

※ 특별연재 ③ ※

마음과 힘 (3)

Psychodynamics in Dentistry

九宜齒科醫院
金潤煥

2. 禪

(1) 禪이란 무엇인가?

辭典에 보면 禪은 『마음을 가다듬고 精神을 統一하여 煩惱를 끊고 眞理를 깊이 생각하여 無我 靜寂의 境地에 沒入하는 일』이라고 되어 있다. 이것으로 禪의 眞意를 알 수 없겠으므로 李靑潭著 『禪入門』¹⁾에서 禪의 意味에 대한 要旨를 간추려 보기로 한다. 『禪이라는 말은 애초에 梵語이다. 그것이 中國으로 건너와서 禪那로 옮겨진 말인데 오늘날 那자를 빼고 禪이라고 한다. 이 禪에는 두가지 意味가 있는데 實相禪과 方便禪이다.

① 實相禪; 말하는 이의 마음 자리를 말하는 것이다. 이 마음은 생긴 적도 없거니와 또한 없어질 날도 없다. 더럽지도 깨끗하지도 아니하며 더하지도 줄지도 아니하며 밝지도 어둡지도 아니한 것이다. 道도 마음이 아닌 것이기 때문에 뒤아서 깨칠 수도 없고 煩惱·妄想 때문에 더러워지거나 어두워지지도 아니 하여서 항상 이리하여 배고프면 밥먹고 곤하면 잠자는 것이다. 禪은 이미 禪도 아니며 말도 생각도 글월도 아니거늘 어찌 그 뜻을 說明할 수 있으랴. 그러나 이것도 다만 禪의 本然眞想을 말하는 것이지 本然眞想 그 自體는 아니다.

② 方便禪; 實相禪을 깨달을 수 있는 方法을 뒤고 있는 것을 말하고 있다. 『趙州는 어찌하여 無라고 했는고?』하며 公案話頭를 생각하고 의심해 가는 것을 參禪 또는 精進한다. 공부한다고 말한다. 그리하여 그렇게 實相인 根本禪을 깨달을 수 있는 方便法, 다시 말하면 實相禪을 깨치기 위하여 參禪하는 것을 또한 禪이라고도 한다.

禪을 漢文으로는 두가지 뜻으로 翻譯하고 있다. 첫째는 靜慮요 둘째는 思惟修이다. 思惟修라는 은 人生의 本然面目과 모든 事物의 本體인 그 根本原理를 發見하고자 하여 따지고 파고 들어가서 心不亂으로 思索追窮하는 노력〔修道 修行 精進〕 말하는 것이다.

이 禪은 비단 大道를 성취하는 方法일뿐만 아니라 또한 우리의 五千年文化도 이 禪(靜慮·思惟·精進)으로 進歩된 것임을 우리는 알아야 한다.

(2) 禪의 由來

『禪이라는 修行方法은 三千 數百年前부터 代 印度에 存在하고 있었다. 오늘날 성행되고 있는 yoga의 行法은 禪과는 다르다.

석가모니가 보리수밑에서 坐禪을 하며 마음에 妄念과 妄想을 제거하고 安心의 길을 얻기에 專念하면서 三昧에 빠져 있었다. 그러던 어느날 동녘하늘에 셋별을 보고 大悟成道하여 涅槃(부동의 안심)에 들어 갔다. 鹿野苑에서 처음으로 悟道를 說法하였다. 석가는 그의 成道の 根本이 禪定이기 때문에 그는 禪定을 강조하였다.

說法을 하던 어느날, 석가는, 듣고 있는 蓮華를 보고 微笑를 짓는 弟子 迦葉에게 佛法을 傳한다. 이 拈華微笑의 故事를 禪의 발상으로 삼고 있다. 석가는 스스로의 깨침을 말에 의하지 않으며 文字를 사용하지 않고 以心傳心으로 迦葉에게 傳한 것이다. 禪은 教外別傳 不立文字 直指人心 見性成佛이란 文句로써 표현하게 된 것이다.

