떳떳하지 못함·우월함 모두 참회하라

반야 참회로 여는 수행의 첫걸음

⑳ 비겁함·비굴함 참회와 교만 참회



해당 삽화는 생성형 AI를 통해 제작했습니다.

책임 회피·정의 외면 등 비겁함 참회 대상
자신을 굽히거나 아첨하는 비굴함도 해당

잘난 체하며 겸손하지 않는 교만도 참회
타인 깔보는 생각 예의 없는 언행이 대상

참회 기준 회상하며 절하며 참회 진행해야
교만 참회, 납득 쉽지 않고 상당한 노력 要

비겁함·비굴함 참회

중급 참회에서 다음 참회 대상은 비겁함과 비굴함이다. 이 둘은 서로 다른 용어이지만 구별하지 않고 사용하는 경우가 많으며 참회 방법이 같아 한 항목으로 분류했다.

참회 대상

비겁함 : 다음 몇 가지가 비겁함의 주요 참회 대상이 된다. 사안에 따라서는 중복될 수도 있다.

• 책임 회피: 자기가 책임져야 할 일을 회피하거나 다른 사람에게 미루는 마음이다. 능력이 모자라는 사람이 어떤 직책을 맡고 있을 경우에, 중요한 일에 대해 위험을 감수하고 싶지 않거나 자신의 무능이 드러나는 것을 피하고 싶을 때 이런 마음을 가질 수 있다.

• 정의 외면: 다른 사람의 악행이나 부당한 일이 있을 때 자기가 할 수 있는 범위 내에서는 제지하려고 노력해야 하는데 외면하는 경우가 해당한다. 또 자기가 속한 공동체나 단체에서 그냥 지나칠 수 없을 정도의 부조리한 일이 생겼을 때, 구성원의 일원으로서 잘못된 점을 비판하고 문제를 개선하려고 노력해야 하는데 그렇게 하지 못한 경우도 해당한다.

• 의리를 지키지 않음: 인간관계에 있어서 통상적으로 지켜져야 할 신의를 저버린 행위를 말한다.

• 정정당당하지 못함: 게임의 규칙을 지키지 않고 반칙을 하면서 이기려고 하는 경우와 다른 사람을 비판할 일이 있을 때 앞에서 떳떳하게 말하지 못하고 숨어서 비난하는 경우 등이 해당한다.

비굴함 : 상식적인 수준 이상으로 자기를 굽히거나 아첨하는 행위를 말한다. '과공비례(過恭非禮, 공경이 지나치면 예의가 아니다)'라는 말이 있듯이 예의를 갖추는 것은 필요하지만 그것이 지나치면 좋지 않다.

참회 방법

참회 대상에 비추어 보아 과거 자신의 행위에서 비겁함이나 비굴함이 있었는가를 돌이켜 보고 그런 행위가 있었다면 그 마음을 참회한다. 만약 당시에 신업이나 구업 또는 다른 종류의 의업이 있었다면 이에 대해서도 별도로 참회를 해야 한다. 예를 들어 자신의 책임을 회피하기 위해 다른 사람에게 화를 내거나 욕설을 했다면 그런 일도 참회를 해야 하는 것이다. 비겁함이나 비굴한 마음이 있으면 간사하거나 위선적인 행동을 할 수 있고, 주로 구업을 많이 짓게 된다.

어느 정도 참회를 하고 난 다음에는 이런 마음이 생긴 원인을 찾아봐야 한다. 그러면 그 원인이 탐진치에 있음을 알게 되는데, 그 탐진치 각각에 해당되는 내용에 대해서도 참회를 해야 한다.

보충 사항

비겁함과 비굴함을 참회해야 한다고 해서 현실에서 무조건 '정의로운 해결사'가 돼야 한다는 말은 아니다. 자칫 잘못하면 자신이 예기치 못한 피해를 볼 수도 있기 때문이다. 그러나 불교적 기준으로 볼 때 성숙한 인격을 갖추기 위해서는 적어도 이런 기준으로 자신의 행위를 돌이켜 볼 필요가 있다.

또 오늘날 우리 사회는 급격한 변화를 겪고 있기 때문에, 비겁함과 비굴함의 기준을 잡기가 곤란할 때가 많다. 그러므로 이 참회를 할 때는 일단 현재 자기가 가진 기준을 적용한다. 그러면서 다른 사람과 주변 상황을 참고하며 적절하게 조정해 나가면 된다.

변화하는 시대에는 변화에 적응하는 사유의 패턴이 필요하다. 그것은 참회를 올바로 하게 하는 원인이 되기도 하고, 올바른 참회의 결과이기도 하다.

교만 참회

교만이란 자신이 잘났다고 생각하는 마음을 말한다. 여기에는 마음속에서 일어나는 교만함과 외형적으로 겸손한 자세를 갖추지 않는 두 가지 경우가 포함된다.

참회 기준 : 안으로 한없이 자신을 낮추고 밖으로 예의를 갖추지 못했음을 참회함.

참회 대상

위의 참회 기준을 좀 더 구체적으로 설명하면 다음과 같은 행위가 참회 대상이 된다.

• 안으로 한없이 자신을 낮추지 못함: 스스로를 잘났다고 생각하여 다른 사람을 무시하는 마음을 말하는데, 누구에게든지 자신을 낮추지 못했을 때 해당한다.

