

# 장자철학에 있어서 마음치유와 철학상담의 근거 모색\*

박승현\*\*

**주제분류** 중국철학, 도가철학, 철학상담

**주요어** 장자, 성심, 도심, 철학상담, 마음치유

**요약문**

철학상담이 철학을 다시 한 번 인간의 고통을 완화시키는데 초점을 맞추어 그 구체적인 실천의 방법론을 모색하는 것이라고 한다면, 그 시작점은 바로 내담자로 하여금 스스로 질문할 수 있도록 도와주는 데에서 있다. 철학적 질문, 즉 철학적 실천은 현재의 자아에 대한 반성을 통한 자기 개혁을 수반하는 것이다. 자기 개혁의 과정 속에 바로 ‘치유’의 의미를 담고 있다. 동양철학에서 강조하고 있는 수양론은 바로 자기치유의 과정이고, 보다 높은 삶의 가치를 실현하는 도야의 과정이라고 할 수 있다. 인간의 삶을 한 단계 도약하기 위해서는 반드시 자기를 돌아보고, 자신의 개혁하는 과정이 필수적인 것이다. 그래서 언제나 ‘수양修養’ 즉 ‘실천’의 문제가 대두되고, 항상 ‘실천’의 방법론을 거론하고 있다. 바로 이 지점에서 동양의 수양론과 철학상담치료가 만나는 지점이라고 할 수 있다.

장자는 “우리는 왜 자유롭지 못한가?”라는 질문에서 출발한다. 인간이 자유롭지 못한 상황을 고통으로 이해한다. 그는 이러한 고통의 원인을 마음에서 찾고 있다. 장자는 마음을 인심人心(成心)과 道心으로 나눈다. 성심成心은 장자의 고유한 개념으로 ‘선입관’ ‘편견’ 등의 의미를 가지고 있다. 이러한 인심과 성심에 근거하게 되면 인간은 각자 자신의 삶의 기준에 의하여 시비 분별을 하게 되고, 그것에 따라 의견의 차이, 가치관의 차

\* 이 논문은 2010년 정부재원(교육과학기술부 학술연구조성사업비)으로 한국연구재단의 지원을 받아 연구되었음(NRF-2010-361-A00008)

\*\* 원광대학교 마음인문학연구소 HK연구교수

이가 일어나서 분간이 생겨나게 되고, 결국 삶의 고통에 이르게 된다.

이러한 고통에서 벗어나기 위해서는 인심에서 도심으로 전환을 요구하게 된다. 이것은 관점의 전환을 요구한다. 수양은 일차적으로 이러한 일상적인 마음, 즉 습심(習心)(habitual mind)에서 거리두기를 하고, 자기중심적 사고로 자동 전환되는 것을 막는 것이다. 그리고 여기서 한걸음 더 나아가면, 수양을 통해 우주와 자연과 하나가 된 나를 발견하는 것이다. 우주와 하나 된 나를 발견하는 과정으로 장자는 ‘심재(心齋)’ ‘좌망(坐忘)’ ‘조철(朝徹)’의 방법을 제시한다.

## 1. 들어가는 말

철학이 걸어왔던 길을 살펴보면, 어느 한 때도 위기의 순간이 아니었던 적은 없었다. 사실 철학은 위기에서 출발하는 것이 아닌가? 왜냐하면 철학이란 바로 질문하는 것에서 출발하기 때문이다. 질문한다는 것은 기존 질서에 대해 의문을 제기하는 것이고, 새로운 도전이라 할 수 있으며, 또한 새롭게 방향을 모색하기 위한 반성의 작용이라고 할 수 있다. 만약 기존의 체제나 삶의 방식에 순응하고 있거나, 답습하려는 곳에는 철학이 있을 수 없다.<sup>1)</sup> 질문이 없는 곳에 어떻게 철학이 있을 수 있겠는가? 현재 우리 학계에서 새롭게 논의되고 있는 ‘철학상담치료’도 ‘철학함’을 통하여 스스로 ‘질문’을 만들어가는 작업이라고 할 수 있고, 철학의 역할을 다시금 찾아가는 길이라고 할 수 있다. 정확한 질문 속에는 이미 그 문제의 해결 방향을 담고 있다고 할 것이다. 한 개인의 차원에서 그렇고, 한 걸음 더 나아가 사회적 차원에서도 질문이 생략되거나 차단되는 곳에 항상 문제가 발생할 수 있다. 질문하지 않는 그 지점에서 개인적으로는 자신의 삶의 방향성에 문제를 일으키게 될 것이며, 사회적으로는 획일적이고 집단주의적인 힘의 논리가 우위를 점하게 될 것이고, 그와 아울러 사회적 부패의 지수가 올라가게 될 것이다. 철학이 부재한 곳에 바로 위기를 불러오게 되는 것은 너무나 당연한 일일 것이다.<sup>2)</sup>

---

1) 피터 B. 라베도 “철학이란 우리가 좋다고 여기는 가치들에 대해 그리고 참이라고 여기는 신념들에 대해, 우리가 갖고 있는 근거들을 검토하는 것이라고 할 수 있다. 이를 통해 전통을 맹목적으로 추종하거나, 권위를 지닌 자에게 노예처럼 복종하지 않을 수 있게 되고, 나아가 그저 우리 자신의 느낌에 따라 행동하거나 또는 습관적인 방식으로 생각하고 추론하는데 머물지 않을 수 있게 된다.”라고 정의하고 있다. (피터 B. 라베, 『상담과 심리치료에 있어서 철학의 역할』, 학이시습, 2016, 189쪽)

2) 지금 우리사회를 뿌리 채 뒤 흔들고 있고, 국가를 위기상황으로 몰아가고 있는 이

서양에서도 최근에 와서 철학이 인간의 현실적인 삶의 문제와 무관한 딱딱하고 무미건조한 이론적 차원에서 벗어나 구체적인 삶의 문제, 특히 인간의 고통의 문제에 초점을 맞추고, 그것의 발생 원인을 분석하고, 극복하는데 도움을 주어야 한다는 요청이 일어났다.<sup>3)</sup> 1980년 이후 일어난 실천철학의 이러한 모습은 인간의 내적 실존적 공허감이나 의미 상실을 치유할 수 있는 근거를 확보하려는 노력이자 삶의 윤리를 정초하고자하는 욕구를 반영하고 있는 시대적 요구로 볼 수 있을 것이다.<sup>4)</sup>

철학상담이 철학을 인간의 고통을 완화시키는데 다시 한 번 초점을 맞추어 그 구체적인 실천의 방법론을 모색하는 것이라고 한다면,<sup>5)</sup> 그 시작점은 바로 고통 받고 있는 내담자 스스로 질문할 수 있도록 도와주는 데에서 있다. 질문을 하기 위해서는 내담자가 자각적으로 자신의 문제 상황을 분명하게 먼저 직시하는 것이 첫 번째이다.<sup>6)</sup> 문제 상황을 직시한다는 것은 바로 상담을 통하여 스스로 질문을 구성할 수 있도록 도와주는

---

른바 ‘최순실’ 사건이 바로 질문이 없이 권력에 대한 맹목적 복종, 혹은 부당한 권력의 일방적 집행을 질문 없이 용인한 결과라고 할 수 있다. 권력을 위임받은 사람은 주어진 권력을 어떻게 정당하게 사용할 것인가를 항상 질문해야 하고, 대중은 권력이 어떻게 정당하게 집행되고 있는지를 언제나 주시하고 질문하여야 하는 것이다.

- 3) ‘철학 카운슬링’(철학상담)을 가리켜 말하는 것이다. 이것은 1980년대 독일에서 시작되었는데 그 창시자는 게르트 아헨바흐다. 이 운동은 1990년대에 들어와 북아메리카에서도 퍼져가기 시작했다. 그리고 우리나라에서도 ‘철학상담치료학회’가 2009년에 창립되어 활발하게 활동을 벌이고 있고, 원광대, 강원대 철학과 등에서 철학상담치료와 관련된 과목이 개설되어있고, 명지대 사회교육대학원에 철학상담치료 학과가 설치되어 철학상담치료와 관련된 전문적인 강의가 진행되고 있다.
- 4) 김정현, 「철학실천과 철학치료의 지형도」, 『철학과 마음의 치유』, 123쪽 참조
- 5) 피터 B. 라베, 『철학상담의 이론과 실제』, 시그마프레스, 2010, 1쪽
- 6) 괴로움에 빠져 있는 사람을 위해 철학이 할 수 있는 가장 첫 번째 일 중 하나는 아마도 그 사람이 자신의 약점과, 보이지 않는 편견, 문제가 있는 믿음, 마음에 상처를 주는 가치, 근거가 없거나 부정확한 가정, 불합리한 두려움 등을 인지할 수 있게 도와주는 일일 것이다.(피터 B. 라베, 『상담과 심리치료에 있어서 철학의 역할』, 학이시습, 2016, 282쪽)

작업인 것이다. 정확한 질문을 제기하고 난 이후에 그 문제의 해결 방법을 철학적 대화와 실천을 통하여 좀 더 구체적으로 모색해 나가게 된다.<sup>7)</sup>