이 禪의 傳統은 一千餘年間 27代를 거쳐서 第28祖 菩提達摩에 이른다. 이 達摩大師는 中國으로진

너와 禪을 中國에 보급시키고 中國 禪宗의 第一祖가 된다. 여기서 中國禪이 싹트기 시작했다. 第四祖 道信에 이르러 禪院도 일정한 곳에 設立되었고 점차 禪의 修行자가 늘어나 이때부터 集團教育으로 옮겨졌다. 그 이전에는 마치 一대一의 學塾과 같은 個人的인 觀念的 禪이었다. 道信에 이르러 集團生活의 達摩宗을 만드는데 最大의 관심을 쏟았다. 道信 동산종은 새로운 中國 禪宗을 형성한 第一期였다.

第六祖 慧能에 이르러 南宗禪과 北宗禪으로 갈리어 대립되었다. 慧能의 南宗禪은 學問에 의존하지 않고 單刀直入으로 解脫에 들어가는 性格이 짙어 이를 頓悟라고 했고 神秀의 北宗禪은 修行을 쌓아 올려 차차 깨닫는 方法을 택해서 漸悟라고 했다. 神秀는 황실에 접근하여 나라의 中央에 宗勢를 퍼나갔는데 南宗禪은 소박하고 겸허한 達摩禪의 本旨가 잘 나타났다. 北宗禪은 唐祖 末期에 이미 시들어 버렸고 南宗禪은 융성하여 國境을 넘어 꽃을 피웠다.

六祖 後代에 禪은 儒敎와 道敎에 影響을 미치고 大衆禪으로 發展하게 된다.

우리나라에는 法朗에 의하여 道信의 禪法이, 神行에 의하여 神秀의 北宗神이 傳來되었다는 傳說이 있으나 그 자취는 알 수 없다. 오직 慧能의 禪法이 新羅에 들어와 新羅의 禪宗을 形成한 것이다. 처음으로 道義에 의하여 南宗禪이 들어 왔는데 그의 새로운 禪風은 經敎에 물든 기존 佛敎에 쉽사리 받아들여 지지 않았다. 普照知訥은 300年後 高麗 初葉 道義의 禪風을 크게 떨쳤다. 新羅의 道義이래 우리나라의 禪宗은 中國의 禪學의 연장에 불과했으나 神宗王代에 이르러 비로서 普照國師는 독특한 우리의 禪宗을 이룬 것이다. 普照는 禪, 敎 두가지를 뭉쳐서 體系있는 曹溪宗旨를 세웠으며 오늘날 韓國禪宗은 그 傳統을 계승하고 있다. 普照는 많은 著書를 남겼는데 看話決疑論에 다음과 같은 것이 있다.

『末世修學人은 매사에 그 理由를 이치로 따지지 않고서는 무슨 일이든 승복하지 않으므로 禪門에 들어서는 데에도 이에 대한 밝은 理解와 굳은 信念을 가진 後에 몸소 體驗으로써 그것에 合一하여야 한다』
以上 禪의 由來는 『禪人門』¹⁾에서 간추린 것이다.

우리나라의 固有한 精神文化는 禪의 影響을 많이 받았다. 오늘날 우리나라의 文化財는 禪을 통해서

이루워진 藝術品들이다. 無形文化財속에서도 禪을 찾을 수 있으며 儒佛仙三敎가 融化되어 土着化되는 과정에서, 儒敎와 道敎뿐 아니라 民俗信仰인 巫俗에 까지도 影響을 미쳤다. 우리의 受難史속에서도 禪思想은 면면히 이어져 오면서 우리의 生活속에 禪은 깊이 침투하게 된 것이다. 弓道·書道·茶道·碁道·武道等도 禪과 關係가 있고 讀書三味도 禪에서 나온 말이다. 요즘 固有한 우리의 精神文化를 되찾으려는 思潮가 생기면서 禪에 대한 관심이 높아지고 있다.

한편 日本에 건너간 禪은 數拾年前부터 西歐에 전파되었다. 이는 주로 日本人에 의하여 日本禪이 傳해진 것이다. 우리나라의 어떤 禪師는 西歐에 禪을 소개한 鈴木大拙의 禪은 禪이 아니라고 評하기도 한다. 日本禪이나 西歐에 알려진 禪은 原型이 保存된 우리의 禪과는 差異가 있을 수 밖에 없다. 그런데 西歐人이 研究한 禪이 現代學問과 함께 다시 우리나라에 들어 오고 있다. 이것은 불가피하게 우리의 禪과 마찰을 이르지 않을 수 없다. 그러나 東西의 異質文化속에서 이런 마찰은 새로운 發展의 계기가 될 것이다.

