



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

碩士學位論文

『반야심경』 마음공부의
치료적 의미

제주대학교 사회교육대학원

心理治療學科

宋 恩 卿

2019 年 6 月



『반야심경』 마음공부의 치료적 의미

指導教授 徐 明 錫

宋 恩 卿

이 논문을 사회교육학 석사학위논문으로 제출함

2019 年 6 月

송은경의 사회교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장

김민호



위 원

송재홍



위 원

서희영



제주대학교 사회교육대학원

2019 年 6 月



**Therapeutic Meaning of
Maeum Gongbu
in 『Mahāprajñāpāramitāsūtra』**

**Eun-Kyung Song
(Supervised by Professor Myoung-Seok Seo)**

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement
for the degree of Master of Social Education [Master of
Psychotherapy]

2019 . 6 .

This thesis has been examined and approved.

.....
Thesis director, Myoung-Seok Seo, Prof. of Psychotherapy

.....
.....
.....
(Name and signature)

.....
.....
.....
Date

**Department of Psychotherapy
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL EDUCATION
JEJU NATIONAL UNIVERSITY**

차 례

국문초록	ii
I. 서론	1
1. 연구의 목적	1
2. 연구방법	3
II. 『반야심경』에 대한 이해	6
1. 『반야심경』의 역사와 구성	6
2. 『반야심경』의 해석	10
3. 『반야심경』의 핵심	12
III. 『반야심경』 마음공부에 대한 이해	16
IV. 『반야심경』 마음공부의 치료적 해석	19
1. 소격화의 단계	19
2. 설명과 이해의 단계	21
3. 전유의 단계	22
V. 결론	24
참고문헌	26
ABSTRACT	31

국 문 초 록

『반야심경』 마음공부의 치료적 의미

송 은 경

제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과

지도교수 서 명 석

현대사회 많은 사람은 불안과 괴로움으로 인해 마음의 질병을 가지고 살아가고 있다. 이 연구는 마음의 불안과 괴로움을 가지고 고통스러운 삶을 살아가고 있는 사람에게 『반야심경』 마음공부의 치료적 의미를 제시하는 것이다. 마음공부의 치료적 의미 제시는 고통과 괴로움에서 벗어나 행복한 삶을 살아갈 수 있도록 도와주는 것이다.

현대사회를 살아가는 인간은 과도한 경쟁 사회의 인간관계에서 오는 스트레스와 사회관계망에서 발생하는 집착, 고통, 탐욕, 어리석음, 불안, 괴로움으로 인해 행복을 느끼지 못하여 심신이 지쳐가고 있다. 인간은 지혜로울 때 행복을 느낀다. 지혜로움은 온몸과 마음으로 진리를 꿰뚫어 보는 것이다. 불교는 깨달음의 종교, 지혜의 종교이다. 그리고 불교는 마음공부를 강조하기 때문에 종교로써 뿐만 아니라 새로운 사고와 생활방식으로 많은 사람에게 호감을 불러일으킨다. 이에 연구자는 『반야심경』을 텍스트로 하여 리콰르 해석학의 해석단계에 따라 마음공부의 치료적 의미를 해석하고자 한다.

『반야심경』은 제목 10글자-마하반야바라밀다심경-와 본문 260자, 총 270자로 이루어진 불교의 경전 중 가장 짧다. 하지만 『반야심경』은 600부에 달하는 『대반야경』의 핵심내용이 전부 함축되어 있으며 『반야심경』의 핵심개념으로는 공(空),

십이연기(十二緣起), 반야바라밀(般若波羅蜜), 오온(五蘊), 십이처(十二處), 사성제(四聖諦) 등이 있다. 『반야심경』은 마음의 경계를 알아차리는 방법을 제시하고 마음공부를 통해 원래 마음으로 돌아와 진정 자신이 원하는 삶을 살 수 있도록 돕는다. 사람들은 불안과 고통 없이 진정으로 자신이 원하는 삶을 살아갈 때 행복함을 느낀다. 마음의 치료는 고통스러운 마음에서 벗어나 행복한 삶을 사는 것이다. 이러한 측면에서 『반야심경』 마음공부의 치료적 의미는 괴로움에서 벗어나 열반에 드는 것을 뜻한다.

※ 주요어: 공(空), 마음공부, 『반야심경』, 치료, 해석

I. 서론

해석은 언제나 삶의 경험을 재생산하는(Nachbuliding) 것을 추구한다.

— Ricoeur(김윤성·조현범, 2017: 180)

이해는 우리가 정신적인 삶을 드러내는 지각 가능한 기호들을 통해
그 어떤 것을 알아가는 과정이다.

— Dilthey(김윤성·조현범, 2017: 177)

1. 연구의 목적

2018년 UN의 발표한 행복 보고서에 따르면 한국인의 행복지수는 총 156개국 중 57위로 나타났다. 주변국과 비교해보면 일본 54위, 중국 86위, 대만 26위이다. 구체적으로 1인당 국민소득은 29위, 기대수명은 5위에 해당한다. 하지만 행복을 저해하는 요인으로서는 사회적 지원(힘들 때 도움받을 수 있는지)은 95위, 생애 선택의 자유(Freedom to make life choices)는 140위, 관대함(자선이나 기부)은 76위, 부패에 대한 인식(부패지수, 청렴도)에 대해서는 116위로 나타났다 (https://en.wikipedia.org/wiki/World_Happiness_Report). 이 중에서 생애 선택의 자유라고 하는 것은 직업이나 생활방식을 선택하면서 자신의 꿈, 성향, 적성 등이 아닌 가족과 주변 사람의 의견, 사회적인 인식 등에 따르는 경향이 있는 것을 말한다. 진짜 ‘나’의 인생이 아닌 ‘남들이 그렇게 되기를 기대하는 나’로 살아가고 있기에 그 내면을 들여다보면 자신과 맞지 않는 삶을 살거나 자신이 원하는 삶을 살고 있지 않기 때문에 스트레스와 고민이 많다.

행복이란 무엇일까? 행복의 의미를 살펴보면 행복이란 생활에서 부족함이 없이 만족과 기쁨을 느끼는 흐뭇한 상태를 말한다(국어국문학회, 2007: 2735). 또한 행복이란 인간이 마음속에서 지혜롭게 느끼는 충만감을 뜻하며, 반면 불행이란 지혜 없으므로 인해 일어나는 존재의 빈곤함을 뜻한다. 인간은 지혜로울 때 행복

할 수 있고, 어리석을 때 불행할 수 있다. 아는 것이 많아서, 가진 것이 많아서 행복하고 아는 것이 적어서, 가진 것이 적어서 불행하다는 개념은 잘못된 개념인데 현 사회는 이러한 잘못된 개념들로 인해 스트레스를 받고 고통과 번민을 호소한다(서명석, 2018: 6).

현대 사회에서 인간은 인간관계 안에서 발생한 스트레스와 사회 관계망에서 발생하는 부적응과 부조화로 인한 스트레스, 그리고 잘못된 믿음에서 발생하는 번뇌, 고통, 탐욕, 미움, 어리석음 때문에 우리는 행복을 느끼지 못하며 심신이 지쳐가고 있다. 인간은 지혜로울 때 행복할 수 있다. 지혜는 온몸과 마음으로 진리를 꿰뚫어 보는 것이며(아잔 차, 2008: 131), 지혜로운 마음은 깨달음과 비어있음이 섞여 있는 것으로 지혜로운 사람과 어리석은 사람의 차이는 통찰력이다. 우리는 행복하기 살기 위해 지혜로운 삶을 추구해야 한다.

불교는 깨달음의 종교, 지혜의 종교이다. 깨달음이란 보편타당한 우주와 인간의 근본원리를 올바르게 보고 참되게 아는 지혜(般若智)를 증득하여 그것을 자기 화함으로써 자주적인 인격을 완성하는 것을 뜻한다(박부자, 2002: 15). 그 깨달음 즉 지혜가 반야바라밀이며 연기의 법칙을 아는 것이며 공(空)의 원리를 아는 것이다. 12연기의 제일 처음에서도 밝히듯이 무명(無明)은 근본적인 무지를 의미하고 그 무지-참다운 지혜가 없음-때문에 고통스러운 윤회가 시작된 것이다. 인간은 지혜로써 연기(緣起)의 법칙을 깨달으면 윤회 고리가 끊어지고 고통이 소멸하여 열반에 이른다.