예를 들면, 키가 큰 사람이 키 작은 사람을 대할 때, 부자가 가난한 사람을 대할 때, 우등생이 열등생을 대할 때 등 자기보다 능력이 떨어지거나 못난 사람을 대할 때 상대방을 무시하거나 깔보는 생각, 즉 '내가 너보다 잘났다', 또는 '너는 별거 아니다' 등의 마음이 일어난 것을 말한다. 때로는 자기와 비슷한 수준인 사람에게도 자기가 더 우월하다고 생각하기도 하고, 자기보다 잘난 사람에게도 자기가 더 잘났거나 혹은 '너나 나나 똑같다'고 생각하는 경우가 있는데 이 역시 자신을 낮추지 못함에 해당한다.

'한없이' 낮춘다는 것은 어떤 사람에 대해서도 나의 마음이 낮아져야 하며, 그 낮아짐이 이 정도면 됐다고 할 수 있는 한계가 없다는 의미이다. 그러므로 아무리 못나 보이는 사람에게도, 또 어린아이에게도 깔보는 마음을 일으켰을 경우에는 참회 대상이 된다.

이것은 겉으로 드러난 행동을 말하는 것이 아니라 마음속의 움직임을 말하는 것이다. 그러므로 겉으로 보기에 아주 겸손한 말과 행동을 했다 하더라도 당시 자신의 마음에 이런 생각이 있었다면 참회 대상이다.

• 예의를 갖추지 못함: 밖으로 드러난 자신의 행동에서 예의를 갖추지 않았거나 건방진 언행을 한 경우에는, 자신의 마음속에 상대방을 무시하는 생각이 은연중에 깔려있는 것이다. 이 마음이 참회 대상이다.

참회 방법

참회 대상이 되는 마음의 움직임 한 가지를 기억에 떠올린 다음 위의 참회 기준을 몇 번 반복해서 생각해 보고, 참회 기준 적용이 어느 정도 이해가 되면 절을 하면서 참회를 진행한다. 그러다가 참회 대상이 잘 생각나지 않으면 그 때마다 다시 참회 기준을 반복해서 몇 번 소리 내어 읽고, 익숙해지면 다시 참회를 계속한다.

보충 사항

교만 참회는 반야 참회에서 중심이 되는 참회다. 이 참회는 고급 참회로 나아가는 데 필수적인 참회이며, 초급 참회가 상당히 익숙해지지 않으면 참회가 어렵다. 초급 참회를 마친 경우에도 교만 참회가 본격적으로 진행되기까지 몇 달 이상의 기간이 걸리는 경우도 있다. 그 이유는 참회 대상이 되는 마음을 파악하기가 매우 힘들기 때문이다.

많은 사람들이 외형적으로 드러나 보이는 예의를 잘 지키면 자신은 교만과는 거리가 멀다고 생각한다. 그러나 불교에서 말하는 교만이란 예의를 잘 지키는 그런 정도와는 차원이 다르다. 평상시에 잘 알 수 없는 자신의 마음 깊은 곳에 '내가 잘났다'고 생각하는 무의식적 움직임이 있는데, 이것이 교만 참회의 대상이다. 그러므로 이 교만 참회는 생각만으로 쉽게 납득되지 않으며, 참회를 제대로 하기 위해서는 상당한 노력이 필요하다.

교만 참회의 대상이 잘 파악되지 않을 경우에는 화를 냈던 때의 마음가짐을 잘 살펴보면 알 수 있다. 화를 낼 때 교만이 일어나는 경우가 많기 때문이다.

주의 사항

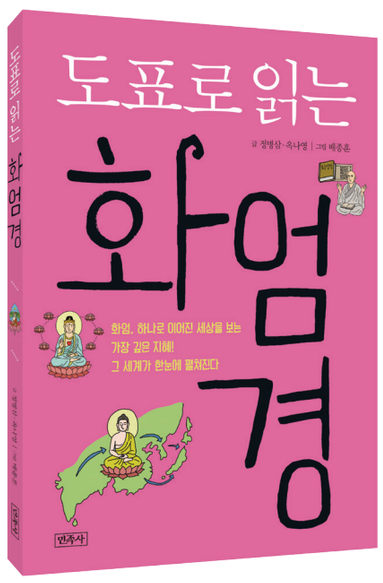
교만 참회가 제대로 진행되면 평소에 자신이 얼마나 교만했는가를 알게 되어 일상생활에서 가능하면 자신을 낮추려고 조심하게 된다. 그러나 이때 주의해야 한다. 교만하지 않으려는 자신의 이러한 행동이 자칫하면 상대방에게 과도하게 자신을 낮추는 것으로 보일 수 있어 '왜 저러나?' 하는 의심을 받거나, 아니면 무시당하는 수가 있기 때문이다.

그러므로 내면적인 교만을 참회해 가는 일과 다른 사람과의 현실적 관계에서 적절한 수준으로 자신의 위치를 지켜 나가는 일을 잘 구분해야 한다. 이 역시 자신을 지키는 것이라고 할 수 있다.



혜룡 스님
서울 반야법회·부산 일심회 지도법사

80권『화엄경』, 한 권으로 읽는다
하나가 곧 전체이고, 전체가 곧 하나인 화엄의 세계
복잡한 사상과 선재동자의 여정을 도표와 그림으로 읽는다



방대한『화엄경』의 전체 구성
복잡한 내용을 도표로 한눈에!

화엄이 말하는 핵심 사상
어려운 교리를 그림과 해설로 쉽게!

보살이 깨달음으로 가는 길
수행의 단계를 하나하나 알기 쉽게!

선재동자와 53선지식
「입법계품」의 장대한 구도 여행까지!

글 정병삼·옥나영 | 그림 배종훈 | 192쪽 | 18,500원



카카오톡으로
주문 가능합니다

민족사의 도표로 읽는 시리즈



민족사 02)732-2403~4 | www.minjoksa.org