철학적 질문, 즉 철학적 실천을 한다는 것은 현재의 자아에 대한 반성을 통한 자기 개혁을 수반하게 된다. 자기 개혁은 기존 자아를 변화시키는 과정이며, 이 속에 ‘치유’의 의미를 담고 있는 것이다. 그러한 의미에서 보면, 동양철학의 실천적 방법론인 ‘수양론’은 일차적으로 자기변화의 과정이고, ‘치유’의 한 과정이라 할 수 있다. 여기서 한 걸음 더 나아가면, 고통 받는 일상적인 자아의 치유를 넘어 보다 이상적 인간의 삶의 가치를 실현하는 도야의 과정이라고 할 수 있다. 그래서 동양철학은 인간 자신의 삶의 문제에 최우선적 관심을 기울이고 있는 것이다. 유한한 공간과 시간의 한계 속에서 욕망 덩어리로 살아가고 있고, 어디로 튈지 모르는 인간 자신을 어떻게 보다 더 이상적 인간으로 전환할 것인가를 중심 문제로 삼고 있는 것이다.<sup>8)</sup> 이는 바로 우리의 ‘삶 자체’, 즉 ‘생명’<sup>9)</sup>에 대한 관심에서 출발하고 있는 것이다. 시간의 노예로 전락하여 인생을 허비하거나, 또 물질적 욕망에 이끌려 무의미하게 살아가는 삶을 주체적으로 보다 이상적인 삶으로 전환하기를 인간이면 누구나 원한다. 인간이 자신의 삶을 한 단계 도약하기 위해서는 반드시 스스로 자신을

7) 카이 호프만은 시작하는 말에서 철학상담을 “상아탑 속에 갇힌 강단철학은 문제의 진단에 그치는 반면, 철학 상담은 사람들이 스스로 문제를 풀어가도록 도와준다.”라고 정의하고 있다. (카이 호프만, 『철학이라는 이름의 약국』(박규호옮김), 더불어 책, 2004)

8) 동양철학의 이상을 한마디로 표현하면 “내성외왕內聖外王”이다. 내성이란 바로 내면적으로는 성인의 자질을 닦는 것이고, 외왕은 글자 그대로 외적으로 왕 노릇을 잘 하는 것이다. 성인의 자질이란 것은 ‘인간다움’을 실현하기 위한 도덕적인 자질을 닦는 것을 말하며, 외왕을 현대적 의미로 바꾸어 보면, 한 인간이 사회의 구성원으로서 자신의 역할과 책임을 다하고자 하는 것이라고 할 수 있다.

9) 여기서 말하는 ‘생명’은 생물학적 차원의 생명이 아니라, ‘도덕적 생명’ ‘가치적 의미’의 생명을 말한다.

돌아보고, 자신의 삶의 태도와 방식을 바꾸어나가는 과정이 필수적인 것이다.

그러나 시간과 공간의 한계 속에 살아가는 인간은 언젠가는 반드시 죽음을 맞이할 수밖에 없는 유한한 존재이다. 동양철학의 관점에 따르면, 육체를 가진 인간은 분명 시간의 계열 속에서 유한함에도 불구하고, 가치적 측면에서는 무한의 가치를 실현할 수 있는 충분한 능력을 가지고 있다고 본다. 동양에서 무한의 가치를 실현한 이러한 이상적 인간의 실현 가능성을 언제나 자신의 내면적 근거에서 찾고 있다. 그래서 자신의 생명을 중시하고, 인간의 무한한 욕망을 이성의 적절한 통제 하에 놓아 두고자 하는 것이다. 그래서 항상 인간의 마음을 ‘이성화’하고 ‘순결화’하고자 하기에 수양修養과 실천을 강조하지 않을 수 없는 것이다.

수양론의 관점에서 『장자』를 전체적으로 살펴보면, 많은 부분이 철학적 대화의 방식을 통하여 질문을 구성하고, 그 문제해결의 방안을 제시하고 있다. 이러한 면에서 보면 장자는 2500년 전에 이미 ‘철학상담’을 통하여 인간의 마음치유를 시행하고 있었다고 해도 과언은 아니다. 시대를 달리하는 우리가 장자의 문제의식과 만나는 지점은 바로 시간과 공간의 한계 속에 살아가고 있는 인간들이 근본적으로 가지고 있는 ‘고통’에 대한 문제일 것이다. 장자는 “우리는 왜 자유롭지 못한가?”라는 질문에서 출발한다. 이 물음에서 출발하여 철학적 대화와 자발적인 수양의 과정을 거쳐서 정신적 자유의 경지’에 도달할 것을 주장한다. 이러한 경지에 도달하는 과정을 통하여 제한되고 상처받은 우리의 마음을 치유하고, 온전한 마음으로 전환하고자 하는 것이다.

본 논문은 장자철학에 있어서 인간의 고통의 문제 해결과 마음치유에 대한 이론적인 근거와 그 방법에 대하여 논의를 전개하고자 한다. 아울러 그러한 문제의 해결에 있어서 철학상담의 활용 가능성에 대하여 살펴보고자 한다.

## 2. ‘마음의 병’에 대한 정의

지금 현대인들은 과거 어느 시대보다 더 바쁘게 살아가고 있다. 왜냐하면 바쁘게 뛰지 않으면 하루도 살아갈 수 없는 사회적 구조이고, 이러한 구조 속에서 움직이지 않는다는 것은 바로 도태를 의미하기 때문이다. 이처럼 무한 경쟁을 벌이고 있는 현대사회 속에서 인간들은 자신이 직면하고 있는 크고 작은 문제에 좌절하고 고통을 느끼며 살아가고 있는 것이다. 다시 말해 현대인들은 물질적으로는 풍요롭고 윤택함에도 불구하고, 정신적으로는 과거 어느 때보다도 더 불안한 시대를 살고 있다고 하겠다.<sup>10)</sup>

또한 자본주의 경제체제를 돌리기 위하여 ‘소비가 미덕’임을 강조하고 있는 이러한 사회 속에서는 인간을 단지 소비의 주체로 전락시키고, 소비를 실행하는 그 순간에만 인간으로 대우를 해주고 있는 것 같다. 그리고 사람들도 단지 소비를 행복의 척도로 삼고 있고, 소비를 통해 행복해져야 한다는 강박감에 시달리고 있고, 그로 인하여 심한 스트레스를 받고 있는 실정이다. 자신이 얼마나 소비할 수 있는지에 따라 자신이 얼마나 행복한지를 판단하고 결정짓고 있는 것이다. TV매체 등에서는 끊임없이 소비를 촉진하는 광고를 쏟아내고 있으며, 그에 따라 남들보다 상대적으로 많은 소비를 하게 되면 더 행복하다는 우월감을 가지게 되고, 반대로 적은 소비를 하게 되면 자신이 남들보다 불행하다고 하는 상대적 열등감과 빈곤감에 사로잡히게 되는 것 같다.<sup>11)</sup> 이러한 상대적 열등감과

---

10) 그 단적인 예를 우리나라의 자살률이 OECD 가입국 중에 최고를 기록하고 있음에서 찾아볼 수 있을 것이다.

11) 여기서 말하는 상대적 열등감 혹은 우월감은 예를 들어 아파트 평수가 마치 사람들의 인격을 결정하는 것처럼 행동하는 천박한 자본주의에 물든 사람들을 염두에 두고 하는 말이다.

빈곤감 혹은 우월감에 빠져들게 되면, 자신의 소중한 가치, 좀 더 나아가 인간의 존엄한 가치가 무엇인지를 파악하기 어렵게 되고, 자신을 절망과 고통의 상태로 빠뜨릴 위험이 더 높아진다는 사실이다.

이러한 진정한 자아의 상실에서 오는 고통은 비단 현대사회의 문제만은 아닌 듯하다. 장자도 “일단 품수 받은 몸을 이룬 이래로 잃지 않고서 다하기를 기다린다. (인간을 포함한) 서로 싸우고, 서로 마찰하며, 그 안에서 무엇인가를 끊임없이 추구하지만, 멈출 줄을 모르니 또한 슬프지 않은가? 종신토록 마음을 써서 피곤해지되 공물을 이루지도 못하고 나른히 지쳐도 돌아갈 곳을 알지 못하니 애달프다 아니 하겠는가? 사람들은 그것이 죽지 않는다고 하지만 무슨 유익함이 있겠는가? 형체의 변화에 따라 마음도 함께 변하니 매우 슬프다 아니 하겠는가?”라고 개탄하고 있다.<sup>12)</sup>

짧은 인생을 살아가는 동안도 인간들은 크고 작은 이권을 얻기 위하여 끊임없이 다른 사람들과 의견충돌과 분쟁을 일으키고, 자신의 생존을 위하여 목숨을 걸고 싸우기도 한다. 또한 작은 이익에 눈이 멀어서 외물들을 쫓아다니면서, 자신을 소모하고, 자신의 본성을 상실하면서 살아가고 있는 것이다. 장자는 이것을 “형체에 따라 마음도 변해가니 매우 슬프다 하지 않겠는가”라고 말하고 있는 것이다. ‘마음도 변해 간다’는 것은 바로 스스로 문제 상황을 돌아보고, 질문을 던짐으로써 객관적으로 판단할 수 있는 능력을 상실했다는 것을 의미한다. 하지만 일반적인 사람들은 자신이 겪고 있는 고통과 절망의 원인이 어디로부터 오는지 차분히 따져볼 겨를도 없이 살아가고 있다고 할 것이다.

그리고 장자는 “무엇인가를 끊임없이 추구하지만, 멈출 줄을 모르니 또한 슬프지 않은가?” 말한다. ‘멈춤을 안다는 것’은 바로 현재의 자신의 행위와 처지를 돌아볼 수 있는 주체적인 ‘반성능력’을 가리킨다. 반성능

12) 『莊子』, 「齊物論」, “終身役役而不見其成功, 荼然疲役而不知其所歸, 可不哀邪! 人謂之不死, 奚益! 其形化, 其心與之然, 可不謂大哀乎?”