불교에는 8만 4천 개의 법문이 있다. 이처럼 불교의 세계를 다 알기는 어렵다. 불교에서는 이 수많은 불경 중에서 『반야심경』을 으뜸으로 꼽는다. 마치 유교에서 논어를, 그리스도교에서 성서를 제일로 꼽는 것과 같다. 8만 4천여 권에 이르는 많은 불경은 이 『반야심경』을 해석한 것이나 다름이 없다(홍사중, 2015: 10). 『반야심경』은 불교의 경전 중에서 제목까지 합하여 270자로 가장 짧은 경전이지만 불교의 모든 요체가 들어 있다. 『반야심경』은 지혜의 완성에 관해서 가장 긴요한 것을 설교한 경전이며 가장 어려운 경전이다. 그래서 연구자는 『반야심경』을 텍스트로 선정하였다.

『반야심경』의 관한 선행연구를 살펴보면 강미자(2010)의 『반야심경』 명상과 심리치료에 관한 논문이, 강영철(2007)의 중관학과 관점에서 본 『반야심경』의 해석

이 있다. 그리고 박부자(2002)의 『반야심경』과 사도신경을 비교하여 해석한 논문이 있다. 이 외에 반야심경의 공사상 연구, 범본 반야심경의 음역과 원문의 재조명, 반야심경 진언에 대한 고찰에 관한 연구 등이 있다. 또한 주해서로는 스님들이 집필한 『반야심경』에 관한 책이 많이 있다. 하지만 연구자가 의도하는 마음공부 치료로써 『반야심경』의 해석에 관한 선행연구는 없다. 그러므로 연구자는 리콤폴르 해석이론을 연구방법으로 삼아 『반야심경』을 재해석함으로써 자기 이해에 도달하고자 한다.

이 연구의 목적은 생사윤회 즉 지혜를 획득하여 인생 고통에서 벗어나는 것, 이고득락(離苦得樂)이 최종목적이라 할 수 있다. 이고득락이란 ‘괴로움 따위에서 벗어나 즐거움이나 행복감을 마음껏 즐기거나 맛보는 것’을 뜻한다. 연구자는 이러한 연구 목적을 가지고 『반야심경』 텍스트를 기반으로 하여 다음과 같은 질문을 제기한다.

- ▶ 『반야심경』이 지니고 있는 핵심 사상들은 어떤 것들이 있는가?
- ▶ 『반야심경』에 드러난 마음공부는 무엇인가?
- ▶ 『반야심경』 마음공부의 치료적 의미는 무엇인가?

2. 연구방법

연구자는 『반야심경』 마음공부의 치료적 의미를 제시하기 위해 리콤폴르 해석이론을 연구방법으로 『반야심경』 재해석을 시도하고자 한다. 리콤폴르의 해석이론이란 해석한다는 것이 무엇인가에 대하여 생각하는 학문이다. 해석은 자기 이해와 관련이 있으며 자기 이해는 텍스트 해석을 통해서 일어나는 것이다. 해석이란 남의 말을 살피고 남의 말을 해석하면서 자기 이해에 도달하는 것을 말한다(Ricoeur, 1969 / 양명수, 2015: 13).¹⁾ 자기 이해란 자기를 계속해서 알아가는 상태 또는 자기를 알게 된 상태를 가리킨다(이재호, 2010: 44). 오직 텍스트 의미의

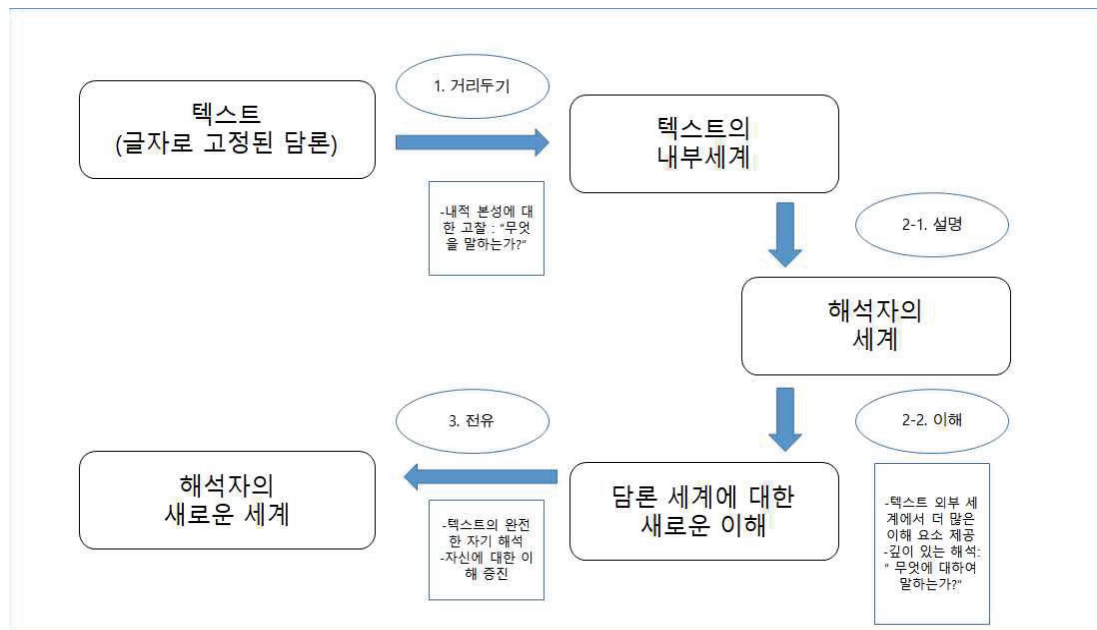
1) 위의 인용문 () 안에 있는 ‘/’에서 ‘/’의 좌측은 원전을 ‘/’의 우측은 번역본을 뜻한다. 이하 모두 같다.

‘화살’을 따라가며 그것에 ‘따라 사고하려고’ 노력하는 해석만이 새로운 ‘자기 이해’를 창출해낸다(Ricoeur, 1981 / 윤철호, 2003: 340).

텍스트란 글쓰기에 의해 고정된 모든 종류의 담화이다. 리콰르는 텍스트를 해석할 때 네 가지 범주로 텍스트를 전개한다. 네 가지 범주는 다음과 같으며 이를 도식화하면 그림 [I -1]과 같이 나타낼 수 있다.

- 거리두기(distanciation) – 텍스트를 객관적으로 바라보는 단계.
- 설명(explanation) – 텍스트의 의미를 구조적으로 분석하는 단계.
- 이해(understanding) – 해석자의 세계로 텍스트가 말하는 것에 대한 해석자의 깊이 있는 의미를 발견하는 단계.
- 전유(appropriation) – 다른 세계에 대한 새로운 이해 및 텍스트에 대한 자신만의 해석, 즉 자기화 단계.

(Ghasemi at al., 2011: 1623-1629 / 서명석, 2013: 49)



[그림 I - 1] 리콰르 해석학의 단계(Ghaseme et al., 2011: 1624)

해당 텍스트는 비판적이며 생산적인 거리를 유지하는 단계인 거리두기(소격화) 단계를 거친다(Ricoeur, 1976 / 김윤성·조현범, 1998: 149). 리콥르는 거리두기(소격화)를 세 가지 차원으로 나눈다. 첫째, 텍스트는 저자로부터 독립한다. 두 번째는 텍스트가 형성되던 시기 최초의 독자로부터 독립이며, 마지막으로 텍스트가 형성되면 당시 상황으로부터 거리를 두게 된다. 이렇게 세 단계의 거리두기를 통해 텍스트는 의미 자율성을 확보한다(변경원, 2012: 10).