(3) 禪의 方法論

西歐科學의 方法論은 客觀性을 重視하기 때문에 西歐에서는 禪을 客觀的으로 研究하는 傾向이 있다. 그러나 精神分析學에서는 禪을 主觀的 方法으로 研究하려는 試圖가 있다. 원래 禪은 主觀과 客觀을 超越하며 主體와 客體가 一體가 된 것을 말한다. 다시 말하면 禪은 無我思想이며 主體인 내가 없고 客體인 너도 없는 境地를 말한다.

比喩해서 말하면 TV 畫面 自體는 원래 眞空間이고 放送局의 電波를 받어서 影像이 나타난다. 이 畫面에 나타난 影像은 主體와 客體로 分離할 수 없다. 마음의 眞面目은 고요하고 맑은 물과 같다고 하였는데, TV 自體의 眞空間과 比喩될 수 있으며 無心이다. 空中을 날아 가는 放送局 電波도 客體로써 無다. 보통 사람들이 마음이라고 認識하는 것은 마치 送受信이 합쳐졌을 때 畫面에 影像이 나타나는 것과 같이 主體와 客體가 합쳐졌을 때 나타나는 것이다. 본래 마음의 본바탕은 無心이고 사람이 客體를 보았다던가 어떤 생각을 하고 있다던가 하는것은 마

음에 비친 虛像이란 것이다. 그러나 TV는 放送時間外에 흰 畫面을 볼 수 있지만 마음의 本然面目은 쉽게 볼 수 없다. 더욱이 客觀的으로 觀察한 客體는 實相이 아니기 때문에 禪修行을 통해서만 主體와 客體가 一體가 된 眞如가 되어 實相을 깨달을 수 있다는 것이다.

이러한 方法論은 西歐의 方法論과는 큰 差異가 있다. 오늘날의 科學은 모두 西歐的 方法論을 택하고 있기 때문에 이 東洋의 方法論이 疎外되어 왔다.

이와같은 두 方法論의 差異는 “研究한다”와 “공부한다”의 두 낱말사이에 意味의 差異에서 發見할 수 있다. 卽 “研究”는 客觀的인 西歐의 方法論을 따른 것인데 反하여 “공부”는 禪을 통하여 스스로 깨닫는 것을 말하며 東洋的 方法論에 따른 것이다. 이 두 方法論上의 葛藤은 요즘 學校教育의 問題點으로도 抬頭되고 있다.

禪은 올바른 자세(正坐), 올바른 마음가짐(正定) 올바른 생각(正念)을 갖인 生活 自體를 말한다. 이는 공부하는 方法이며 學問以前에 問題이다. 西歐의 方法論과 比較한다면 研究方法論以前에 哲學的 問題로 다룰 수 있을 것이다. 卽 西洋哲學의 論理學과 東洋의 禪은 극히 對照的이며 따라서 科學者들은 東洋哲學을 非論理的이라고 말한다.

認識 主體인 마음 自體가 空이며 客觀은 實相이 아니라고 보는 禪의 觀點에서는 客觀的 觀察에 의한 論理性은 無意味해지며 客觀界를 보고 그 客觀界를 確信한 것이라고 믿는 것은 主體인 사람의 我慢의 結果라고 보는 것이다. 禪을 論하면 이미 禪이 아니라고 한다. 黃檗은 다음과 같이 말하고 있다. 『無心하면 즉시 그것이 道를 닦는 것인데, 그 밖에 다시 무슨 道를 닦아서 무슨 道를 얻느니 마느니 하겠소. 만약 靑靜 無心한 이 空(0)에서 한 생각만 내면 그것은 곧 자기 본 마음이 아닌 客觀의 境界에 이르렀다 하더라도, 그것을 그런 줄 알면 主客이 벌여지고 만 것이오. 그러므로 一切 妄想이 다 끊어진 뒤에는 다시 그것을 推尋해 볼 것은 없소. 추심하면 佛道와는 10萬8千里나 어긋나고 마는 것이니까』¹⁾

그렇기 때문에 體驗하여 터득한 그 自體가 眞理, 卽 眞如라는 것이다. 다시 말하면 自然現象 그 自

體가 眞理이고 自然現象이 어떤 것이라고 說明하고 있으면 그것은 이미 眞理가 아니라는 말이 된다.

