“저를 지키지 못한 어리석음 참회합니다”

반야 참회로 여는 수행의 첫걸음



해당 삽화는 생성형 AI를 통해 제작했습니다.

⑯ 자신을 지키지 못함 참회

◉ 어리석음[치암] 참회

이제부터는 중급 참회로서 탐진치 세 가지 의업 중에서 치(癡), 또는 치암(癡暗), 즉 ‘어리석음’에 대한 참회를 설명한다. 치암에는 항목이 많은데, 그 첫째가 ‘자신을 지키지 못함 참회’이다.

세상을 살다 보면 다른 사람으로부터 피해나 고통을 당하거나 당할 우려가 있어서, 자신이 피해를 보지 않기 위해서는 불가피하게 상대방과 대립하거나, 때로는 화를 내면서 심하게 다퉈야 할 때가 있다.

화내는 일이 보통의 경우에는 악업이지만 때에 따라서는 자신의 정당한 권리를 보존하기 위해서나 사회 정의를 위해서 필요한 경우가 있는 것이다. (※ 지면 관계상 여기서는 개인적 차원의 대응을 중심으로 설명한다. 사회 정의 차원의 대응에 대해서는 필자의 저서 〈반야참회〉의 ‘자신을 지키지 못함 참회(Ⅱ)’를 참고하기 바란다.)

이렇게 상대방과 대립 또는 갈등이 생길 경우에 올바른 대응 방법을 알지 못하면 자신이 큰 피해를 보거나 아니면 뜻하지 않은 악업을 짓게 되어 어느 쪽도 바람직하지 못한 방향으로 결론이 나게 된다. 따라서 이럴 때 악업을 크게 짓지 않으면서도 자신을 지키는 지혜로운 방법을 숙지하는 것은 세상을 살아가는 데 대단히 중요하다.

그 방법이 바로 ‘자신을 지키지 못함 참회’, 즉 ‘불수자신(不守自身) 참회’다. 이 참회는 갈수록 이기적이고 약아지는 현대 사회에서 자신을 지키는 중요한 방법으로서, 반야 참회의 특징 중 하나다. 이 참회를 제대로 소화하면 남에게 크게 악업도 짓지 않고, 자신이 크게 피해도 보지 않게 되어 지혜롭고 안정된 삶을 살아갈 수 있다.

자신을 지킨다는 말은 현실에서 자신이 행복하게 살아가는 데 필요한 모든 조건을 잘 보존한다는 의미이다. 좀 더 구체적으로 말하자면 자신의 신체, 재산, 건강, 행복, 가정, 직업, 자존심, 프라이버시, 취미, 종교 등 자신의 소유물이나 권리(이하 ‘소유물이나 권리’로 표기)를 잘 보존할 뿐만 아니라, 그것을 더욱 증진시켜 나가는 것에 대해서도 정당한 이유 없이는 방해받지 않는 것을 말한다.

그러므로 자신을 지키지 못했다는 것은 자신의 ‘소유물이나 권리’를 훼손당하거나 권리 행사를 방해받는 일이 있었을 때 대응을 제대로 하지 못했음을 의미한다.

참회 기준

‘참회 기준’이란 반야 참회에서 참회 대상의 범위를 정하는 기준이다. 참회 대상이 광범위해 특정하기 어려운 경우에는 먼저 참회 기준으로 일정한 범위를 정하고, 그 안에서 특정 행위를 참회 대상으로 간주하도록 하고 있는데, ‘자신을 지키지 못함 참회’가 그중 하나에 해당된다.

‘자신을 지키지 못함 참회’의 참회 기준은 ‘상대방과 상황을 잘 살펴서 자신을 지키지 못했음을 참회함’이다.