그 다음 설명의 단계에서는 ‘텍스트는 무엇을 말하는가?’를 탐구한다. 텍스트는 작가와 독자 사이의 관련성은 설정하지 않고 오직 외부적 관점을 살펴본다(Ghasemi et al., 2011: 1628). 거리두기 과정을 통해 텍스트 의도와 저자 의도가 더 이상은 일치하지 않는다. 해석을 통해 밝혀내야 할 것은 텍스트 내적 세계가 된다. 이해의 단계는 설명 절차들의 도움을 받아 해석자 세계 내에서 한층 더 정교해진 이해이다(Ricoeur, 1976 / 김윤성·조현범, 2017: 128). 텍스트를 이해한다는 것은 텍스트의 움직임에 따라가는 것이며 의미에서 지시로 ‘텍스트가 무엇을 말하는가?’에서 ‘무엇을 이야기하는가?’로 옮겨가는 움직임이다(Ricoeur, 1976 / 김윤성·조현범, 2017: 147). 이해와 설명은 서로 겹치며 삼투하는 경향이 있다(Ricoeur, 1976 / 김윤성·조현범, 2017: 125). 설명이 이해로 넘어가고 다시 설명이 이해로 되돌아오는 순환과 상호 변증법적인 과정을 통하여 해석이 이루어진다(Ricoeur, 1986 / 박병수·남기영, 2004: 267; 서명석, 2013: 50).

전유의 단계는 텍스트가 완전히 객관화되는데서 기인하는 거리두기(소격화)에 대응하는 것이다(Ricoeur, 1976 / 김윤성·조현범, 1998: 128). 독자세계 지평과 작가세계 지평이 융합되는 것이다(Ricoeur, 1976 / 김윤성·조현범, 1998: 154). 전유 단계에서 텍스트에 대한 새로운 세계 지평이 형성되면 이것은 다시 거리두기로 돌아가 해석의 순환이 일어난다. 이런 과정을 거치며 해석 지평을 확장해 나간다(Ghasemi et al., 2011: 1628). 따라서 연구자는 『반야심경』에 나타나는 의미에 관하여 텍스트를 구성한다. 이 텍스트를 거리두기 단계에서 객관화 작업을 한 후 설명과 이해 단계를 거쳐 전유의 단계에서 『반야심경』 마음공부의 치료적 의미를 발견할 것이다.

II. 『반야심경』에 대한 이해

1. 『반야심경』의 역사와 구성

『반야심경』은 불교계에 가장 널리 퍼져있는 경전 중 하나로 완전한 제목은 『마하반야바라밀다심경(摩訶般若波羅蜜多心經)』이다. 이 경전의 범문은 단지 260자에 불과하지만 전체 600부에 달하는 『대반야경』의 중요한 내용을 모두 함축하고 있다(Jipu, 2013 / 김진무, 2015: 6).

600권의 경문으로 구성된 『대반야경』을 260자로 함축해 놓은 『반야심경』의 한역본으로는 모두 7개를 꼽을 수 있으며 그 가운데 두 개는 약본이고 나머지 다섯 개는 광본이다. 광본의 『반야심경』은 세 개의 형식을 모두 갖추고 있으며, 약본의 『반야심경』은 정중분을 특히 중요하게 다루고 있다. 이 중에서도 구마라집(鳩摩羅什)이 번역한 『마하반야바라밀대명주경(摩訶般若波羅蜜大明呪經)』과 현장법사가 번역한 『반야바라밀다심경(般若波羅蜜多心經)』이 중요한 약본으로 전해지고 있다(현봉, 2011: 46).

연구자는 한역본(漢譯本)은 현재 가장 널리 유통되고 있는 현장법사의 『반야바라밀다심경(般若波羅蜜多心經)』 약본을 토대로 하고, 한글본은 2013년 조계종 표준의례로 공포된 『반야심경(般若心經)』을 사용하였으며, 영문 번역본은 Edward Conze의 『The Heart Sutra』를 참고하였다. 현장법사의 번역본에는 산스크리트어 음역을 그대로 사용하고 있는 글자들이 많은데 이는 현장법사가 ‘오종불번(五種不翻)’이라고 하여 경을 번역할 때 다음과 같은 다섯 가지 이유에서 의역하지 않고 산스크리트어 음역 그대로 사용하였다.

1. 비밀한 뜻이 있으면 번역하지 않는다.
2. 한 글자에 많은 뜻을 포함하고 있으면 번역하지 않는다.
3. 동양에서는 쓰지 않고 인도 서천에서만 쓰이는 말은 번역하지 않는다.
4. 예전부터 써내려 온 관습된 말은 그대로 쓰고 번역하지 않는다.
5. 뜻이 가벼워질 우려가 있으면 번역하지 않는다.

현장법사의 번역본의 제목은 『반야바라밀다심경(般若波羅蜜多心經)』이지만 오늘날 대부분 『마하반야바라밀다심경(摩訶般若波羅蜜多心經)』이라는 제목으로 불리고 있다. 『반야심경』의 구성은 약본(略本)의 형태로 서분과 유통분이 없고 본론의 내용에 해당하는 정중분만을 가지고 있다. 이 정중분의 형태를 살펴보면 <표Ⅱ-1>과 같이 사분구조(四分構造)의 형태로 나누어져 있다. 사분구조는 입의분(立義分), 파사분(破邪分), 공능분(功能分), 총결분(總結分)으로 나누어지며 이 사분구조의 형태는 기승전결의 형식에 맞추어 분류한 것임을 알 수 있다(박부자, 2012: 57).

<표 Ⅱ-1> 『반야심경』 정중분의 사분구조(四分構造)

구 분	내 용	
정 중 분	입의분 (立義分)	觀自在菩薩 行深般若波羅蜜多時 照見五蘊皆空 度一切苦厄
	파사분 (破邪分)	舍利子 色不異空 空不異色 色卽是空 空卽是色 受想行識 亦復如是 舍利子 是諸法空相 不生不滅 不垢不淨 不增不減 是故 空中無色 無受想行識 無眼耳鼻舌身意 無色聲香味觸法 無眼界 乃至 無意識界 無無明 亦無無明盡 乃至 無老死 亦無老死盡 無苦集滅道 無智亦無得
	공능분 (功能分)	以無所得故 菩提薩埵 依般若波羅蜜多故 心無罣碍 無罣碍故 無有恐怖 遠離顛倒夢想 究竟涅槃 三世諸佛 依般若波羅蜜多故 得阿耨多羅三藐三菩提
	총결분 (總結分)	故知般若波羅蜜多 是大神呪 是大明呪 是無上呪 是無等等呪 能除一切苦 眞實不虛 故說 般若波羅蜜多呪 卽說呪曰 揭諦揭諦 波羅揭諦 波羅僧揭諦 菩提娑婆訶

경전의 제목인 『마하반야바라밀다심경(摩訶般若波羅蜜多心經)』의 뜻을 살펴보면 다음과 같다.

(1) 마하(摩訶)

마하(摩訶)는 산스크리트어로 mahā라 표기한다. ‘많다’, ‘크다’, ‘뛰어나다’, ‘위대하다’ 등의 여러 가지 뜻이 있다. 그렇지만 여기에서 마하는 ‘크다’ ‘작다’의 상대적인 개념으로써 ‘크다’보다는 말로 표현할 수 없을 정도의 절대적인 무한대를 의미한다. 모든 존재의 상대적인 실상 그대로 절대 불가사의한 경계이므로 ‘마하’라고 한 것이다. 여기에서 마하는 산스크리트어 음역인 마하를 그대로 쓴 것인데, 이는 현장법사가 오종불변한 이유인 ‘뜻이 가벼워질 우려가 있으면 번역하지 않는다’에 해당한다(Kazuaki, 2014: 142). 불교의 경전 중에서 가장 짧은 경전인 『반야심경(般若心經)』 앞에 마하(摩訶)라는 수식어를 붙인 것은, 짧은 경전임에도 불구하고 ‘크고 위대하며 깊은’ 가르침을 담고 있음을 뜻한다(황윤식·윤희조·정형준, 2012: 57).

(2) 반야(般若)

반야(般若)는 산스크리트어 prajñā라고 하고, pra(앞으로, 앞의)+jñā(알다, 이해하다)로 이루어져 있으며, 팔리(Pali)어로는 ‘빠냐(pañña)’라고 한다. 반야는 팔리어 ‘빠냐(pañña)’의 음역어으로써 ‘마하’와 같이 뜻이 가벼워질 것을 우려해 번역하지 않고 ‘반야’로 쓴 것이다(법상, 2018a: 56). prajñā(반야)는 ‘큰 지혜’, ‘오묘한 지혜’ 영어로는 ‘supreme wisdom’, ‘gnosis’, ‘wisdom of enlightenment’로 의역이 가능하다(Kazuaki, 2016: 142). 불교에서 말하는 지혜는 중생의 소견에서 벗어나 만물의 참다운 실상을 볼 수 있는 경지에 이르는 것을 뜻한다(청호, 2011: 51). ‘반야’가 뜻하는 지혜는 단순한 지식이 아니라 ‘모든 현상의 실상을 바로 꿰뚫어 보는 지혜’를 말한다. 반야는 보통 우리가 알고 있는 분별적인 지식, 축적되는 지식이 아니라 궁극적 깨달음의 경지에서 드러나는 근본적인 지혜이다(박부자, 2003: 54).

