나를 위해 대처하되 참회도 하라

반야 참회로 여는 수행의 첫걸음

⑰ 자신을 지키지 못함 참회의 주의 사항



해당 삽화는 생성형 AI를 통해 제작했습니다.

주의 사항

'자신을 지키지 못함' 참회와 다른 항목의 참회를 혼동하지 않도록 매우 주의해야 한다. 즉 자신이 남에게 피해를 끼친 경우와, 반대로 자신이 남에게 피해를 당한 경우를 구분할 수 있어야 한다는 말이다.

예를 들어, 자기가 탐진을 일으켜 남에게 피해를 끼쳤는데도 자신을 지키기 위한 정당한 행동이었다고 생각해 참회를 하지 않으면, 자신의 탐욕이나 분노를 정당화하게 되면서 악업이 쌓이게 된다. 반대로 화를 내더라도 자신을 지켜야 하는 일에 대해 탐진을 일으키지 않았다고 생각하고 참회를 하지 않으면 자신의 어리석음을 합리화하는 결과가 된다.

그러므로 다른 사람과 갈등이 있었을 때, 자신의 행위나 마음가짐에 대해서 어느 기준을 적용해서 참회해야 하는지가 매우 중요하다. 쉽게 판단되지 않을 때는 절을 계속하면서 생각해 보면 대부분 알게 된다.

어떤 경우에는 한 가지 사안에서 이 두 가지 참회가 다 해당될 수도 있다. 이럴 때는 그 일의 진행 과정을 잘 생각해 보면서 참회 기준을 구분해서 적용해야 한다.

예를 들어 어떤 사람과 화를 내고 욕설을 하면서 싸웠다고 하자. 이럴 때는 구업 중에서 욕설(악구)의 업을 지었고, 의업 중에서 성냄(진)의 업을 지었으므로 악구와 성냄을 먼저 참회한다. 설사 내가 옳았다고 해도 이것은 분명히 악업이므로 참회해야 한다. 그리고 난 다음에는 아래와 같이 '신구 관련 탐' 참회와 '자신을 지키지 못함' 참회의 두 가지 가운데 하나를 적용해 참회한다.

첫째, 싸운 이유가 자기의 명예나 재산, 이익 등의 탐욕에 해당하는 마음에 있었다면 '신구 관련 탐'을 참회해야 한다. 그러나 싸운 이유가 자기를 지키기 위한 정당한 일에 있었다면 '신구 관련 탐'은 참회 대상이 되지 않는다.

둘째, 비록 다투기는 했지만 자신은 정당했고 그 결과가 자기의 적극적 주장이 부족해 손해 보는 식으로 끝내고 말았다면 '자신을 지키지 못함' 참회를 해야 한다. 즉 그 당시 자신을 제대로 지키기 위해서 심하게 다투는 한이 있더라도 좀 더 적극적으로 자기주장을 했어야 하는데 그렇지 못했음을 참회하는 것이다.

이런 방법으로 참회를 진행한 다음, 참회가 끝나고 난 뒤에 각각의 참회 결과를 토대로 해서 그 일에 대한 자신의 태도에 대해 종합적인 판단을 한다. 어떤 부분에서는 내가 탐욕이 앞섰고 어떤 부분에서는 자신을 지키는 데 소극적이었는지 잘 생각해보는 것이다. 그래서 이후에 비슷한 일이 발생했을 때에는 그 판단을 참고해서 대비하면 된다. 즉 탐욕이 앞섰던 부분에 대해서는 자제하려고 노력하고, 자신을 지키지 못했던 부분에 대해서는 좀 더 적극적으로 자신을 지키려고 노력하는 것이다. 또 사전에 준비할 일이 있으면 미리 준비를 한다.

이렇게 대응해 보고 또 문제점이 나타나면 다시 참회를 하면서 자신의 과오를 수정해 가면 된다.