배 고프면 밥 먹고 졸려우면 잠자는 것이 禪이라고 한다. “설탕 덜 먹기”라는 表現과 比較分析해 보면 東西洋의 思想의 差異를 엿 볼 수 있다. 여기서 東洋의 方法論에 의하여 口腔保健의 問題를 解決할 수 있는 실마리를 찾을 수 있을지 모른다.

(4) 無我思想

“설탕 덜 먹기”라는 表現속에는 現代科學的인 客觀的 判斷基準을 갖고 있다. 卽 설탕을 對象으로 해서 사람에게 必要한 量을 基準으로 하고 있다. 이 必要量은 1을 基準點으로 잡고 있는데 이는 唯物論的 思想이며, 西歐의 實存哲學이 現存在分析이란 表現을 쓰는 바와 같이 現存在, 卽 有를 基準으로 하는 것과 같다. 이 思想은 自己中心的이라고 볼 수 있다. 이와는 對照的으로 禪에서는 “배고프면 밥 먹고……”라는 表現속에서 보는 바와 같이 主體인 사람과 客體인 血糖置와의 相互作用에 의해서 判斷한다. 이는 배고프지도 않고 배부르지도 않는 狀態가 基準이 된다. 이 基準點은 零(Zero)이며 東洋의 無我思想을 나타낸다. 이를 數學的 表現으로 說明하면 零을 基準으로 해서 배고픈 狀態는 minus(-)이고 배부른 狀態는 plus(+)라고 할 수 있다.

宇宙全體를 놓고 보면 한 사람은 零에 無限히 가까워지므로 無라고 볼 수 있다. 卽 $\frac{1}{\infty} \approx 0$ $\frac{1}{\infty} = 0$ 이다. 그러나 精確하게 表現하면 零보다는 크다. 卽 $\frac{1}{\infty} > 0$. 보통 눈에 보이면 “있다”[有]고 하고 보이지 않으면 “없다”[無]고 한다. 다시 말하면 物質을 對象으로 有하던지 無하던지 한다. 그러나 마음이나 힘, 또는 神도 눈에 보이는 物質은 아니지만 사람에게 認知되기 때문에 없다고 하지 않는다. 이런 觀點에서, 마음과 힘은 物質이 아니라는 點에서 無이지만 認知된다는 點에서 有다. 東洋宗教는 宗教와 學問이 分離되어 있지 않지만 西歐에서는 神學과 科學이 分離되어 있다. 따라서 東西洋의 神의 概念이 다른데 東洋의 佛敎에서는 마음이 곧 부처라고 말한다. 이는 마음과 神의 概念이 힘, 卽 energy와 關係됨을 意味할 것이다. 이러한 東洋宗教는 科學者의 關心을 끌게 한다. 現代物理學에서 質點의 概念을 再評價하고 있는 것은 東洋의

無我思想에 接近하고 있음을 말한다.

數學에서 点이나 線은 面積을 갖지 않는다고 定義하지만 古典力學에서는 質点이 粒子임을 暗示한다. 波動은 媒質自體가 移動하는 것이 아니라 媒質의 變形運動을 말하는데, 媒質이 없는 곳에서 energy의 傳達이 가능한가? 光子·電子·原子의 粒子들은 粒子性和 波動性 두가지 性質을 갖는다. 그러나 이 相補性은 엄밀한 意味에서 모순이다. 이 모순을 解決할 수 있는 方法이 禪에 있을지도 모른다.