(3) 바라밀다(波羅蜜多)

바라밀다는 산스크리트어 pāramitā를 음역한 것으로 이 말의 의미에 대해서는 여러 가지 의견이 있다. 그중에서 param(피안의, 넘어선, 궁극적인) + itā(도달한)이라는 설로 ‘넘어서 가버린 것’ 또는 ‘궁극에 가버린 것(도피안)’이라고 번역한다. 또 다른 의견은 pārami(피안에 도달한) + tā(상태, 추상명사형 어미)이라는 설로 번역은 ‘궁극의 지혜, 지혜의 완성’이 대표적인 것이다(박부자, 2003: 54). 구체적으로 ‘생사윤회의 고통인 이 언덕으로부터 해탈의 피안인 저 언덕으로 건너다’라는 의미가 된다(Jipu, 2013 / 김진무, 2015: 131). 이쪽 언덕(고통의 세계)에서 저쪽 언덕(깨달음의 세계)으로 건너가기 위해서는 큰 배가 필요하다. 그때 큰 배에 해당하는 것이 ‘반야(바라밀다·지혜)’이다.

(4) 심(心)

심은 산스크리트어 hrdaya의 의역(意譯)으로써 ‘심장’이라는 뜻도 있지만 여기에서는 ‘핵심’, ‘정수’, ‘중심’을 의미한다(황윤식·윤희조·전형준, 2012: 70). 반야부경전 가운데 가장 핵심이 되는 경전이며 부처님 가르침의 핵심을 담고 있으므로 『반야심경』 또는 『심경』이라고도 한다.

(5) 경(經)

경은 산스크리트어 sūtra의 의역이다. 어원적인 의미는 ‘바느질하다’, ‘실’, ‘측정하는 선’을 이르며 더 나아가서는 ‘모든 사물, 규칙을 함께 묶거나 꿰뚫는 실과 같은 것’을 의미한다(박지명·이서경, 2010: 25). 부처님께서 설법한 말씀을 결집하여 정리한 것을 ‘sūtra’라고 하는데 경전 또는 경이라고 번역한다. 이 해석을 바탕으로 제목 『마하반야바라밀다심경(摩訶般若波羅蜜多心經)』을 전체적으로 해석하면 ‘위대한 깨달음의 지혜로 이 언덕(고통의 세계)에서 저 언덕(해탈의 세계)으로 건너가게 하는 핵심적인 경전’이라는 뜻이다.

2. 『반야심경』의 해석

<표Ⅱ-2>의 『반야심경』 해석에서 한문번역은 현장법사의 『반야바라밀다심경(般若波羅蜜多心經)』 약본을 토대로 하고, 한글번역은 2013년 조계종 표준의례로 공포된 『반야심경(般若心經)』을 사용하였다.

<표Ⅱ-2> 『반야심경』 해석

한문번역	한글번역
1. 觀自在菩薩 行深般若波羅蜜多時 관자재보살 행심반야바라밀다시 照見五蘊皆空 度一切苦厄 조견오온개공 도일체고액	1. 관자재보살이 깊은 반야 바라밀다를 행할 때 오온이 모두 공함을 깨닫게 되고 일체의 고통이 소멸되었다.
2. 舍利子 色不異空 空不異色 사리자 색불이공 공불이색	2. 사리자여! 색은 공과 다르지 아니하고 공과 색이 다르지 아니하다. 즉 물질적 현상은 공과 다르지 않고 공은 물질적 현상과 다르지 않다.
3. 色即是空 空即是色 受想行識 색즉시공 공즉시색 수상행식 亦復如是 역부여시	3. 색이 바로 공이요 공이 바로 색이다. 수·상·행·식 역시 이와 같다. 즉, 물질이 곧 공이요 공이 곧 물질이다. 느낌, 표상작용, 의지작용, 의식작용 역시 물질적인 현상과 같이 실체가 없다.
4. 舍利子 是諸法空相 不生不滅 사리자 시제법공상 불생불멸 不垢不淨 不增不減 불구부정 부증불감	4. 사리자여! 이 모든 존재의 공한 모습은 생겨나지도 없어지지도 않으며 더럽혀지지도 깨끗해지지도 않으며 늘어나지도 줄어들지도 않는다.
5. 是故 空中無色 無受想行識 시고 공중무색 무수상행식 無眼耳鼻舌身意 無色聲香味觸法 무안이비설신의 무색성향미촉법 無眼界 乃至 無意識界 무안계 내지 무의식계	5. 이 때문에 공에는 색도 없고 수·상·행·식도 없다. 즉, 공에는 물질도 없고 느낌과 표상작용, 의지작용, 인식작용도 없다. 눈, 귀, 코, 혀, 몸, 의식도 없으며 빛, 소리, 냄새, 맛, 감촉, 의식의 대상이 없으며 눈의 경계도 없고 나아가 의식의 경계도 없는 것이다.

<p>6. 無無明 亦無無明盡 乃至 無老死 무무명 역무무명진 내지 무노사 亦無老死盡 역무노사진</p>	<p>6. 무명도 없고 또한 무명이 다함까지도 없으며 나아가 늙고 죽는 것도 없고 또한 늙고 죽는 것이 다함도 없다.</p>
<p>7. 無苦集滅道 無智亦無得 무고집멸도 무지역무득</p>	<p>7. 고집멸도도 없으며(괴로움과 괴로움의 원인과 괴로움의 원인을 멸하는 것과 괴로움을 멸하는 길도 없으며), 지혜도 없고 얻음도 (실체가) 없는 것이다.</p>
<p>8. 以無所得故 이무소득고 菩提薩埵 依般若波羅蜜多 보리살타 의반야바라밀다 故心無罣碍 無罣碍故 無有恐怖 고심무괘애 무괘애고 무유공포 遠離顛倒夢想 究竟涅槃 원리전도몽상 구경열반</p>	<p>8. 그러므로 얻는 바가 없는 까닭에 보리살타는 반야바라밀다에 의존하기 때문에 마음에 거리낌이 없고 거리낌이 없기 때문에 갖고 있던 공포가 없으며 꿈같은 헛된 생각이 멀리 사라지게 되어 마침내 열반에 이르게 된다.</p>
<p>9. 三世諸佛 依般若波羅蜜多 삼세제불 의반야바라밀다 故得阿耨多羅三藐三菩提 고득아녹다라삼막삼보리</p>	<p>9. 과거·현재·미래의 모든 부처님도 반야바라밀다에 의존하여 아녹다라삼막삼보리(무상정등정각-최상의 바른 깨달음)를 얻는다.</p>
<p>10. 故知般若波羅蜜多 是大神呪 고지반야바라밀다 시대신주 是大明呪 是無上呪 是無等等呪 시대명주 시무상주 시무등등주</p>	<p>10. 그러므로 반야바라밀다는 가장 신성스러운(위대하고 거룩한) 주문(만트라)이며, 가장 밝고 수승(특별히 뛰어나다)한 주문이며, 가장 높은 주문이며, 무엇에도 견줄 수 없는 주문임을 알아라.</p>
<p>11. 能除一切苦 眞實不虛 능제일체고 진실불허</p>	<p>11. 인간의 몸과 마음에서 피고 지는 모든 고통을 없앨 수 있으며 진실해서 거짓이 없음을 알아라.</p>
<p>12. 故說 般若波羅蜜多呪 卽說呪曰 고설 반야바라밀다주 즉설주왈</p>	<p>12. 그러므로 반야바라밀다 주문을 말하노라 즉 이 주문을 말하자면</p>
<p>13. 揭諦揭諦 波羅揭諦 波羅僧揭諦 아제아제 바라아제 바라승아제 菩提娑婆訶 모지사바하</p>	<p>13. 아제아제 바라아제 바라승아제 모지사바하(가자가자 이 언덕에서 저 언덕으로 가서 깨달음을 이루었네)이다.</p>

3. 『반야심경』의 핵심

(1) 공(空)