력은 바로 자기 자신에게 질문을 제기하는 능력을 의미한다. 여기서 질문의 대상은 바로 자신이 가진 신념체계에 대한 것이다. 이른바 실천철학은 패러다임의 전환을 포함하고 있다. 패러다임 전환이란 단순히 정보를 수집하거나 지식을 전단하기보다는 사고하는 방법과 훌륭한 삶을 살아가는 방법을 배우는 “일상과 관련된 실천”을 의미한다.<sup>13)</sup> 직면하고 있는 문제를 해결하기 위해서는 기존의 신념 체계를 일부 바꾸어야 하는 것이다.

장자는 「소요유」 끝부분에서 우리가 삶의 문제를 발생시키는 중요한 원인 중의 하나가 바로 잘못된 패러다임, 인생관, 가치관에 근거하고 있기 때문임을 보여주고 있다. 이 대화에서, 혜사가 “위나라 임금의 나에게 표주박 씨를 주었다네. 그걸 심었더니 표주박이 아주 크게 열렸지. 물 다섯 섬을 담을 정도로 크더군. 하지만 단단하지 못해서 물을 담았더니 금방 깨졌다네. 반으로 쪼개 봐도 너무 얇아서 조금 밖에 담을 수가 없고, 그래서 결국 이 표주박은 크기만 컸지 아무짝에도 쓸모가 없어서 다 깨버렸다네”라고 말하자, 장자는 “저런! 자네는 큰 물건을 크게 쓸 줄 모르는군!”이라고 말하면서, “이 표주박들을 큰 술통으로 만들어서 배를 삼아 강호에 유유히 띄워 놓면 좋을 것 아닌가? 왜 그 표주박이 크고 얇다고만 근심하고 있는가?”라고 말하면서 마지막으로 “그대에게 유봉지심(有蓬之心)이 있는 모양이네”라고 비판한다.<sup>14)</sup> 봉(蓬)은 쭈이다. 쭈은 짧고 굵지만, 삼밭에서 자라게 되면 곧게 자라는 삼을 따라 곧게 클 수 있다. 사람의 마음에 쭈와 같은 것이 자란다는 것은 마음에 편견을 가지고 있다는 것을 비유로 드는 것이다. 이것은 자신 중심적 관점에 따라 사물과 사건

13) 피터 B. 라베, 『상담과 심리치료에 있어서 철학의 역할』(김수배외 옮김), 학이시습, 2016, 265쪽

14) 『莊子』, 「逍遙遊」, “惠子謂莊子曰:「魏王貽我大瓠之種, 我樹之成而實五石, 以盛水漿, 其堅不能自舉也, 剖之以爲瓢, 則瓠落無所容. 非不曄然大也, 吾爲其無用而培之…夫子固拙於用大矣…今子有五石之瓠, 何不慮以爲大樽而浮乎江湖, 而憂其瓠落無所用? 則夫子猶有蓬之心也夫!”

을 바라보고, 평가한다는 것을 의미한다. 이러한 ‘유봉지심’은 잘못된 신념체계이고, 이러한 자신의 신념을 절대화함으로 인하여, 사물과 사건의 진상을 제대로 파악할 수 없게 되고, 결국에 우리의 마음에 병을 낳게 된다는 것이다.

주지하다시피 잘못된 신념체계는 편견을 갖게 하고, 세상의 일에 올바르게 대처할 수 있는 능력을 상실하게 만든다. 그것이 바로 인간들의 ‘마음의 병’을 낳게 하는 원인으로 작동하는 것이다. 이러한 마음의 병은 언제나 가치 판단의 문제가 항상 개입되어 있다. 우리의 일상생활에서 ‘도덕적 딜레마’, ‘이념적 갈등’, ‘직업상의 윤리적 갈등’, ‘현실과 이상을 통합시키는데 따르는 어려움’, ‘이상과 정서 사이의 갈등’, ‘의미·목적·가치의 위기’, ‘개인의 정체성의 문제’, ‘부모로서 자식을 양육하는 전략’, ‘직업 변경에 따른 불안’, ‘중년에 만나게 되는 인생의 위기’, ‘인간관계의 문제’, ‘목적을 달성하지 못해서 느끼는 낭패감’, ‘사랑하는 사람의 죽음 혹은 본인의 죽음’ 등의 문제와 항상 부딪친다.<sup>15)</sup>

이러한 문제에 직면하여 잘못된 습관이나 정보에 따라 이해하고 판단할 경우 언제나 혼란에 빠지고 삶의 방향성을 상실하게 되어, 고통을 발생시키게 되는 것이다. 가치판단과 연관을 갖고 있는 이러한 마음의 병이나 철학적 병은 오직 기존의 사유방식의 전환과 생활태도의 변화를 통해서 치유될 수 있는 것이지, 약물에 의존하여 치유될 수 없는 것이다.<sup>16)</sup> 여기서 말하는 ‘마음의 병’은 우리가 직면하고 있는 문제 상황을 자신의 관점에 따라 판단하게 됨으로써 사태를 제대로 파악하지 못하고, 고통 받고 있는 상태를 지칭하는 것이지, 심리학이나 정신과에서 규정하는 ‘질병’이라고까지 부를 수는 없는 것이다. 마음의 병은 뇌질환에 의한 병과

15) 루 메리노프, 위의 책, 29-30쪽 참조.

16) 비트겐슈타인도 “한 시대의 병은 인간들의 생활방식의 변경에 의해 치유되고 철학적인 문제의 병은 오로지 변화된 사고방식과 생활방식을 통해서 치유될 수 있는 것이지 어떤 개인이 만들어낸 약물을 통해 치유될 수는 없었다.”라고 말한다 (칼 엘리엇, 『철학적 병』, 인간사랑, 22쪽에서 재인용)

는 구분되어야 한다. 마음의 병은 가치관에 관한 문제이다. 만약 뇌질환에 관련된 문제라고 한다면 화학적 약물치료로 접근해야 하지만, 일상에서 만나는 잘못된 가치관에 따른 마음의 병에 관련된 문제들은 대화와 상담을 통하여 해결해야 하는 것이다.<sup>17)</sup>

그렇다면 장자는 이러한 인간의 사태를 제대로 파악하지 못하고 시비 분란을 일으키는 고통을 낳는 직접적인 원인을 어디에서 찾고 있는가? 장자는 그 원인을 우리의 마음에서 찾는다. 우리 마음에 잘못된 시비 판단의 기준을 가지고서 사물과 사건을 받아들이기 때문이라는 것이다.

“대저 그 성심成心을 따라 그것을 스승으로 삼으면 누구인들 스승이 없겠는가? 하필 갈마들임을 알아서 마음으로 스스로 얻음이 있는 사람(지적으로 우수한 사람)이라야 그것이 있겠는가? 어리석은 사람도 그것과 더불어 참여함이 있으니, 마음에 미쳐 이루어지지 않았는데 시비가 있다면 이것은 오늘 월나라에 갔는데 어제 이르렀다는 것과 같은 것이다”<sup>18)</sup>

‘성심’이란 습관이 쌓여서 이루어진 습심習心(habitual mind)이다. 모든 사람은 다 습관적인 마음을 가지고 살아간다. 누구나 다 자신이 배우고, 익숙해진 자신만의 생활습관을 가지고 있다. 또한 자신만의 특이한 경험적인 습관, 가정교육, 그리고 학교를 비롯한 여러 가지 교육에 근거하여

---

17) 정신질환은 그저 문제를 일으키는 신념, 가치, 두려움, 감정 등이다. 그것은 아무런 신체적 실재도 아니다. 그것은 아무런 실체적 실재도 아니다. 정신적인 문제들이 유기체상의 원인을 갖는 것으로 드러나게 되면 그것들은 더 이상 정신적인 문제들이 아니라, 유기체인 뇌의 문제로 전환되는 것이다. 현재 정신의학에서 주장하는 정신질환의 존재론은 결국 두 가지 오해 위에 기초하고 있는데, 마음은 뇌와 동일하며, 증상에 기반을 두고서 정신질환 진단을 내리는 일은 유기체적인 장애향을 발견하는 일과 같다는 것이다. 이 중 어느 것도 정당화되지 않는다. (피터 B. 라베, 『상담과 심리치료에 있어서 철학의 역할』, 56쪽 참조)

18) 『莊子』, 「齊物論」, “夫隨其成心而師之, 誰獨且无師乎? 奚必知代而心自取者有之? 愚者與有焉. 未成乎心而有是非, 是今日適越而昔至也.”

자신의 마음의 양태를 닦아가고, 그렇게 형성된 자신의 생각을 가치 판단의 표준으로 삼아간다. 현실적으로 볼 때 모든 사람은 다 각기 자기 방식대로 시비판단의 표준을 가지고 있는 것이다. 그래서 우리가 살아가고 있는 현상세계에서 어느 것이 절대적으로 옳고, 어느 것이 절대적으로 옳지 않다고 할 수 없는 객관적 표준이 존재하지 않고, 상대적 진리관이 존재하게 되는 것이다. 그래서 ‘누구인들 스승이 없겠는가?’라고 말하고 있는 것이다. 지적으로 우수한 사람이든 우매한 사람이든 상관없이 다 자신의 시비 판단 기준인 ‘성심’을 가지고 있다는 것이다. 각종 시비是非를 가리는 문제에 대하여 자기 나름의 각각의 표준이 존재하게 되는 것이다. 따라서 ‘성심’이 있어야 비로소 시비쟁론이 벌어질 수 있다는 것이다.