탐욕 앞섰던 부분에는 자제하려 하고
자신 지키기 위한 적극적 노력 다짐도

상대 불문하고 피해 받은 일 참회 대상
좋은 의도라도 고통 시 대응 모색해야

때론 부당함 지적하고 때론 다투면서
극단적 사태 없이 자기 입장 개진해야

◈ 무조건 참아야 하는 상대는 없다

흔히 부부나 부모 자식과 같이 가까운 사이나, 사제 간이나 직장 상사 등 이해관계가 걸려 있는 사람에게는 고통이나 피해를 당해도 참아야 한다는 생각을 많이 갖고 있다. 물론 어느 정도는 참아야 할 때도 있다. 그러나 참는 것도 정도 문제이지, 자기가 수용할 수 있는 범위를 넘을 때는 무조건 참는 것이 옳은 것은 아니다.

그러므로 자신을 지키지 못한 일이 생겼다면, 자신에게 피해를 준 상대방이 누구이든 그 일은 전부 참회 대상이 된다. 그 상대방에는 배우자, 부모, 자식, 형제, 친척이나 친구뿐 아니라 동료, 선후배, 스승, 정치가, 성직자 등 사회적 지위나 남녀노소에 상관없이 가깝고 먼 모든 사람이 다 포함된다. 아무리 가깝거나 고귀한 신분의 사람에게라도 자기가 피해 보는 것을 무조건 용인해서는 안 된다. 또 개인뿐만 아니라 친목회나 조직, 회사, 정부 등 단체나 기관도 포함된다.

설사 상대방이 좋은 의도를 가지고 추진한 일이라고 해도 그 일 때문에 나에게 정도 이상의 피해나 고통이 있다면, 억지로 참아서는 안 되며 대응을 해서 해결 방법을 모색해야 한다.

◈ 다른 사람과 다투는 연습이 필요하다

가족이나 직장 동료 또는 이웃 등 평소에 가깝게 지내던 사람이 나에게 피해나 고통을 주거나, 또는 이들과 갈등이 있을 경우에 대응 방법에는 여러 가지가 있을 수 있다. 때로는 조목조목 따져서 그 부당함을 지적할 수도 있고, 아니면 눈치 보기나 소리 없는 기싸움을 해야 하는 경우도 있으며, 때로는 화를 내거나 다퉈야 할 때도 있다.

그런데 대응해야 하는 줄 알면서도 많은 사람들이 실제로는 그렇게 하지 못한다. 그중에서 특히 화를 내지 못하는 경우가 많다. 그 이유는 평소에 화낼 일이 별로 없어서 화내는 것에 익숙하지 않기 때문이기도 하고, 자칫하면 화를 내서 문제의 해결보다는 관계가 더 악화될 것을 우려하기 때문이다.

그러나 다퉈야 할 일이 있는데도 다툼을 회피하게 되면 상황이 계속 악화돼 나중에는 극단적인 사태를 야기할 수도 있다. 그렇지 않으면 정신적 허약함이 심해져서 무기력한 사람이 되거나, 가슴에 깊은 한이 쌓이게 될 수도 있다. 그러므로 이런 일이 있을 때 대응하기 위해서는 화내는 연습을 하는 것이 필요하다. 즉 극단적인 사태를 야기하지 않으면서도 나의 입장을 적극적으로 개진할 수 있는 기술이 필요한 것이다.

화를 내거나 다투는 것을 연습하기 위해서는 노래방 같은 곳에 가서 고함을 지르며 연습하는 것이 좋다. 화가 나면 먼저 말문이 막혀 말이 잘 안 나오는 체질이라면 미리 꼼꼼하게 대사를 준비해서 실제 상황이라고 생각하고 연극하듯이 여러 번 연습해야 한다. 또 상대에게 화를 내더라도 상황에 따라 점차 목소리를 높여야지, 처음부터 고함을 질러서는 안 되는데, 이 역시 연습하면 고칠 수 있다.

그런데 이때 명심할 점은, 자기 혼자서 연습삼아 화를 냈다고 해도 반드시 그 행위에 대해서는 참회를 해야 한다는 것이다. 그래야 화에 대한 악업에 휘둘리지 않게 된다. 좋은 일을 위해 화를 내든지 연습으로 화를 내든지 간에 화를 낸 것은 분명히 악업이므로 반드시 참회해야 한다. 그리고 그 참회는 가능하면 화를 낸 그날을 넘기지 않는 것이 좋다. 시간이 흐르면 악업이 업장(業障)으로 굳어져서 나에게 나쁜 영향을 미치기 때문이다.