공(空)은 대승 불교의 핵심적 개념이며 불교 기본적 교의 가운데 하나로써 한자의 의미로는 ‘비어 있다.’, ‘없다.’, ‘존재하지 않다.’이며 영어로는 ‘empty’ ‘nothing’, ‘nonexistent’ 의미이지만 불교 용어로 쓰이는 공(空)은 ‘본래 진정한 실체가 없다.’는 것이며 여기에서는 ‘non-substantiality’ 의미이다(Kazuaki, 2014: 156). 산스크리트어로는 śūnya이며, ‘순야’는 ‘부풀어 오르는 텅 빈 것’이라는 의미이다. ‘비유(非有, 있지 않다)’ ‘비존재(非存在, 존재하지 않다)’의 개념으로도 사용되고 있다(전순환, 2012: 327). 불교에서의 공(空)이란 세간 일체 현상은 모두 각종 조건 취합으로 형성된 것이기 때문에 그러한 조건이 변하게 되면 현상도 역시 그것을 따라 변하는 것이므로 본래 ‘진정한 실체가 없다.’는 것을 의미한다(Jipu, 2013 / 김진무, 2015: 47). 즉 공(空)은 고정 불변하는 실체가 없음(emptiness)을 뜻한다(서명석, 2019: 25). 여기에 없다는 뜻은 우리가 알고 있는 무(無)의 개념과는 다르다. 무(無)의 개념은 있다가 없어지는 즉 유(有)의 상대적인 개념을 말한다(현봉, 2011: 74). 모든 것이 조건에 따라 일어났다 사라진다는 것을 알게 되고 나아가 모든 존재가 실체가 없다는 것을 알게 되면 거기에 집착하지 않고 자유롭게 행동할 것이다. 이렇듯 공(空)의 도리가 『반야심경』의 핵심이다.

(2) 오온(五蘊)

오온(五蘊)에서 ‘온(蘊)’은 쌓여서 모인 것, 화합하여 모인 것이라는 뜻이 있으며, 오온(五蘊)에는 색온(色蘊), 수온(受蘊), 상온(想蘊), 행온(行蘊), 식온(識蘊)이 있다. 색(色)은 인간의 몸을 의미한다. 수(受)는 눈으로 외부의 대상을 보았을 때 일어나는 느낌을 받아들이는 것, 상(想)은 보이는 사물에 대해 형성되는 개념이다. 행(行)은 의지 행위나 조작, 식(識)은 이해와 인식, 판단이나 분별을 의미하는 것으로 수·상·행·식은 인간의 정신적인 측면을 의미한다. 다른 의미로의 색(色)

은 스스로 변화하고 또 다른 것을 장애하는 물체를 뜻한다. 수(受)는 고(苦)와 낙(樂)을 느끼는 마음작용, 상(想)은 외계의 물건을 마음속에 그리는 것이다. 행(行)은 인연으로 생겨 시간으로 변천함, 식(識)은 의식하고 분별함을 가리킨다(불교성전편찬회, 2007: 226). 오온은 단순하게 물질과 정신을 의미하는 것이 아니라 불교에서는 세간(世間)의 일체법(一切法), 즉 이 세상의 모든 현상을 의미한다(이중표, 2017: 106). 오온이란 우리가 ‘자아’라고 생각하는 ‘다섯 가지 우리의 생각’이며 우리가 허망한 생각으로 나라고 집착하고 있는 망상을 오온이라고 한다.

(3) 십이처(十二處)

인간에게는 육근과 육경이 존재하는데 육근(六根)과 육근에 대비되는 육경(六境)을 합하여 십이처(十二處)라고 한다. 십이처(十二處)란 일체의 존재 형상을 성립시키고 있는 12개의 의지처를 말하는 것이다(강영철, 2007: 125). 육근(六根)은 사람을 미혹시키는 여섯 가지 근원으로써 눈·귀·코·입·몸·뜻(眼·耳·鼻·舌·身·意)을 뜻하며 육경(六境)은 육식(六識)에 의해서 생기는 것으로 빛깔·소리·향기·맛·감촉·대상경계(色·聲·香·味·觸·法)를 의미한다(대한한사전편찬실, 2018: 1150).

(4) 십팔계(十八界)

십팔계(十八界)는 육근(六根)과 육경(六境), 육식(六識)의 세 종류를 합하여 이르는 것이다. 육식(六識)은 육근에 의하여 생기는 여섯 가지 마음의 작용을 뜻하며 구성은 안식·이식·비식·설식·신식·의식 여섯 가지로 이루어져 있다. 육근(六根)은 인식의 작용을 하며, 육경(六境)은 인식대상과 관련이 있고, 육식(六識)은 이에 따라 형성되는 각종 감수(感受)와 관념을 말한다(Jipu, 2013 / 김진무, 2015: 226).

(5) 십이연기(十二緣起)

연기(緣起)의 사전적 의미는 모든 사물이 인연에 의하여 나고 없어짐을 뜻한다

(대한한사전편찬실, 2018: 2503). 일체의 사물이나 현상의 발생은 모두 상대적인 의존 관계나 조건 관계에 의한 것이며 이러한 상호 관계나 조건 관계를 떠나서는 어떠한 사물이나 현상도 발생할 수 없다는 것이다. 십이연기(十二緣起)는 12개의 인과적 연결을 형성하여 중생을 윤회하는 존재로 묶어두고 고통을 계속 지속시킨다. 불교에서는 인생의 모든 고통의 원인을 십이연기(十二緣起)로 설명하고 있다. 시계방향 순(順觀)으로 무명(無明), 행(行), 식(識, 명색(名色), 육처(六處), 촉(觸), 수(受), 애(愛), 취(取), 유(有), 생(生), 노사(老死) 12가지이다. 십이연기는 무명(無明)으로부터 시작된다. 무명(無明)은 진리를 알지 못하는 근본적인 무지이며 이는 고통의 원인이 된다. 십이연기(十二緣起)는 이러한 12가지가 순서에 따라 ‘이것이 있으므로 저것이 있고, 이것이 생기기 때문에 저것이 생기며, 이것이 없으면 저것도 없고, 이것이 소멸하면 저것도 소멸한다,’라는 상호 의존성과 상대적인 인과관계를 구성하고 있다(Jipu, 2013 / 김진무, 2015: 335).

(6) 사성제(四聖諦)

사성제는 고·집·멸·도(苦·集·滅·道)의 네 가지의 성스러운 진리를 의미한다. 고·집·멸·도(苦·集·滅·道)를 살펴보면 인간 삶의 실체는 고통이라는 고성제(苦聖諦), 모든 고통의 원인은 번뇌와 집착이라는 집성제(集聖諦), 번뇌와 집착이 소멸한 경지를 멸성제(滅聖諦), 고통을 소멸시키기 위한 길[八正道·팔정도]을 제시한 것이 도성제(道聖諦)이다(불교성전편찬회, 2007: 314). 사성제의 핵심은 ‘지고(知苦), 단집(斷集), 증멸(證滅), 수도(修道)’이다. 고(苦)를 알면 마땅히 집(集)을 끊어야 하고, 멸(滅)을 원하면 마땅히 도(道)를 수행하여야 한다. 이 네 가지 성스러운 진리는 연기(緣起)의 이치에 기초하고 있으며 특히 괴로움의 원인인 집성제와 괴로움의 소멸인 멸성제는 십이연기의 가르침을 통해 구체적으로 나타내고 있다(법상, 2018a: 257).

(7) 열반(涅槃)

열반(涅槃)은 산스크리트어 니르바나(nirvāṇa)를 한자어로 번역한 말로 직역하

면 ‘불(火)을 붙어서 끄는 것’을 의미한다. 우리를 얽어매고 있는 타오르는 번뇌의 불길을 붙어 꺼버린다는 뜻으로 해석 가능하며 모든 괴로움이 전부 소멸한 상태인 절대적인 행복, 최고의 행복을 의미하는 말이다(법상, 2018a: 315). 다시 말하자면 모든 것이 공함을 깨달으면 번뇌와 탐, 진, 치 삼독이 모두 소멸하여 나라고 굳게 믿고 있던 아집(我執)과 아상(我相) 역시 사라져 최고 행복인 열반의 경지에 이른다.