그렇다면 시비분쟁을 일으키는 원인이 되고, 마음의 병을 낳는 원인이 되는 이러한 ‘성심’을 어떻게 가지게 되는 것인가? 그것은 본인의 경험과 교육이 그렇게 만드는 것이다. 장자는 “일곡지사一曲之士와 대도大道에 대하여 토론할 수 없는 것은 그것이 교육에 의하여 구속되어 있기 때문이다”<sup>19)</sup>라고 말한다. 여기서 일곡지사는 한 부분만을 아는 선비이다. 그의 마음은 자신이 배운 교육환경과 성장배경에 의하여 영향을 받게 마련이다. 일곡지사의 마음을 ‘유봉지심’이라고 말할 수 있다.<sup>20)</sup> 유봉지심은 바로 성심을 가리킨다. 만약 성심이 없거나, 아직 성심이 아직 형성되지 않았다면 시비가 존재할 수 없고, 그것을 나눌 표준이 없다는 것이다. 그래서 장자는 시비 판단의 주관적 기준이 존재하지 않으면서도 시비판단이 존재한다면, 이러한 것은 ‘오늘 월나라에 갔는데 어제 도착했다’고 말하는 것처럼 논리적으로 모순된 것으로, 현실적으로 불가능하다는 것을 보여준다. 이처럼 장자는 우리는 육신을 가지고 현상계인 물질세계에서

19) 『莊子』, 「秋水」, “曲士不可以語於道者, 束於教也.”

20) 「逍遙遊」, “則夫子猶有蓬之心也夫!”에 대해 向秀는 “쭈은 짧고 곧지 않으니 곡사를 말하는 것이다(蓬者短不暢, 曲士之謂)”라고 말하고 있다.

살아가는 사이에 사물 사건의 변화에 매몰되고, 시비분별의 틀 속으로 빠져들어 고통 속에 살아갈 수밖에 없다고 한다. 이러한 ‘성심’과 ‘유봉지심’이 바로 ‘마음의 병’을 낳는 원인으로 작용하는 것이다. 따라서 이러한 것에서 벗어나기 위해서는 성심成心에서 도심道心으로의 전환을 모색해야 한다는 것이다.

마음을 성심成心과 도심道心으로 나눈다고 하여, 각기 독립적으로 분리되어 있는 두 개의 마음이 존재하는 것이 아니라, 하나의 마음속에서 일어나는 두 가지 다른 마음의 상태를 묘사한 것이다. 만약 수양의 과정을 거쳐서 성심을 제거하게 되면, 우리의 마음이 본연의 상태에 도달하게 되고, 그 진실함을 드러내게 되는 데, 그것을 우리는 도심道心이라고 부르는 것이다.<sup>21)</sup> 우리의 마음이 성심의 단계에 머물러 있게 되면, 항상 사태를 온전히 보지 못하고, 하나의 시비분별의 순환 고리 속에 머물게 되어 고통과 부자유함을 발생시키게 되고, 마음의 병을 앓게 된다는 것이다.

### 3. 마음치유의 출발점 - ‘오상아뫼喪我’

인심人心에서 도심道心의 전환은 바로 일차적으로 관점의 전환을 의미한다. 관점의 전환은 바로 자신이 가지고 있던 기존의 비본래적인 관점을 제거하는 것에서 시작하는 것이다. 문제 상황에 처하여 있는 내담자

---

21) 여기서 말하는 도심道心은 일반적으로 말하는 심리학적 마음(心)이 아니고, 수양의 과정을 통하여 도달한 본심本心에 해당하는 것으로, 이 마음(心)은 transcendental (초월적)한 것이다. 초월적이란 경험을 넘어서 있는 것이고, 경험으로부터 얻어지는 것이 아님을 말한다. 그리고 여기서 말하는 도심道心은 성심成心과 대비되는 이상적 마음을 가리킨다. 송명유학에서 말하는 도덕적 마음으로서의 도심과 구분할 필요가 있다. 여기서는 성인이 가지는 마음을 통칭해서 도심道心이라고 사용한다.

로 하여금 철학적 대화와 자발적인 수양의 과정을 거쳐서 ‘제물齊物’<sup>22)</sup> 즉 만사만물萬事萬物을 평등하고 온전한 관점(이것을 제일齊一이라고 부른다)으로 받아들이는 ‘정신적 자유의 경지’에 도달할 것을 주장한다. 장자는 이러한 정신적 자유의 경지에 도달하기 위해서는 편견과 사욕 등에 묶여져 있는 우리의 일상적 마음, 즉 성심成心の 제거를 주장한다. 그래서 내면의 자아의 문제에 대하여 주목하고, ‘상아喪我’의 문제를 제기한다. ‘상아喪我’의 단계에 도달하지 못하면 단지 경험적 인식의 범위 내에 머물게 되어 인뢰人籟와 지뢰地籟는 이해할 수 있겠지만, 초월적 의미를 지니고 있는 천뢰는 이해할 없다는 것이다.

“남곽자기가 탁자에 의지하고 앉아 하늘을 우러러 한 숨을 내쉬니 죽은 듯이 그 짝을 잃어버린 것 같았다. 제자인 안성자유가 앞에서 모시고 서 있다가 말하길 “어떤 까닭입니까? 형체는 본래 말라비틀어진 나무와 같게 할 수 있고, 마음은 본래 식어버린 재와 같게 할 수 있습니까? 지금 책상에 기대어 있는 분이 이전에 탁자에 의지하고 있는 분 같지 않습니다.” 자기가 말하길 “언이여! 또한 좋지 않은가! 그대가 그것을 묻은 것이! 오늘 나는(오쑤) 나(아我)를 잃어버렸으니, 그대는 그것을 알고 있느냐? 그대는 인뢰(사람의 피리소리)를 들었지만, 아직 지뢰(땅의 피리소리)를 듣지 못하였고, 땅의 피리소리는 들었지만, 아직 천뢰는 듣지 못했구나!”<sup>23)</sup>

22) 「제물론齊物論」을 읽는 두 가지 독법이 존재한다. 하나는 제齊‘물物’로 끊어 읽는 것이고, 다른 하나는 제齊‘물론物論’으로 끊어 읽는 것이다. 여기서 ‘물物’은 넓은 의미로 사용되어 ‘사사물물事事物物’을 가리키는 것으로, 제齊‘물物’한다는 것은 모든 사물과 사건을 다 제일齊一(가지런하게 보려는 것, 온전하게 보려는 것)이다. 두 번째 독법은 성립할 수 없는 것이다. 왜냐하면 그렇게 읽게 되면 제일齊一하려는 대상이 ‘물론物論’의 범위 안으로 상당히 축소된다. ‘물론’이란 이론(theory)을 가리킨다. 장자는 당시에 유가와 묵가 등과 같은 대립적인 이론을 가지런히 하려는 것에 한정되지 않고, 시비, 선악, 미추 등 일체의 비교되는 것이나 가치적인 것 그리고 상대적인 판단에 대하여 제일齊一하려는 것이다. (牟宗三, 『莊子』, 『齊物論』講演錄(一), 『鵝湖』總號 319, 3쪽 참조)

23) 『莊子』, 『齊物論』, “南郭子綦隱机而坐, 仰天而嘘, 荅焉似喪其耦. 顏成子游立侍乎

위의 대화문에서 ‘그 짚을 잃어 버렸다(喪其耦)’와 ‘나는 나를 잃어버렸다(吾喪我)’는 서로 호응하는 문구이다. 여기서 말하는 ‘ 짚(耦)은 몸과 상대되는 마음(心, 정신)을 가리킨다. 몸이 기운이 없이 축 널어져 있다는 것은 바로 그와 짚을 이루는 마음(정신)을 잃어 버렸기 때문이다.<sup>24)</sup> ‘나(吾)는 나(我)를 잃어버렸다(吾喪我)’에서 오름은 주어에 해당하고, 아 나는 목적어에 해당한다. ‘오상아(吾喪我)’는 바로 ‘망아(忘我)’에 해당한다. 여기서 ‘아(我)’는 ‘정신’ ‘생각’ ‘마음’을 가리키는 것으로, 무엇을 집착하거나, 고정된 틀 속에 갇혀 있는 마음을 가리킨다. 그래서 ‘망아’는 평소 우리가 흔히 말하는 ‘집착하고 있는 우리의 생각이나 마음을 내려놓는 것’을 말한다. 그래서 마치 보기에 겉으로 보기에 낮이 나가있는 것 같은 상태, 혼이 빠진 상태와 같지만, 내면으로는 평안한 모습을 보이는 것을 말한다.<sup>25)</sup> 혼이 빠진 이러한 상태 아래에서 우리의 마음이 기존의 고정된 형태 혹은 틀에 구속되지 않고, 해방되고, 비상하게 된다. 이러한 경

前, 曰: 「何居乎? 形固可使如槁木, 而心固可使如死灰乎? 今之隱机者, 非昔之隱机者也。」 子綦曰: 「偃, 不亦善乎? 而問之也! 今者吾喪我, 汝知之乎? 汝聞地籟而未聞地籟, 汝聞地籟而未聞天籟夫!」”

- 24) 牟宗三, 『『莊子』, 『齊物論』講演錄 (一)』, 4쪽 참조. 曹礎基는 ‘耦’를 眞君과 서로 대립된 ‘功’ ‘名’ ‘己’와 같은 것이라고 말한다. 이것은 소요유의 무명無名, 무공無功, 무기無己와 연관하여 설명한 것이다. 그러나 그도 만물을 제동齊同하기 위해서는 사심私心과 편견을 제거하여야 한다고 주장한 것에 비추어 보면, 여기서 ‘아(我)’는 비본래적인 마음(心)을 가리키는 것으로 해석하는 것이 합당하다고 생각된다.(『莊子淺注』, 中華書局, 1992, 17쪽) 그래서 진고웅陳鼓應도 ‘오상아(吾喪我)’를 ‘정신활동이 신체에 의하여 제한 받지 않는 것이다’라고 해석하고 있는 것으로 보인다.(『莊子今注今譯』, (上), 中華書局, 1991, 34쪽 참조)
- 25) 만약 ‘망아(忘我)’를 곧 바로 ‘망심(忘心)’으로 해석하게 되면, 이른바 정신 줄을 놓아놓은 ‘정신병’의 상태로 이해할 수 있다. 그러나 마음을 잊는다는 것은 우리의 고정된 틀에서 벗어나고자 하는 시도로 변잡한 마음, 분별하는 마음을 내려놓는 것을 말한다. 위의 인용문에서 ‘마음이 식어버린 재와 같다’는 것은 자유가 스승의 모습을 제대로 파악하지 못한 것이다. 마음이 재와 같다는 것은 활동하지 않고 죽어버린 것과 같다. 마음이 죽었다는 것은 마치 ‘정신병’과 같은 것일 것이다. 그래서 스승이 ‘인뢰’ ‘지뢰’란 현상만을 보고, 그 너머에 있는 ‘천뢰’를 파악하지 못했다고 비판하는 것이다.