趙州스님에게 개에도 佛性이 있느냐고 물으니 스님은 無라고 대답했는데 왜 없다고 했느냐하는 것이 이 公案의 問題이다. 사람의 마음은 物質이 아니라는 点에서 없다고 할 수 있으나 認知된다는 点에서 있다고 할 수 있다. 이 認知된 마음은 肉體를 媒質로 한 波動으로 풀이 할 수도 있지 않을까 한다. 이 公案에서는 개의 佛性을 묻고 있다. 그 理由는 이 질문을 한 僧이 修道를 하고 있었기 때문에 사람의 佛性에 對해서는 어느 정도 알고 있었으므로 사람의 佛性和 개의 佛性의 差異를 묻고 있었다고 보아야 될 것이다. 다시 말하면 無心이란 것이 動物과 같이 思考能力이 없는 것을 말하는 것인가를 물어본 것이다.

이러한 問題는 心理學的인 觀點에서 解釋해 보아야 할 것이다. 파브로프가 개를 갖이고 條件反射에 對하여 實驗을 하였고 心理學에서 이 實驗結果를 應用하고 있다. 이것은 개에게도 마음이란 것이 있다는 것을 意味한다고 볼 수 있다. 그런데 趙州스님의 대답은 無였다. 이 無는 認知할 수 있는 마음을 否定한 것이 아니고 物質으로써 存在하는 것이 아니라는 意味일 것이다. 精神分析學에서는 自我(ego)를 中心으로 생각하고 있으며 결국 自己中心의 思惟라고 볼 수 있다. 西歐科學에서는 理性이 없이 學問을 할 수 없고 心理學 用語로 自我나 趙自我(superego)가 없이는 論理性을 찾을 수 없다고 본다. 反面에 禪에 觀點에서는 無心이 禪修行의 根本이 되므로 여기에 論理性이 있을 리 없다.

意識世界를 氷山의 一角이라 하고 無意識世界를 바다속의 氷山으로 比喩하는 精神分析學的 觀點은 自己中心의이며 水平線을 基準으로 본 것이다. 禪에서는 無를 基準點으로 해서 바다물 全體를 마음에

比喩할 수 있다. 氷山이나 바다물이나 똑 같이 물로 되어 있으며 아마도 이것은 溫度의 差異밖에 없을 것이다.

어린애는 누가 가르쳐 주지 않아도 말을 할 줄 알게 된다. 이와같이 禪은 가르치고 배워서 아는 知識의 蓄積이 아니고 스스로 깨닫는 것이다. 이 깨달음을 얻기 위하여 坐禪을 하는데 坐禪은 結跏趺坐하고 前後左右로 기우름이 없이 正坐하며 呼吸을 고르게 깊게 하면서 想念을 다 떨어 버리고 無心에 狀態에 들어 감을 말한다. 이때는 肉體의으로 安定狀態(steady state)에 있는데 이 安定狀態란 物理的 用語로써 마치 팽이가 힘차게 돌 때 옆에서 보면 靜止하고 있는 것 같이 보이는 것과 같다. 即靜中動이다. 精神狀態는 無念無想, 即 아무 생각도 하지 않는 狀態인데 잠을 자는 것파도 다르다.

이런 境地는 體驗하여 터득해야 되며 글로는 表現할 수도 없고 表現하거나 그런 글을 읽는 것은 이미 無心이 아니다. 體得한 것만이 實相이란 것이다. 이 글도 禪은 아니다. 그러나 이 글을 읽으면서 공부하여 깨달음이 있으면 그 깨달음은 곧 禪이다. 그러나 그와 같이 깨달은 禪은 이 글의 內容과 전혀 다른 것이 될 것이다.

參 考 文 獻

- 1) 李靑潭·李慧惺: 禪人門 아카데미 1975.
- 2) 金鎔貞: 科學과 佛教 東大附說譯經院 1979.
- 3) 釋智賢: 禪으로 가는 길 一志社 1976.
- 4) 徐京保: 禪의 人間像 昌雲社 1975.
- 5) 李慧惺: 達摩의 禪語錄 太光出版社 1975.
- 6) Erich Fromm, 鈴木大拙: 禪과 精神分析 정음사 1977.
- 7) 普照國師: 真心直說 東大附說譯經院 1978.
- 8) 權奇傑譯: 禪修行의 眞實이 東大附說譯經院 1978.
- 9) 李靑澤: 마음 아카데미 1978.
- 10) 金吞虛: 부처님이 제신다면 芸潮閣 1980.