Ⅲ. 『반야심경』 마음공부에 대한 이해

인간이 마음공부를 하는 이유는 현재의 고통이나 괴로움에서 벗어나기 위함이다. 사성제[고·집·멸·도] 중 고성제(苦聖諦)는 무명(無明) 때문에 생겨난다고 한다. 무명은 괴로움의 원인이 되고 무지(無知)에 의한 것인데, 이때 무지는 지식을 뜻하는 것이 아니라 지혜를 의미하는 것이다. 즉 무명은 지혜가 없음을 뜻하는 것이다. 『반야심경』에서 지혜는 반야(般若)지혜를 뜻하며 모든 현상의 실상이 공함을 꿰뚫어 보는 것 즉 제법공상(諸法空相)과 같은 의미이다. 여기에서 법(法)은 흔히 알고 있는 법률로써의 법(法)이 아니라 모든 현상(phenomenon)을 말한다.

지혜를 얻는 것만으로 마음공부를 했다고 얘기할 수 있을까? 마음공부란 자신의 마음을 잘 사용하여 올바르게 판단하고 행동하는 것, 즉 지혜를 실천하는 삶이 마음공부이다. 그런데 지혜를 얻는 것, 아는 것으로만 그친다면 지식을 습득하는 것과 다름없다. 삶에 괴로움의 근본인 무지에서 벗어나 그 근원을 끊고 실천적인 삶을 사는 것이 행복한 삶, 바로 열반에 이르는 것이며 진정한 마음공부라고 할 수 있을 것이다. 『반야심경』의 구절 중 마음공부에 관련된 구절들을 살펴보면 다음과 같다.

1. 觀自在菩薩 行深般若波羅蜜多時 照見五蘊皆空 度一切苦厄

관자재보살이 깊은 반야 바라밀다를 행할 때 오온이 모두 공함을 깨닫게 되고 일체의 고통이 소멸되었다.

‘관자재보살이 깊은 반야 바라밀다를 행할 때 오온이 모두 공(空)함을 깨닫게 되고 일체의 고통이 소멸하였다.’를 살펴보면 관자재보살이 반야바라밀다—이 언덕(此岸)에서 깨달음의 저 언덕(度彼岸)으로 넘어가는 지혜—를 깊이 수행을 할 때 오온(五蘊)이 모두 공(空)함을 깨닫게 되고 모든 고통이 사라지게 된 것이다. 깊고 오묘한 지혜로써 오온[색·수·상·행·식]이 공함을 깨닫게 되는 이 과정이 마음공부이다. 여기에서 이 언덕이란 차안(此岸)이라고도 하는데 번뇌와 고통, 집착, 괴로움이 쌓여있는 현재 나의 상태를 뜻한다. 저 언덕 즉 도피안(度彼岸)은

번뇌, 고통, 집착, 괴로움이 없어진 해탈(解脫·모든 번뇌에서 벗어나 최고의 자유로운 경지에 이르는 것)의 상태이다. 깊고 오묘하며 뛰어난 지혜를 가지고 오온이 공함을 깨닫게 되어 차안에서 피안 즉 도피안으로 건너가는 것이 『반야심경』에 나타난 마음공부이다.

이 구절은 『반야심경』의 핵심으로써 오온(五蘊)은 ‘세간(世間)의 일체법’을 나타낸다(이중표, 2017: 97). ‘세간의 모든 법이 공함을 깨닫는 것이 일체의 고통을 소멸시킨다.’는 관자재보살의 실천적 깨달음의 의미가 담겨있다. 세간의 일체법이 원인이 되어 괴로움이 일어나는데 마음공부-반야 바라밀다를 행(行)하는 것-를 통하여 세간의 일체법 즉 오온(五蘊)이 공함을 깨달음으로써 괴로움을 없애는 결과를 얻게 된다. 『반야심경』은 관자재보살이 사리자에 설법을 전하는 방식을 취하고 있는데 이 구절에서 알 수 있듯이 관자재보살은 스스로 실천하여 깨달음 얻은 것을 사리자에게 설법하고 있다. 『반야심경』의 공(空)사상은 사유분별을 떠난 무집착, 무대립, 무심의 경지를 강조하고 있다. 이 공(空)사상은 관념적으로 이해될 수 있는 것이 아니다. 스스로 깨달음과 실천을 통해 얻어야 할 것이다(김경일·천성문, 2000: 21).

2. 菩提薩埵 依般若波羅蜜多 故心無罣碍無罣碍故無有恐怖 遠離顛倒夢想 究竟涅槃
보리살타는 반야바라밀다에 의존하기 때문에 마음에 거리낌이 없고 거리낌이 없기 때문에 갖고 있던 공포가 없으며 꿈같은 헛된 생각이 멀리 사라지게 되어 마침내 열반에 이르게 된다.

전도(顛倒)는 ‘번뇌 때문에 잘못된 생각을 하거나 현실을 잘못 파악하다.’라는 뜻이 있다. 몽상(夢想)은 ‘실현 가능성이 없는 헛된 생각을 하다.’는 의미이다. ‘번뇌 때문에 현실을 바로 보지 못하고 실현 가능성이 없는 잘못된 생각과 헛된 꿈을 꾸고 있는 것’을 전도몽상이라 한다. 보리살타는 반야바라밀다에 의지하여 마음의 거리낌과 공포가 사라지고 실현 가능성이 없는 헛된 생각과 꿈이 멀리 사라지게 되어 열반에 이르게 된다. 불교에서 추구하는 열반(涅槃)이란 상호의존관계에 있던 명색(名色)과 식(識)이 사라져서 모든 괴로움이 소멸한 경지를 말한다. 무명이 사라져 모든 망상이 사라진 경지를 이르기도 한다(이중표, 2017: 229). 지

혜가 없어 망상 때문에 생겨난 괴로움이 사라지게 되면 행복에 이르게 된다.

3. 三世諸佛 依般若波羅蜜多 故得阿耨多羅三藐三菩提

과거·현재·미래의 모든 부처님도 반야바라밀다에 의존하여 아녹다라삼막삼보리(무상정등정각-최상의 바른 깨달음)를 얻는다.

삼세제불(三世諸佛)은 과거, 현재, 미래의 모든 부처님을 일컫는다. 시간적인 과거, 현재, 미래를 말하는 것이 아니라 시공간을 초월하여 존재하는 모든 부처님을 얘기하는 것이다. 이 세상의 모든 부처님은 반야바라밀다에 의지하기 까닭에 아녹다라삼막삼보리[최상의 깨달음]를 얻는다. 아녹다라삼막삼보리는 무상정등정각(無上正等正覺), 최상의 깨달음을 의미하는 것으로 ‘가장 높고, 바르며, 원만한 깨달음’이다(법상, 2018b: 324). 무상(無上)이란 이 보다 더 높은 깨달음은 없다는 뜻으로 최고의 깨달음을 의미한다. 정등정각(正等正覺)에서 정(正)의 의미는 객관적이고 타당한 있는 그대로의 의미이다. 등(等)은 한쪽으로 치우침 없이 모든 존재에 동시에 적용됨을 의미한다(Jipu, 2013 / 김진무, 2015: 284). 반야바라밀다에 의지하면 이보다 더 높을 수 없고 객관적이며 한쪽으로 치우침 없이 모든 존재에 적용되는 최상의 깨달음에 도달할 수 있다.

IV. 『반야심경』 마음공부의 치료적 해석

인간의 행위는 그 의미를 결정하는 새로운 해석을 기다리고 있다.

— Ricoeur(박병수·남기영, 2004: 246)

1. 소격화의 단계[거리두기]

텍스트란 글이나 문자로 짜이고 조직화한 것이다. 그리고 어떤 의미가 있는가를 이해하는 일을 해석이라고 할 수 있다. 거리두기란 리코어 해석이론의 해석단계의 첫 번째로써 소격화(疏隔化·distanciation)라고 하며 텍스트를 객관적으로 바라보는 것을 의미한다. 연구자는 『반야심경』을 텍스트로 삼아 마음공부의 치료적 해석에 대한 객관화 작업을 하고자 한다.

해석학적 측면에서 『반야심경』은 무한하게 해석할 수 있으며 역사와 시대와 공간을 초월하여 해석할 수 있다. 거리두기는 ‘판단중지’를 의미하기도 하는데 단순하고 순수하게 주어진 ‘체험’으로부터의 거리두기도 포함된다. 이는 체험을 의미화하기 위하여 체험을 차단하는 것이다. 즉 텍스트의 존재 방식은 해석된 것이 아니라 해석해 나가는 것이다.