지에서 비로소 ‘천뢰’가 어떤 것인지를 이해하게 되는 것이다. 평소의 우리의 마음과 정신은 구속되어 있고, 무엇인가에 얽매여 벗어나 있지 못하고, 항상 긴장상태에 있다. 다시 말해 고정된 형식에 의하여 구속되어져 있는 것이다. 마음과 정신이 고정된 틀에서 벗어나 해방되는 것을 도가철학에서는 쇠탈灑脫이라고 한다. 매우 자연스럽고, 호방하면서도 구속됨이 없는 그러한 상태를 말하는 것이다. 자연스러우면서도 호방한 삶의 태도를 가진 사람들은 대체로 그의 마음과 정신이 기존의 고착화된 규칙이나 제도, 진부한 습관의 틀에서 자유롭고 구속되지 않음을 흔히 본다.

우리의 마음에 구속되거나 집착하고 있는 것을 제거하게 되면 자연히 마음에 ‘지혜’가 비로소 드러날 수 있게 되고, 우리의 마음과 정신이 해방될 수 있는 것이다. 고정된 틀에서 벗어난 마음과 정신을 통해서 비로소 인뢰와 지뢰, 그리고 천뢰가 무엇을 의미하는지 비로소 이해할 수 있다는 것이다. 장자는 인뢰는 생황과 같은 악기에서 나오는 소리이고, 지뢰는 자연의 온갖 구멍에서 나는 소리라고 규정을 내리지만, 천뢰에 대해서는 의문구로 암시하고 있을 뿐 구체적으로 정의를 내리지 않고 있다.

그렇다면 ‘천뢰’란 무엇을 의미하는 것일까? 천뢰는 도가철학에서 말하는 ‘자연自然’의 의미이다. 다시 말해 천뢰는 우리의 마음과 정신이 고정된 틀에서 벗어나 해방되는 쇠탈灑脫의 경지에 있음을 말한다. 마음과 정신이 자유자재自由自在하게 되면 비로소 천뢰를 이해할 수 있는 것이다. 장자철학에서 말하는 천뢰와 자연은 자유자재의 의미를 갖고 있다.<sup>26)</sup> 그러므로 자연은 어떤 것에도 의지하는 바가 없는 무조건적인 자유의 경지이다. ‘자연’은 스스로 이와 같다고 하는 ‘자기여차自己如此’를 나타내는 것이다. 다른 말로 하면 자유의 경지다. ‘자유’라는 것은 다른 것에 근거하는 것이 아니라 자기 근거로부터 나오는 것이다.<sup>27)</sup> 그러나 세상천

26) 이러한 의미의 ‘자연’은 서양에서 말하는 natural world와 구별된다. 서양에서 말하는 자연세계는 도가철학의 관점에서 보면 부자연不自然한 것이고, 다른 원인에 의하여 현재의 결과를 도출하게 되는 타연他然이다. 그것은 조건적인 것이다.

지에 스스로 이와 같은 것(자기여차自己如此)이 어디에 있는가? 현상세계의 사물과 사건을 살펴볼 때 모든 사물은 서로 의지하여 있는 인과관계에 있고 조건적인 것이다. 조건적이라고 한다면 스스로 이와 같은 것(자기여차自己如此)이 아니고, 자신의 주위의 것에 의지하고 있는 것이다.

스스로 이와 같다는 것은 현상세계의 영역이 아니고, 초월적 영역이다. 초월은 시간과 공간의 한계를 가진 물리적 영역에서는 가능하지 않다. 다만 정신적 영역에서 가능한 것이다. 수양을 통하여 도달하는 ‘자연’의 경지는 서양에서 말하는 자연세계가 아니고 고도의 수양을 통하여 도달한 ‘정신적 경지’인 것이다. 이러한 마음의 경지를 도심道心이라고 부르고, 도심을 통하여 천뢰의 경지가 드러나게 되는 것이다.<sup>28)</sup>

장자는 세상의 시비, 선악, 미추 등의 가치 판단의 문제에 대해서 그 문제 상황 속에서 판단을 내리는 것이 아니라 한 걸음 물러난 초월적 입장에서 접근하려는 태도를 취하고 있음을 알 수 있다. 현실의 상대적 관점을 떠나서 보다 높은 관점에서 대상사물을 각자 자기의 특성이 있음을 인정하고, 모두 스스로 그러함(자기여차自己如此)의 의미를 지니고 있음을 인정할 때 만사만물을 평등하고 온전하게 받아들일 수 있다. 일체의 것을 평등하게 바라볼 수 있는 것을 도道라고 말한다. 예를 들어 세상의 소리인 지뢰地籟에 대하여 어떤 한 소리를 좋아하고, 다른 소리를 싫어

27) ‘자유’를 말하면 곧바로 사회적 정치적 의미의 자유를 연상하게 된다. 그것은 인간이 기본적으로 가지고 있는 ‘인권’에 관한 것이다. 그러나 장자는 이러한 인권의 의미를 뛰어넘어 정신적 영역에서의 자유를 말한다. 앞에서 말했지만 이러한 자유는 객관적으로 존재하는 사실개념이 아니라 수양을 통하여 도달되는 정신적 경지로 이해되어야 한다.

28) 유가에서 말하는 ‘본심本心’, 왕양명이 말하는 ‘양심良心’은 모두 이러한 경지이다. 구체적 경험의 세계에서 접하게 되는 현실적 사물들은 다 조건적이지만, ‘본심’, ‘사단지심四端之心’, ‘양지良知’ 불교에서 말하는 ‘열반’, ‘반야’, ‘법신’, ‘해탈’도 무조건적 마음(unconditional mind)이고, 이것이 가치 판단의 표준이 되는 것이며, 자유자재하고, 자족적인 것이다. 이 모두는 수양을 통하여 도달할 수 있는 경지이다.(牟宗三, 『莊子』, 『齊物論』講演錄(一)), 5-6쪽 참조)

하게 되면, 세속의 시비 분별의 계열 속으로 추락하여 도道を 볼 수 없게 된다. 인리와 지위를 편견에 치우치지 않고 온전한 관점으로 바라보게 될 때 비로소 ‘천뢰’가 드러나게 되는 것이다. 이것이 바로 도가식의 ‘현지(玄智)’이다.<sup>29)</sup> 시비, 선악, 미추(美醜) 등을 평등하고 온전하게 바라볼 수 있는 것은 이지적인 분석적 사고에 근거한 것이 아니라 지혜에 의지하기 때문에 가능한 것이다. 만사만물에 대하여 공평하고 온전하게 바라보고, 일체를 평등하게 놓아놓고, 어떤 편향된 집착이 없게 되면, 바로 천뢰가 드러나게 되는 것이다.

그러면 이러한 지혜는 어디에서 오는 것인가? 그것은 바로 ‘상아(喪我)’에서 시작되는 것이다. 장자의 「제물론」은 ‘상아’에서 시작하여 수양의 과정을 거쳐 시비분별의식을 제거하고, 나와 나 아닌 것을 구별하는 관념을 타파하여 만물을 온전히 받아들일 수 있는 자연의 경지에 이르고자 하는 것이다. 따라서 자연의 경지를 실현하기 위해서는 우선 요구되는 것이 기존의 신념 체계와 세계관에 대하여 반성하고 점검하는 일에서부터 시작되는 것이다. ‘오상아’는 바로 편향되고 집착하는 마음(성심)에서 벗어나 사물을 평등하고 온전히 바라볼 수 있는 마음(도심)으로 전환을 상징적으로 보여주는 말이다. 그러한 전환의 과정 속에는 앞에서 말한 것처럼 언제나 자발적인 자기극복과 자아결단이 내재되어 있는 것이다. 이러한 수양의 과정을 현대적 의미로 바로 보면 마음치유의 과정이라고 할 수 있을 것이다.

---

29) 도가철학의 지혜의 특징을 ‘玄智’라고 표현한다. 그러한 진리의 성향은 직선적이지 않고 곡선적인 의미를 담고 있다. 삶의 역설적이고 변증적인 면을 담아내는 오묘한 인생의 진리를 표현하는 말이다. 예를 들어 노자 7장에서 “내 몸을 뒤로 하는데 내 몸이 앞선다(後其身而身先)”와 같은 경우다. 여기서 ‘뒤로 한다’한다는 것은 스스로 물러나고, 양보하고, 겸양함을 말한다. 실생활에서 보면, 훌륭한 인격을 갖춘 사람이 스스로 한없이 양보하고 겸양하여, 뒤로 물러나 있어도, 그러한 양보와 겸양에 의하여 다른 사람으로부터 도리어 존경받고, 추앙받을 받아 사람들의 전면에서 서게 경우를 종종 목격하게 된다.