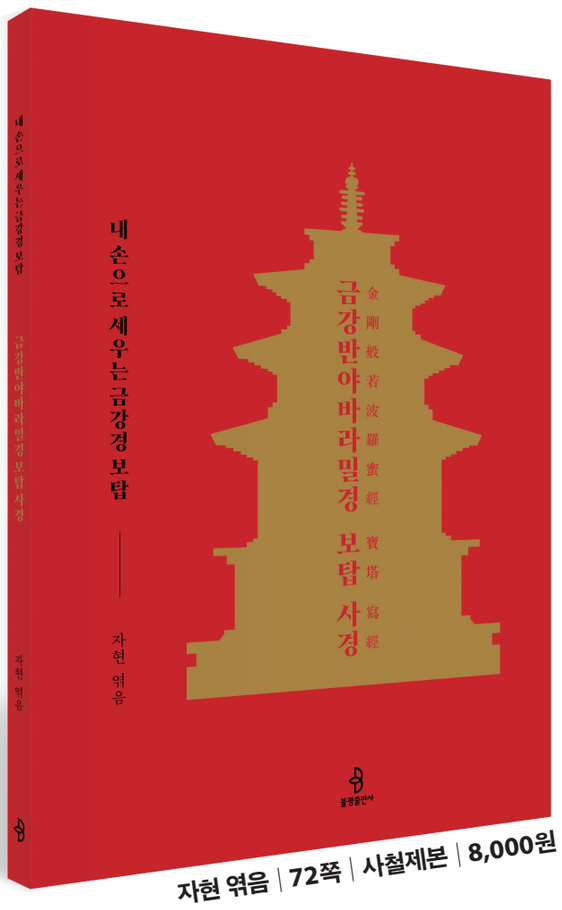
화를 내고 나서 또 참회를 해야 한다면 처음부터 화를 내지 않는 것이 더 낫지 않느냐고 반문할 수 있다. 그러나 앞에서 밝혔듯이 현실에서는 화를 낼 수밖에 없는 경우가 있다. 따라서 상황에 따라 대처는 하되 악업이 쌓이지 않도록 하는 것이 중요하기 때문에 화를 낼 때는 내더라도 참회를 하라는 것이다.

여기까지의 참회를 제대로 할 수만 있다면 비록 수행이 높은 단계에 이르지 못한 불자라고 해도 현실을 최대한 안정되게 유지하면서 자신의 신행을 지속할 수 있다. 이런 방법을 알지 못하면 불교 신행을 할수록 힘이 생기는 것이 아니고 더욱 피곤하게 된다. 그리고 나중에는 불교에 대한 신심이 후퇴할 수도 있다.



혜룡 스님
서울 반야법회·부산 일심회 지도법사

내 손으로 세우는 금강경 보탑
金剛般若波羅蜜經 寶塔寫經
금강반야바라밀경 보탑 사경
한문사경본



자현 엮음 | 72쪽 | 사철제본 | 8,000원

내 손으로 새기는 금강경(金剛經) 보탑(寶塔)
마음에 새기는 금강의 지혜!

사경 시 바른 마음가짐과 올바른 순서를 담은 자현 스님의 친절한 설명
수행의 시작부터 회향까지 초보자도 따라할 수 있는 여법한 구성
책날개, 사철제본 등 사경 수행에 최적화한 세심한 설계

"지금까지 이런 사경집은 없었다!"

한국불교의 오랜 전통인 〈금강경탑다라니〉를 계승·재해석하여
'사경 수행의 기쁨'과 '보탑 조성의 환희'를 함께 경험하는 특별한 순간!

☆★☆ 추천의 말 ☆★☆

대승불교를 대표하는 견고한 지혜의 경전, 『금강경』을 사경하면 금강반야의 지혜로 모든 재앙은 파괴되고, 복된 선함은 날로 증장됩니다. _ 대한불교조계종 제15대 종정예하 중봉 성파 대선사

『금강경』을 정성껏 써내려가는 동안 집착은 부서지고, 마음의 어둠을 물러가니, 성불로 나아가는 그 귀한 길에 이 사경집을 곁에 두고 정진하기를 권합니다. _ 대강백 여천 무비 대종사

불광출판사 전화 02) 420-3200 | www.bulkwang.co.kr | 불광미디어