치료란 병을 고치기 위하여 행하는 의학적 행위를 말한다. 질병에는 신체적인 원인이나 병원균의 감염으로 인한 질병도 있지만 마음의 병으로 인해 신체적인 질병을 얻기도 하고 정신적인 질병을 얻을 수도 있다. 신체적으로 나타나는 질병을 치료하기 위해서는 의료진의 도움을 받으면 치료할 수 있다. 마음으로 인한 질병 역시 심리치료를 통해서 도움을 받을 수 있다. 심리치료는 ‘한 사람이 다른 사람이 문제를 해결하는 것을 도울 수 있도록 만나는 두 사람 사이의 관계를 포함한다.’는 점에서는 상담과 같다(Thompson, Rudolph, & Henderson, 2007: 21). 하지만 상담은 가벼운 장애를 가진 사람을, 심리치료는 스스로 해결할 수 없는 심각한 심리적 문제나 장애를 지닌 사람을 돕는 전문적인 활동을 말하는 것이다

(권석만, 2017: 22). 다시 말하자면 심리상담과 심리치료는 심리학을 베이스로 하여 인간의 장애에 초점을 맞춘다. 일반적으로 상담에는 심리상담과 심리치료만 있는 것으로 알지만 또 다른 영역으로 철학상담과 철학치료가 존재한다. 철학상담과 철학치료는 철학을 베이스로 인간의 어리석음에 초점을 맞춘다. 철학상담이란 철학을 베이스로 하여 상담자가 내담자로 하여 자신의 어리석음을 스스로 자가하도록 전문적으로 도와주는 활동이다(서명석, 2018: 83). 철학치료란 철학을 치료 베이스로 삼아 내담자로 하여금 자신의 어리석음을 혁파하고 지혜로움을 획득하도록 조처하는 상담자의 전문적인 활동이다. 철학치료자의 역할은 내담자 자신의 어리석음에서 벗어나 지혜에 대하여 눈을 뜨게 해주는 것이다(서명석, 2018: 88).

『반야심경』은 반야(般若), 즉 지혜를 의미하는 것으로, 『반야심경』은 지혜의 경전이다. 『반야심경』은 어리석음을 깨닫고 지혜로움으로 나아가게 하는 경전으로 이미 철학치료적인 의미를 지니고 있다. 앞서 불교는 지혜의 종교라고 했다. 이런 의미에서 불교 경전에서의 치료적 의미는 ‘지혜치료’와 같다(전현수, 2017: 40).

불교에서는 우리가 성냄과 어리석음 속에 있는 그대로 보지 못하고 실현될 수 있는 것을 바라고 바라는 대로 안 될 때 화를 낸다고 설명한다. 그 세 가지를 삼독(三毒: 탐·진·치)이라고 하는데 그 가운데 어리석음이 근본이다(전현수, 2017: 41). 내 마음에서 일어나는 번뇌와 괴로움, 집착은 내 마음에서 생긴 것이므로 내 마음을 다스리는 마음공부를 통해 치료할 수 있다.

신체를 방어하고 보호하기 위하여 기술을 연마하고 신체를 단련하는 것을 호신술(護身術)이라고 부른다. 반면 『반야심경』은 마음의 괴로움과 고통에서 벗어나기 위해 마음을 단련하는 방법을 알려주는 것으로 호심술(護心術)이라 할 수 있다. 연구자는 위 『반야심경』 마음공부에 대한 이해에서 반야바라밀다를 수행할 때 일체의 괴로움과 고통에서 벗어날 수 있음을 살펴보았다. 이는 마음속의 아집(我執)과 아상(我相)을 버리고 무아(無我)인 나를 깨닫는다. 그리하면 마음의 번뇌와 괴로움이 사라져 열반의 경지에 이르게 된다. 그러므로 『반야심경』은 번뇌와 괴로움이 일어나는 마음을 지키는데 필요한 기술, 즉 호심술(護心術)이다.

2. 설명과 이해의 단계

텍스트는 다양성을 가지고 있으며 독자마다 지평이 달라서 의미를 받아들임에 있어서 차이가 있다. 『반야심경』은 260자, 제목을 포함 270자로 이루어진 불교 경전이다. 이 경전은 ‘불자(佛者)만이 읽을 수 있으며 마음공부, 마음의 치료가 가능한 것일까?’라는 의문을 가질 수 있다. 거리두기에서 텍스트는 무한하게 해석할 수 있으며 시공간을 초월하여 이해와 해석할 수 있다고 하였다. 질병으로 인해 병원을 찾았을 때 원인을 알게 되면 의사는 그것에 적합한 처방전을 제시한다. 하지만 병이 나은 후에는 계속해서 약을 먹을 필요는 없다. 치료라는 관점에서 사성제(四聖諦)를 살펴보면 삶은 괴로움이며 괴로움의 원인이 무엇인지를 바르게 아는 것(고성제), 괴로움의 생긴 원인과 과정을 알고(집성제) 그 원인을 제거하려(멸성제) 노력하고 실천하면(도성제) 괴로움은 사라진다. 괴로움이란 자신의 뜻에 어긋날 때 느끼는 감정이다(이중표, 2018: 385).

우리가 ‘마음이 아프다.’라고 할 때 어디가 아픈 것일까? 마음은 어디에 있는 것일까? 우리가 마음이라 생각하는 것이 아픈 것이지 정말 어딘가에 통증이 있어서 아픈 것은 아니다. 이렇게 우리가 생각하는 마음의 병은 생각이 가져다주는 아픔이기에 이 아픔이 어디에서 왔는지 이 아픔의 원인이 되는 것이 무엇인지를 살펴 봐야한다. 『반야심경』은 오온개공(五蘊皆空·일체의 모든 법이 공하다)을 깨닫게 되면 마음의 고통이 사라진다고 얘기한다. 그리고 사성제(四聖諦)의 도성제는 괴로움을 없애는 실천방법으로써 팔정도(八正道)를 제시한다. 이때 『반야심경』은 마음의 괴로움을 멸하는 처방전으로 ‘조견오온개공(照見五蘊皆空)’ 그리고 ‘팔정도(八正道)’를 우리에게 제시한다. 불교를 종교로써 믿는 사람에게 마음의 괴로움을 없애는 처방전으로 받은 조견오온개공(照見五蘊皆空) 그리고 팔정도(八正道)는 불교의 핵심 교의(教義)이기 때문에 이해하기 쉬운 것이다. 하지만 불자(佛者)가 아닌 사람들은 처방전을 쉽게 깨닫고 마음공부를 할 수 있을까?

조견오온개공이란 ‘오온이 공함을 깨닫는 것’인데 여기서 오온은 이 세상 모든 것을 가리킨다. 흔히 오온이라고 하면 색·수·상·행·식을 말하는데 이것은 인간이 살아가면서 보고 듣고 만지고 느끼고 사유하고 행동하고 인식하는 삶의 모습을

육체, 감정, 이성, 의지, 인식이라고 우리들의 생각을 표현한 것이다. 무명(無明) 상태에서 살아가는 인간들이 자신의 삶을 존재로 착각한 결과가 오온이다(이중표, 2018: 271). 공은 고정 불변하는 실체가 없다. 인연에 따라 순간순간 일어났다 사라지는 것이다. 그러므로 조건오온개공은 ‘나라고 여기고 있는 육체, 감정, 이성, 의지, 인식 등을 살펴보니 그것들은 인연에 따라 순간순간 일어났다 사라지는 생각일 뿐 고정 불변하는 실체는 없는 것이다’라는 뜻으로 해석할 수 있다.