#### 4. 철학 치유의 방법 - 무위와 비움

철학상담은 내담자로 하여금 문제 상황을 올바르게 인지하도록 하고, 그 해결의 방안을 스스로 모색하도록 철학적 대화를 통하여 도움을 주려는 것이다. 그렇기 때문에 철학상담이란 하나의 학문을 영역을 점하기보다는 기술적인 측면이 중시되기는 하지만, 그렇다고 훌륭한 카운슬러의 조건이 특별한 기술만을 앞세우는 것은 아니다. 어떤 때 기술은 별로 도움이 되지 않는다. 가장 중요한 것은 상대방의 얘기를 듣고, 공감하고, 이해하고, 상대방의 문제를 새롭게 바라보고, 해결 방법을 제시해 주고, 희망을 갖게 해주는 능력인 것이다.<sup>30)</sup>

장자가 말하는 수양을 통한 마음치유의 길이 철학상담 현장에서 어떻게 도입될 수 있는가? 『장자』의 구성을 보면 대부분이 권위있는 스승이나 현자와 제자 혹은 이른바 내담자와 대화로 구성되어 있다. 장자철학에서 성인 혹은 상담자의 역할은 제자 혹은 내담자로 하여금 일상적 마음에서 허정한 마음으로의 전환을 도와주는 것이다. 내담자로 하여금 성심成心에 묶여 있는 불필요한 야심이나 욕망을 비워내도록 도와주는 것이다. 이것을 장자는 무위자연으로 설명한다. 장자에서 ‘자연’은 어떤 것에도 구속됨이 없는 독립을 의미하는 정신적 자유를 말하고 있음을 밝혔다. 자연은 정신적(spiritual)인 것이고, 수행을 통하여 도달하는 최고의 경지인 것이다.<sup>31)</sup> 자연을 말하게 되면 무위無爲를 말하지 않을 수 없다. 우리는 항상 무위자연無爲自然이란 말을 함께 사용하고 있다. 그 원인은 바로 무위함 속에 이미 자연이란 말을 포함하고 있다고 할 수 있다. 무위無爲는 아무 것도 하지 않는 것이 아니다. 무위는 무사無私라고도 말

30) 루 매리노프, 『철학으로 마음의 병을 치유한다』, 60쪽

31) 牟宗三, 『中國哲學19講』, 90쪽 참조

할 수 있다. 다시 말해 우리 마음에서 일어나는 조작하려는 마음을 제거해가는 과정으로, 우리의 마음이 무한한 욕망이나 이기심에 흐르는 것을 막고, 그것을 넘어서게 되면, 우리의 행동은 자유로울 수 있고, 자연스러워질 수 있다는 것이다. 무위의 결과가 바로 자연이라고 할 수 있는 것이다. 그래서 자연을 따른다는 것은 바로 우리의 마음이 사사로움이 없는 무사無私의 경지, 즉 허심虛心の 경지에 따른다는 것이다. 허심의 경지에 따른다는 것은 바로 자기중심적 사고에서 벗어나는 것을 말한다. 상담자의 역할이라는 것은 바로 자기중심적 사고에서 벗어나 사물의 이치에 따라 살게 되면 외물의 속박과 상해를 입지 않을 수 있다는 것을 제시하고자 하는 것이다. 자신의 마음을 비우고 사물의 자연스러운 이치에 따라 사는 것이 바로 장자가 제시하는 이상적 삶의 한 형태라고 할 수 있다. 장자는 자기중심적 사고에서 벗어나 허심으로 자연을 따르는 경지에 오르기 위해서는 특수한 종류의 위도공부가 요구된다고 주장한다. 장자는 이러한 방법으로 비위가고 또 비위가는 ‘손지우손損之又損’의 방법을 제시한다.<sup>32)</sup> 이러한 ‘비움’의 과정을 통하여 회복되는 것이 바로 ‘허정심虛靜心’이다.

상담자의 역할은 아이를 낳는 것이 아니라 낳도록 도와주는 산파의 역할과 비슷하다. 불개입 원칙으로 내담자 스스로 자신의 내적인 경험의 지혜를 발견하고 확신을 갖도록 도와 줄 뿐이다. 상담자가 단순히 기법이 아니라 신념과 믿음을 가지고, 자신의 삶에서 우러나오는 상담과 치유의 과정을 진행할 때, 내담자는 무의식적으로 자신에게 일어나는 현재의 상태를 알아차리게 된다.<sup>33)</sup> 내담자를 치료해야 한다고 억지로 애를

32) 『莊子』, 「知北遊」 故曰 :爲道者日損, 損之又損之以至於无爲, 无爲而无不爲也」

33) “기술이나 기법의 습득은 과학의 영역으로 누구나 시간과 노력을 들이면 쉽게 이룰 수 있다. 그러나 인간의 본성에 대한 파악은 그런 식으로는 습득되지 않는다. 그것은 관찰자 자신의 인격을 통한 파악이기 때문에 자신의 인격을 계발하고 성숙시킬 수밖에 없다.” (이죽내, 『융심리학과 동양사상』, 15쪽)

쓰는 것은 오히려 부조화를 낳게 되어 치료의 역효과를 불러올 수 있기 때문이다.

선부른 충고가 도리어 내담자에게 더 큰 상처를 줄 수도 있다. 상담자는 자신의 지위를 내려놓고, 내담자의 관점으로 내려가야 한다. 따뜻한 마음으로 내담자의 생각을 지지하고, 그를 응원해 줄 줌으로써 내담자가 스스로 마음을 열고 치료의 장으로 나올 수 있도록 해야 한다. 무엇을 해주지만 자기 소유로 만들려 하지 않고, 공이 이루어져도 그곳에 머물러 하지 않는 자세를 상담자가 취할 때, 내담자는 진심으로 마음의 문을 열고 다가올 준비를 하게 될 것이다. 마음치유를 위한 상담에서 상담자와 내담자의 관계를 살펴보면, 내담자는 스스로 자신의 삶을 살아갈 능력이 충분히 있음을 인정하는 것이다. 상담자의 역할은 내담자가 스스로 자신의 길을 걸어갈 수 있도록 하는 동반자의 역할인 것이다. 자기 갈 길이 무엇인지 모르는 사람을 위하여 따뜻한 마음으로 손을 내밀어 잡아 주는 것이다. 그리고 상담자는 내담자가 자신의 길을 찾아가도록 기다려 준다. 상담자의 입장에서 “당신의 생각은 이런 면에서 잘못된 것입니다. 그러니 이런 방향으로 나가시는 것은 어떤가요?”라는 말을 내려놓기란 쉽지 않다. 우리는 쉽게 상담자의 권위로 내담자의 생각에 개입하려고 한다. 장자철학에서는 우리에게 언제나 한 걸음 물러나 전체적인 관점(도의 관점)에서 바라보기를 강조한다. 그리고 빨리 가려는 조급한 마음을 내려놓기를 권유한다. 상담자에게도 이러한 지혜가 필요하다. 자신의 상담의 방법과 기술이 빠른 효과를 보고 있다는 생각을 내려놓아야 한다. 상담자의 무위無爲함과 무사無私함이 내담자의 자화자생自化自生과 자본자근自本自根을 이끌어 낼 수 있는 근거로 작용한다.

그렇다면 장자는 이러한 허정심의 회복의 방법을 구체적으로 어떻게 제시하고 있는지 알아보자. 장자는 ‘심재心齋’와 ‘좌망坐忘’, 그리고 견독見獨과 같은 구체적인 방법을 제시하고 있다.

『장자莊子』 「인간세人間世」에서 공자와 안희가 문답하는 형식을 빌어

‘심재’의 방법을 제시하였다. 상담자인 공자는 내담자인 안희에게 심재의 방법을 통하여 사유의 전환 과정을 보여주고 있다고 할 것이다. 장자는 먼저 ‘사심(師心)’ 즉 자기 마음으로 스승을 삼고 있음을 비판한다. 이것은 바로 바로 자기관점, 자기중심적 사유를 비판한 것이다. 마음의 제계를 주장한다. 장자는 다음과 같이 말했다.

안희가 말하길 “심재가 무엇인지를 감히 묻습니다.” 공자가 말하길 “너의 뜻을 순일하게 하고, 귀로 듣지 말고 심으로 듣고, 심으로 듣지 말고 기(氣)로 들어라. 귀의 작용은 외물의 소리를 듣는데 그치고, 마음의 작용은 현상에 감응하는데 머문다. 기(氣)는 텅 비어서 외물을 용납할 수 있다. 오직 공명(空明)한 심경(心境)에 도달하여야 비로소 허(虛)할 수 있다. 허가 바로 심재이다. 안희가 말하길 “제가 ‘심재’의 도리를 듣지 못하였을 때는 실제로 저를 잊지 못하였는데, ‘심재’의 도리를 듣고 난 뒤에는 갑자기 저를 잊어버렸습니다. 이렇게 하는 것이 허(虛)에 도달했다고 할 수 있습니까?” 공자가 말하길 “맞도다.”

귀는 감각(感官)을 대표하는 개념으로 쓰였음이 분명하다. 심(心)은 앞에서 논한바 있는 성심(成心)이 분명하다. 그러면 기(氣)는 무엇인가? 여기서의 기(氣)는 단순히 기질(氣質)을 가리키는 것이 아니라, ‘사기(士氣)’ ‘지기(志氣)’의 경우처럼 정신적인 것이다. 이로써 보면 기(氣)는 ‘정감’ ‘사려’ ‘욕망’이 텅 비어있는 본성을 가리키는 것이라고 볼 수 있다. 그래서 감각보다 심을 심보다 기를 더욱 심층에 있는 것으로 간주한다. 것처럼 심층에 이르게 되면 허(虛)한 정신이 자기 모습을 드러내게 된다는 주장이다.