다른 사람에게 피해를 보게 되는 이유를 크게 둘로 나누어 보면, 올바르게 판단하고 처신했지만 어쩔 수 없이 피해를 보는 경우도 있고, 자신의 판단이 올바르지 못해서 피해를 보는 경우도 있다. 이럴 경우 전자는 참회 대상이 아니며 후자의 경우가 참회 대상이 된다. (※ 그러나 정말 자신이 최선을 다했는지 또는 자신의 판단이 옳았는지를 쉽게 판단할 수 없는 경우도 있으므로, 그럴 경우에도 이 참회를 통해서 다시 한번 정리해 보는 것이 좋다.)

피해를 보는 상황에서 올바른 판단을 하려면 상대방과 그 당시의 상황, 이 두 가지를 잘 살펴야 한다. 따라서 이 참회 기준의 의미는, 자신이 피해를 본 일에 대해서 그 당시 올바른 판단으로 피해를 보지 않도록 대응했어야 하는데 그렇게 하지 못했기 때문에, 그 어리석음을 참회한다는 것이다.

악업을 크게 짓지 않고 자신 지키는 법
올바른 판단·대응 못한 어리석음 참회

자신의 소유물이나 권리 침해 반복되고
폭력·모욕서 자신 지키지 못함이 대상

대응하거나 따지지 못함을 마음속 참회
분할 땐 울음 참지 말고 부처님께 호소

이 참회 기준은 마음속으로 알고만 있으면 되고 참회할 때 반복해서 읽을 필요는 없다. 다만 참회 대상을 잘 파악할 수 없을 때 “상대방과 상황을 잘 살펴서 자신을 지키지 못했음을 참회합니다”라고 몇 번 읽으면서 생각해 보면 자신이 무엇을 잘못했는지를 판단하는 데 도움이 된다.

참회 대상

여기서 참회 대상이란 위의 참회 기준을 적용해야 할 구체적인 사례라고 생각하면 된다. 다음과 같은 일이 있었을 때 대응을 제대로 하지 못했다면 ‘자신을 지키지 못함 참회’의 참회 대상이다. 쉽게 설명하기 위해서 몇 가지로 나눠 보았으나 중복될 수도 있다.

- 자신의 ‘소유물이나 권리’를 침해당한 경우
- 폭력이나 언어 또는 기타의 방법으로 육체적 또는 정신적 고통을 당한 경우
- 잘못한 정도를 훨씬 넘는 과도한 처벌이나 모욕을 당한 경우
- 불교를 믿지 않는 사람이 근거 없는 말로 불교를 비방하거나 불자라는 이유로 자기에게 모욕을 주는 경우
- 적은 피해나 고통이라도 그것이 계속 반복되는 경우
- 기타 생활하면서 자신을 제대로 지키지 못했다고 생각되는 일

참회 방법

참회 대상에 해당되는 일 한 가지를 기억해서 당시의 상황과 그 상황에 관계된 사람에 대해서 천천히 돌이켜 생각해 본다. 그다음에는 당시 자신의 올바른 대응 방법은 어떠해야 했는지를 생각해 보고 그것을 행동으로 옮기지 못했던 사실을 참회한다. 그러므로 ‘자신을 지키지 못함 참회’는 단순히 자신이 피해를 보았다는 사실만 참회하고 끝나는 것이 아니다.

예를 들어 상대방에게 피해를 보거나 모욕을 당했을 때 그에 맞서서 대응했어야 했는데 그렇게 하지 못했다면, 대응하지 못했음을 참회하는 것이다. 즉 상대에게 따져야 하는데 따지지 못했다면 ‘따지지 못했음’을 참회해야 하고, 화를 내야 했는데 화를 내지 못했다면 ‘화를 내지 못했음’을 참회하는 것이다. 물론 이것은 마음속으로 이렇게 참회한다는 것이고, 말로는 “부처님, 참회합니다”라고만 해야 한다.

상황에 따라서는 좀 더 구체적인 방법까지도 생각해서 참회해야 할 때도 있다. 즉, ‘그때 상대방이 이런 말을 했을 때 나는 그에 대응해서 그에 반대되는 이야기를 이러이러하게 했어야 하는데 그렇지 못했다’, 혹은 ‘상대방이 나를 때렸을 때 나는 앞에 있던 컵이라도 집어 던져야 했는데 그렇게 하지 못했다’라는 것을 참회하는 것이다.

