-2337
김천 : 010-9091-4583

대구 : 010-3259-3520
울산 : 010-4597-5577
진주 : 010-3583-7139
안산 : 010-6294-6126
통영 : 010-3592-2447
고성 : 010-4578-0961

제품구입 및 A/S는 전국 어디서나 무료통화
080-254-9113
H·P 010-2323-9068
본사 : 경기도 수원시 장안구 정안로 61(영화동)

사찰 연등 및 전선 [범당용]

초심의 자세로 최선의 노력을 다하는 불자기업입니다.

동간력 규격화조

설치가 편리한 고리형 후크

고구주 12E 3구, 4구 인진구 26E 4구, 5구

SMD LED전구(국산정품) AC 220V

연등(등표)사다리

불제 대원안전산업
BULJE DAEWON CO. LTD

구입문의 (031) 986-0277~8 (02)2266-2634, 2263-2638
구입문의 (032) 582-6235~6 구입문의 H.P 010-3630-7092
<http://www.bulje.co.kr> 본사 공장 : 경기도 김포시 양촌읍 모산로 17-1

전선 간격
22cm, 25cm, 28cm, 30cm,
40cm, 50cm, 1M, 2M, 3M, 5M,
8M, 10M 기타주문

생산에서 시공까지 책임지겠습니다

공단연등(고리형)

노형(오렌지) 진분홍 연분홍 백색 금색

▶ 인등규격 : 4cm, 6cm, 7cm, 8cm, 10.5cm, 13cm, 20cm, 30cm

제등영입 용품

인자형 S형 T본리형

LED바형 LED대형 건전지 초

▶ 방습, 탐몰이, 각종 행사용에 적합

사찰, 범당, 외곽, 연등용 (정품) 전 선 시 공