이로써 보면 심재는 감각을 청소하고, 심을 깨끗이 비움으로써 궁극적으로는 허(虛)의 세계를 드러내려는 것을 목표로 삼고 있음을 알 수 있다. 이 허(虛)의 경지에 이르게 되면 자연스럽게 나와 대상 사이의 간격이 없어지는 몰아양망(莫我兩忘)의 상태가 실현된다고 한다. 그러므로 출발은 비록 재계이지만 결국은 수양의 극치에 까지 이르게 된다는 것이다.<sup>34)</sup> 인간들이 허(虛)의

경지에 이르지 못하는 것은 바로 멈추지 못하기 때문이라는 것이다. 멈추지 못하고 외물의 유혹에 이끌려 살아가는 것을 장자는 ‘좌치坐馳’라고 표현하고 있다.<sup>35)</sup>

또 다른 하나의 예를 살펴보자. 「대종사」편의 남백자규와 여우의 대화에서도 이러한 수양공부를 거치고 결국 도와 하나가 되어 크게 깨달음의 경지에 들어서는 것에 대하여 말하고 있다.

남백자규가 여우에게 묻기를 “당신은 나이도 많은데도 안색이 영아와 같으니 이는 무슨 까닭입니까?”라고 하였다. 여우가 말하기를 “나는 도를 얻었네”라고 하였다. ……여우가 말하기를 “……내가 도를 얻은 경과는 이러하오. 사흘을 지킨 뒤 천하를 외면할 수 있었소. 천하를 외면한 뒤 나는 다시 이레 동안 지킨 뒤에야 모든 사물을 외면할 수 있었소. 모든 사물을 외면한 뒤에 나는 다시 아흐레를 지킨 뒤에야 생사를 외면할 수 있었소. 생사를 외면한 뒤 아침의 날씨처럼 청명할 수 있었소. 청명한 경지에 이른 뒤에야 참으로 독(어떤 것도 의존치 않는 독립자)을 볼 수 있었소. 건독見獨한 뒤에야 비로소 고금이 없게 되었소. 고금이 없게 된 뒤에야 불사불생不死不生の 경지에 진입할 수 있었소”라고 하였다.<sup>36)</sup>

여기서는 단계적으로 도를 체득하는 과정을 보여주고 있다. 수양방법과 내용 역시 좌망 상아의 경우와 비슷하지만 단지 守와 外라는 개념을 부각시키고 있고, 일련의 수련공부를 거쳐 도를 얻게 되며, 도를 얻게 된

34) 이강수, 『도가사상연구』, 114쪽 참조

35) 『莊子』, 「人間世」, “夫且不止, 是之謂坐馳.”

36) 『莊子』, 「大宗師」, 南伯子葵問乎女偶曰: 「子之年長矣, 而色若孺子, 何也?」 曰: 「吾聞道矣。」 南伯子葵曰: 「道可得學邪?」 曰: 「惡! 惡可! 子非其人也. 夫卜梁倚有聖人之才而无聖人之道, 我有聖人之道而无聖人之才, 吾欲以教之, 庶幾其果爲聖人乎! 不然, 以聖人之道告聖人之才, 亦易矣. 吾猶告而守之, 三日而後能外天下., 已外天下矣, 吾又守之, 七日而後能外物., 已外物矣, 吾又守之, 九日而後能外生., 已外生矣, 而後能朝徹., 朝徹, 而後能見獨., 見獨, 而後能无古今., 无古今, 而後能入於不死不生.

뒤의 정신 상황에 대해 언급하고 있다는 사실만 다르다. 여기의 外는 「인간세편」의 망忘의 뜻과 다를 것이 없다. 장자는 ‘외천하外天下’ ‘외물外物’ ‘외생사外生死’한 뒤에 조철朝徹 견독見獨하는 정신적 경지를 체험하게 된다고 주장한다. 조철은 아침의 청명한 날씨처럼 맑고 환하게 열린 정신세계를 표현한 용어라고 한다. 독獨은 도道이다. 도는 대비를 뛰어넘어 독립하되 짝이 없는 절대이다. 그러므로 견독은 도를 체득했다는 표현이다.

장자는 또 인간의 고통에서 벗어나는 한 방법으로 조망坐忘의 수양공부를 제시하였다. 좌망은 단좌端坐하여 일체 물아物我, 시비是非, 선악善惡, 미추美醜, 생사生死, 대소小大, 정조精粗 등 일체 차별을 초절하여 무아의 경지에 몰입하는 정신 상태이다. 「대중사편」에 공자와 안희의 문답 형식으로 소개되고 있는 이 수양공부는 ‘인의仁義를 잊어버림(망인의忘仁義)과 예악禮樂을 잊어버림(망예악忘禮樂)’의 단계를 거친 뒤 언급되었다. 공자가 “무엇을 좌망이라고 하는가?”라고 물으니 안희는 다음과 같이 대답하였다.

“육신을 무너뜨리고, 충명을 내쫓고, 형체를 떠나고 지식을 버림으로써, 대통과 함께 하는 것, 이것을 좌망이라고 합니다.”<sup>37)</sup>

이 좌망은 먼저 인의仁義와 예악禮樂을 잊고, 다시 인의 예악의 개념을 가질 수 있는 인식자아認識自我를 잊어버리는 과정을 거친다. 인의 예악을 잊는 것이 망외望外 또는 망물忘物이라면, 자아를 잊는 것은 망내忘內 또는 망기忘己라고 할 수 있다. 망기의 내용은 타지체墮肢體와 출충명黜聰明이다. 이를 다시 구별한다면 타지체는 망형이고, 출충명은 망심이다. 형形과 심心은 자아를 구성하는 두 가지 요소이다. 망형은 감각의 작용을 의식하지 않는 상태이니, 보고 듣고 있다는 의식조차 없이

37) 『莊子』, 「大宗師」, 顏回曰: 「墮肢體, 黜聰明, 離形去知, 同於大通, 此謂坐忘。」

보고 듣는 것을 가리키고, 망심은 일절 심의 활동을 의식하지 않는 상태이니, 사려분별 의지 정감 등 여러 활동을 의식하지 않은 채 생각하고 선택하고 좋아하거나 미워하는 것을 가리킨다. 이러한 경지에 이르게 되면 세계와 사회는 물론 일체의 외부 사물들과 나 자신의 존재조차 잊어버리는 물아양망物我兩忘의 경지로 진입한다. 이러한 경지가 바로 장자가 말하는 고차원의 자유의 경지라고 할 수 있다. 좌망은 「제물론」에서 말한 상아喪我의 다른 표현이고, 「소요유」에서 말하는 무기無己로 표현한다. 이로 보면 좌망은 결국 자아를 초탈하여 천지만물의 근원인 도와 하나가 되는 자유로운 정신의 경지이고, 마음의 평안을 유지하는 것이다.

여기서 제시된 경지들은 바로 참다운 자아를 회복하는 과정일 것이다. 이것은 비움의 과정으로 대표되는 위도爲道の 수양공부 거쳐 자아의 본성을 회복하는 것을 말한다. 도가에서는 자아의 본성을 덕德이라고 한다. 이 덕은 천지만물의 본체인 도가 개체에 내면화된 자아의 본성을 말하는 것이다. 이 덕의 움직임은 도와 마찬가지로 자연自然하다. 만약 어떤 개인이 특수한 종류의 수련을 거쳐 자아의 본성을 회복할 수 있다면, 그가 그의 본성에 따라 생각하고 말하고 행동하는 것은 자연스러울 수 있다. 이러한 측면에서 볼 때 자연에 따른다는 것은 다름 아니라 자아의 본성인 덕에 따르는 것을 의미하며, 비본래적인 자아로부터 참다운 자아, 즉 진아眞我로 돌아오는 것을 의미한다.

이러한 참다운 자아의 회복과정에서 상담자의 역할이 무엇보다 중요하다. 이른바 스승이나 깨어 있는 성인으로 지칭되는 상담자는 문제 상황에 처해 있는 제자나 내담자로 하여금 스스로 자신의 문제에 직면하도록 유도하고, 대화를 통하여 문제 상황을 극복하고 진리의 세계로 나아가도록 유도함을 볼 수 있다. 그러나 상담자가 견지하는 것은 불개입의 원칙이고, 무위의 원칙이라고 할 수 있다. 내담자 스스로 자신의 문제 상황을 깨치도록 유도하고, 스스로 진리의 경지로 나아가도록 하는 유도하는 소극적 방법을 유지한다. 장자가 제시하는 이러한 수행의 방법론과 이상적

삶의 경지는 철학상담치유의 현장에서 충분히 활용할 가치가 있다고 할 수 있을 것이다.

## 5. 나가는 말

본 논문은 장자철학의 수양론을 ‘마음치유’와 연관하여 논의를 전개하였다. ‘수양’은 실천을 의미한다. 실천철학은 바로 스스로 질문을 통하여 자발적 수행을 하는 것이다. 수양을 통하여 도달하려는 궁극적 목표는 무엇인가? 그것은 바로 이상적 인간을 실현하고자 하는 것이다. 이상적 인간이란 주어진 시간과 공간이 한계 속에서 삶의 의미와 책임을 다 실현한 사람을 지칭한다. 장자에서 수양은 ‘비움’(손損)에서 시작된다. ‘비움’은 자기 극복, 자기개혁을 전제로 한다. 즉 이상적 인간을 실현하기 위해서는 기존에 가지고 있었던 비본래적인 것들을 제거하고 새로운 관점으로 전환이 요구되는 것이다. 이러한 자기 극복의 과정이 바로 자기치유의 과정이라고 할 수 있다.