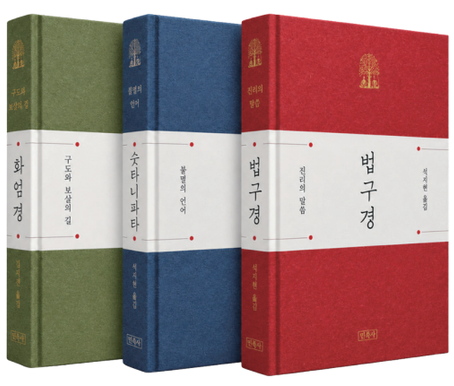
피해를 볼 당시 자신이 어떻게 했어야 옳았는지 잘 생각나지 않을 경우도 있다. 그럴 때는 마음속으로 위의 참회 기준을 몇 번 반복해서 생각해 본 다음, 어리석었던 사실만 참회하고 일단 마친다. 그리고 내가 취했어야 할 바른 대응 방법은 시간을 갖고 천천히 생각해 본다. 대응 방법이 쉽게 찾아지는 경우도 있지만 오랫동안 생각해야 하는 경우도 많다.

참회를 하는 중에 자기가 당한 일에 대해 분하고 억울한 생각이 들면 그 감정을 그대로 부처님께 호소한다. 어린아이가 다른 아이와 싸우다가 얻어맞았을 때 자기 엄마에게 누가 자기를 때렸다고 일러주면서 호소하는 것처럼, 한편으로는 부처님께 하소연을 하고 다른 한편으로는 그렇게 당한 자신의 어리석음에 대해서 참회하는 것이다. 이 과정에서 울음이 나올 수도 있는데 이럴 때는 참지 말고 울어 버리는 것이 좋다.

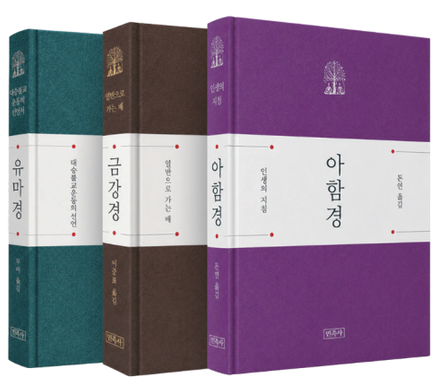


혜룡 스님
서울 반야법회·부산 일심회 지도법사

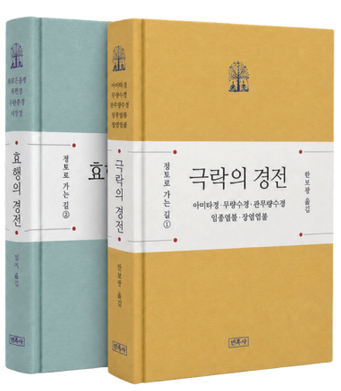
마음을 밝히는 지혜, 오래 간직할 경전
소중한 분과 나에게 경전을 선물하세요
QR코드를 찍고 바로 주문하세요



선물용 경전 세트 1
41,000원
- 법구경
석지현 옮김 | 13,500원
- 숫타니파타
석지현 옮김 | 13,500원
- 화엄경
김지견 옮김 | 14,000원



선물용 경전 세트 2
34,000원
- 유마경
무비스님 옮김 | 11,000원
- 아함경
돈연스님 옮김 | 11,000원
- 금강경
이중표 옮김 | 12,000원



선물용 경전 세트 3
25,500원
- 극락의 경전
보광스님 옮김 | 13,000원
- 효행의 경전
일지스님 옮김 | 12,500원

민족사 대표 경전을 고급 장정 세트로 만나보세요.
민족사 02)732-2403~4 | www.minjoksa.org