장자가 제시하는 이상적 인간은 자유를 실현한 인물이다. 여기서 말하는 자유는 일반적으로 말하는 ‘사회적’ ‘정치적’ 의미의 자유가 아니라, 수양의 과정을 통하여 도달한 정신적 경지를 의미하는 자유이다. 그래서 ‘자유’라는 것은 인간이 가지고 있는 구속으로부터 탈출을 의미한다. 장자는 “우리는 왜 자유롭지 못한가?”라는 질문에서 출발한다. 인간이 자유롭지 못한 상황을 고통으로 이해한다. 그는 이러한 고통의 원인을 마음에서 찾고 있다. 장자는 마음을 인심人心(혹은 성심成心)과 도심道心으로 나눈다. 성심은 장자의 고유한 개념으로 ‘선입관’ ‘편견’등의 의미를 갖고 있다. 성심은 도심과 서로 상반된 의미를 가지고 있다. 즉 성심은 일상적인 우리의 마음, 다시 말해 평범한 인간들이 가지고 있는 마음으로, 좋지

못한 의미를 지니고 있다고 한다면, 도심은 transcendental한 의미를 가지고 있으며, 수행의 과정을 거쳐서 도달해야 하는 이상적 경지의 의미를 한다. 구체적인 우리의 삶의 현장 속에 있는 인성(성심)은 일상생활 속에서 생겨나는 습속과 자신의 경험, 그리고 자신이 받은 교육에 의하여 형성된 것이다. 일반 사람들은 모두 이러한 인심(성심)을 가지고 있고, 그것을 시비분별의 표준으로 삼고 있다. 이러한 인심과 성심에 근거하게 되면 인간은 각자 자신의 삶의 기준에 의하여 시비 분별을 하게 되고, 그것에 따라 의견의 차이, 가치관의 차이가 일어나서 분간이 생겨나게 되고, 결국 삶의 고통에 이르게 된다. 이러한 고통에서 벗어나기 위해서는 인심에서 도심으로 전환을 요구하게 된다. 도심으로의 전환은 자신이 기준에 가지고 있는 가치관의 전환을 수반하게 된다. 가치관의 전환은 바로 마음의 치유의 과정을 동반하게 된다. 수행을 통하여 맑고 깨끗한 마음을 획득하게 되면, 자신의 구체적 삶의 영역에서 진실한 생명을 드러내보이게 된다.

철학상담은 내담자로 하여금 문제 상황을 올바르게 인지하도록 하고, 그 해결의 방안을 스스로 모색하도록 철학적 대화를 통하여 도움을 주려는 것이다. 그렇기 때문에 철학상담이란 하나의 학문의 영역을 점하기보다는 기술적인 측면이 중시되어진다. 장자가 말하는 수양을 통한 마음치유의 길이 철학상담 현장에서 어떻게 도입될 수 있는가? 『장자』의 구성을 보면 대부분이 권위있는 스승이나 현자와 제자 혹은 이른바 내담자와 대화로 구성되어져 있다. 장자철학에서 성인 혹은 상담자의 역할은 제자 혹은 내담자로 하여금 일상적 마음에서 허정한 마음으로의 전환을 도와주는 것이다. 내담자로 하여금 성심成心에 묶여 있는 불필요한 야심이나 욕망을 비워내도록 도와주는 것이다. 이것을 장자는 무위자연으로 설명한다. 장자에서 ‘자연’은 어떤 것에도 구속됨이 없는 독립을 의미하는 정신적 자유를 말하고 있음을 밝혔다. 자연은 정신적(spiritual)인 것이고, 수행을 통하여 도달하는 최고의 경지인 것이다.

마음치유를 위한 상담에서 상담자와 내담자의 관계를 살펴보면, 내담자는 스스로 자신의 삶을 살아갈 능력이 충분히 있음을 인정하는 것이다. 상담자의 역할은 내담자가 스스로 자신의 길을 걸어갈 수 있도록 하는 동반자의 역할인 것이다. 자기 갈 길이 무엇인지 모르는 사람을 위하여 따뜻한 마음으로 손을 내밀어 잡아주는 것이다. 그리고 상담자는 내담자가 자신의 길을 찾아가도록 기다려 준다. 장자가 수양을 통한 정신적 자유를 추구한다고 하여, 우리의 삶의 현장을 도외시하거나 떠나 있는 것은 아니다. 우리의 마음을 순수하고 맑게 함과 동시에 그 진실감을 구체적인 현실 속에서 펼쳐나가고자 하는 것이다. 철학은 단순히 이론적 탐구의 영역에서 머물려고 하는 것이 아니다. 철학이 철학상담을 통한 마음치유의 문제에 접근하는 것은 인간이 갖고 있는 고통의 문제에 접근하려는 실천적 노력의 일환이라고 할 것이다.

## 참고문헌

- 김영진, 『철학적 병에 대한 진단과 처방-임상철학』, 철학과 현실사, 2004
- 김영필 외, 『정신치료의 철학적 지평』, 철학과 현실사, 2008
- 김정현, 『철학과 마음의 치유-니체심층심리학 철학상담치료』, 책세상, 2013
- Ran Lahav 외, 『철학상담의 이해와 실천』(정재원 역), 시그마프레스, 2013
- 루 메리노프, 『철학으로 병을 치료한다』(이종인 옮김), 해냄, 2000
- 손봉호, 『고통받는 인간』, 서울대학교 출판부, 2003
- 알프레드 쉘프, 『프로이트와 현대철학』(김광명, 김정현, 홍기수 옮김), 열린 책들, 2001
- 이강수, 『노자와 장자』, 길, 1997
- 이강수, 『도가사상의 연구』, 서울, 고려대학교 민족문화연구소, 1984
- 이강수 이권 옮김, 『장자1』(장자 내편), 길, 2005
- 임채우, 『왕필의 노자』, 예문서원, 1998
- 카이 호프만, 『철학이라는 이름의 약국』, 더불어 책, 2004
- 피터 B. 라베, 『철학상담의 이론과 실제』(김수배 옮김), 시그마프레스, 2010
- \_\_\_\_\_, 『상담과 심리치료에 있어서 철학의 역할』(김수배, 이한균 옮김), 학이 시습, 2016
- 한국철학상담치료학회, 『왜 철학상담인가?』, 학이시습, 2012
- 郭慶藩 撰, 『莊子集釋』, 中華書局, 北京, 1997
- 牟宗三, 『中國哲學19講』, 臺灣, 學生書局, 1986
- 牟宗三, 『『莊子』, 『齊物論』 講演錄 1-14』, 『鵝湖』, 319-323호
- 牟宗三, 『才性與玄理』, 臺灣, 學生書局, 1983
- 陳鼓應, 『莊子今註今譯』, 中華書局, 北京, 1991
- 曹礎基, 『莊子淺注』, 北京, 中華書局, 1982
- 福永光司, 『장자』(이동철, 임현규 옮김), 청계출판사, 1999

**在庄子哲學心灵治愈与哲學咨詢的根据探索**  
**The Quest for the Foundation of Mind Healing and**  
**Philosophical Counseling in Zhuang's Philosophy**

朴胜显

哲学咨询，是为了哲学进一步要缓解人类在现实生活中的痛苦，而寻找一些具体的实践方法。那么，其出发点就在于帮助咨询者向他自己提问。因为正确的提问本身已经蕴含着解决问题的基本方向。正视问题的情况，就是使他自己进行反思和提问。提出正确的提问之后，通过一些哲学的对话和实践去寻找出解决问题的方法。哲学的提问，即哲学的实践，是通过对于现在自我的反思去试图改变自己。也就是说，在改变自己的过程中，它意味着「治愈」。东方哲学所讲究的「修养论」，是一种「自我治愈」的过程，也可以说是一种实现更高的人生价值的修养过程。所以，常常提到「修养」即「实践」的问题，同时也要说实践的方法论。这就是一个东方修养论和哲学咨询之间的融合点、交叉点。

庄子从「我们为什么不自由？」这一提问开始。从他的观点来看，不自由的状态对于人类来说是一种痛苦，其痛苦的来源是人的「心」。庄子就把「心」分成为「人心(或成心)」和「道心」。庄子所提的「成心」，这个概念指的是「成见」「偏见」，也是与「道心」相反的意思。若果说「成心」是平凡人持有的心态，那么「道心」是通过一些修行和实践才能达到的理想境界。在我们现实生活当中，因受到自己习惯，经验，教育等因素的影响，我们的「成心」就逐渐形成。普通人都怀有「成心」，来做出判断是非。从此往往产生出不同的意见，价值观，随之引起针锋相对的纠纷，甚至导致生命的痛苦。为了避免这些痛苦，道家要求从「人心」到「道心」的转化。这是一种观点的转变。就其方法论(修养论)而言，首先要离日常生活中的「习心」一段距离，以便防范自我

中心的, 自私的思维。并且, 进一步而言, 通过一些修养和实践来发现同宇宙万物为一体的自我。作为一场发现这种自我的过程, 庄子提出了「心斋」「坐忘」「朝彻」等的方法。为了达到自我存在的核心, 这些都是一种内面的, 内在的自觉。

關鍵字: 莊子, 成心, 道心, 哲學咨詢, 心靈治愈

박승현 E-mail: psh310@hanmail.net

|       |               |
|-------|---------------|
| 투 고 일 | 2017년 04월 15일 |
| 심 사 일 | 2017년 05월 03일 |
| 게재확정  | 2017년 05월 15일 |