『반야심경』 핵심에서도 살펴보았듯이 괴로움의 근원을 살피고 집착에서 벗어나 열반에 이르는 길을 제시한 사성제(四聖諦)가 있다. 이 중 마지막 단계인 도성제(道聖諦)는 괴로움을 없애고 열반에 이를 수 있는 구체적인 실천방법으로써 팔정도(八正道)를 제시한다. 팔정도(八正道)란 우리가 마음의 경험이나 환경, 상황에 집착하지 않고 어떻게 보고 말하고 행동하며 살아가야 하는지에 대해 여덟 가지 구체적인 실천방법을 제시하였는데 다음과 같다. 정견(正見·바른 견해), 정사(正思·바른 생각), 정어(正語·바른말), 정업(正業·바른 행동), 정명(定命·바른 생활), 정정진(正精進·바른 노력), 정념(正念·바른 관찰), 정정(正定·바른 선정)이다. 이때 정견은 고성제를 바르게 보는 것을 뜻하기도 한다. 내가 가지고 있는 괴로움이 무엇인지, 무엇 때문에 괴로운 것인지 바르게 아는 것이 중요하기 때문이다. 그래야 그 괴로움을 끊어 버리고 괴로움을 없애기 위하여 노력할 수 있기 때문이다. 사성제의 고·집·멸·도는 이론적으로 알아야 할 진리가 아니다. 실천적인 진리이다. 고성제는 집성제를 깨닫게 하는 원인이 되고 멸성제는 도성제를 실천하는 원인이 된다(이중표, 2018: 393).

3. 전유의 단계

전유 혹은 자기화라고 하는데 담론 세계에 대한 새로운 이해 및 텍스트에 대한 자신만의 해석을 말한다. 처음에는 낯설었던 것을 진정 본래의 자기 것으로 만드는 것이며 문화적인 거리를 극복하여 텍스트에 자기 자신에 대한 해석을 더

하는 것이다. 결국 텍스트를 해석하는 것은 원래의 텍스트의 세계와는 다른 의미가 있게 됨과 동시에 텍스트에 의해 해석된 자신의 세계를 갖게 되는 것이다(이찬주, 2012: 148).

인간은 자신의 뜻대로 되지 않았을 때 괴로움을 느낀다. 전도몽상이란 허황되고 허무하며 헛된 꿈을 뜻한다. 현 시대의 헛된 꿈이란 돈, 집, 명예, 지위 등일 것이다. 그 중에서도 인간의 가장 큰 두려움과 고통은 노사이다. 늙고 병들어 죽음은 인간이 마음대로 할 수 없는 영역이기 때문이다. 『반야심경』에 ‘無無明 亦無無明盡 乃至 無老死 亦無老死盡’이라는 구절이 있는데 이를 번역하면 ‘무명도 없고 또한 무명이 다함까지도 없으며 나아가 늙고 죽는 것도 없고 또한 늙고 죽는 것이 다함도 없다.’이다. 『반야심경』 핵심의 십이연기(十二緣起)에서 설명한 것과 같이 무명은 십이연기의 시작이고 노사는 십이연기의 끝이다. 무명은 진리에 무지한 상태를 뜻한다. 십이연기는 진리에 무지한 상태로 인해 무명이 생기고 무명으로 인해 행이 생기고 또 행이 생기니 식이 생기며 명색, 육입처, 촉, 수, 애, 취, 유, 생, 노사가 생기는 것이다. 위의 구절처럼 ‘무명도 없고 또한 무명이 다함까지도 없고 나아가 늙고 죽는 것도 없고 또한 늙고 죽는 것이 다함도 없기’ 위해서는 ‘지혜’를 깨달아야 한다. 지혜(般若)가 있으면 무명이 사라지고 십이연기의 고리가 끊어질 수 있다.

해탈은 괴로움과 고통에서 벗어나 나의 마음의 즐거움과 자유로움을 뜻한다. 하지만 열반은 괴로움과 고통이 모두 소멸된 상태를 뜻한다. 현재 나의 마음 상태에 따라 언제든지 괴로움과 고통은 찾아올 수 있다. 『반야심경』은 짧은 경전이지만 열반에 들 수 있는 길을 제시한다. 『반야심경』은 오온이 모두 공함을 깨닫게 되고 반야바라밀다에 의존하면 괴로움이 사라지게 되고 꿈같이 헛된 생각이 멀리 사라져 마침내 열반에 이르게 된다는 것이다. 반야의 지혜로 통찰한 오온은 공이다. 열반에 이르게 되는 것은 다른 세상으로 가는 것을 의미하는 것이 아니다. 현재의 내 모습 즉 오온의 실상을 바로 보고 살아가는 것이다. 열반은 새로운 자아로의 변신이 아니라 허망한 자아를 집착하는 삶에서 자신의 참된 모습을 깨닫고 살아가는 행복한 삶으로의 전환이며 행복한 삶의 실현이다.

V. 결론

應無所住而生其心

응당 머무르는 바 없이 그 마음을 내라.

—『금강경』

불교에서는 백 가지가 넘는 고통의 종류를 구체적으로 설명하였는데 그중에서 이고(二苦), 삼고(三苦), 사고(四苦), 팔고(八苦)가 있다. 이고(二苦)는 안에서 발생하는 고통과 밖으로부터 전해지는 고통을 말한다. 안에서 발생하는 고통은 신체적·정신적 질병을 뜻하고 밖으로부터 전해지는 고통은 외부에서 부딪히는 환경이나 상황으로 발생한 문제나 재난 등을 의미한다. 삼고(三苦)는 신체적으로나 정신적으로 고통스러워하는 것을 고고(苦苦), 오래 머무르지 않고 자꾸 변하기 때문에 느끼는 고통을 행고(行苦), 즐거운 일을 만났으나 오래 머무르지 않고 사라져버리기에 느끼는 고통을 괴고(壞苦)라 한다. 사고(四苦)는 생로병사(生老病死)로써 태어나고 늙고 병들고 죽어가는 괴로움을 뜻한다. 원증회고(怨憎會苦, 싫어하거나 미워하는 사람을 만나야 하는 괴로움), 애별리고(愛別離苦, 사랑하는 대상과 이별해야 하는 괴로움), 구부득고(求不得苦, 원하는 것을 얻지 못하는 괴로움), 오음성고(五陰盛苦, 오음이 치성하는 것에서 오는 괴로움)의 네 가지에 생로병사를 더해 팔고(八苦)라고 한다. 오음성고(五陰盛苦)는 모든 괴로움의 근본적인 원인이자 앞의 일곱 가지 괴로움을 전부 포괄하고 있는 괴로움이다(불교용어사전, 2009: 128). 여기서 오음(五陰)은 오온(五蘊)에 해당하는데 오온은 ‘나’라고 하는 것과 같으므로 ‘나’, ‘나의 마음’으로 인해 괴로움이 발생하는 것이다.

『반야심경』은 ‘오온(五蘊이) 모두 공(空)임을 끊임없이 얘기한다. ‘오온(五蘊)이 공(空)함을 조건(照見)하라’ 이른다. 조건(照見)이란 ‘어떤 고정관념이나 선입견, 편견이나 어떤 모습을 미리 결정짓지 않고 한쪽으로도 치우침이 없이 있는 그대로의 모습으로 보다’라는 의미가 있다. 괴로움을 일으키는 것이 내 마음이고, 괴로움을 느끼는 것도 내 마음이기 때문에 고정되고 변하지 않은 실체가 없음을 깨달으면 괴로움이 소멸한다. 여기에서 깨달음은 지식으로써의 깨달음이 아니라 실천적 깨달음을 의미한다. 공함을 조건하는 것은 ‘나’여야 하는 것이다.

若人欲了知 만일 어느 사람이
 三世一切佛 삼세일체불을 알고자 한다면
 應觀法界性 응당 법계의 성품을 관하라
 一切唯心造 일체가 오직 마음으로 이뤄진 것임을 관해야 한다.
 -『화엄경』

일체유심조(一切唯心造)는 『화엄경』의 중심 되는 사상으로 마음은 만물의 주체로써 모든 것이 마음에서 비롯되는 것으로 마음을 떠나서는 아무것도 존재하지 않으며, 즉 ‘모든 것이 마음에서 비롯된다.’라는 뜻이다. 『화엄경』의 ‘일체유심조(一切唯心造)’에서 강조하는 것은 ‘마음’이다. 연구자는 『반야심경』 마음공부의 치료적 해석을 통하여 『반야심경』은 괴로움에서 벗어나 행복한 삶에 이르는, 다시 말하자면 괴로움에서 벗어나 마음을 지켜주는 호심(護心)의 경전임을 살펴보았다. 마음공부를 통하여 세간의 일체의 법이 공함을 깨달으면 주위의 어떤 경계(境界)에도 마음이 여여(如如)하기에 모든 번뇌와 집착에서 벗어날 수 있다. 번뇌와 집착이 사라지면 괴로움의 주체가 사라진다. 주위의 어떤 경계(境界)에도 마음이 여여(如如)한 무아(無我)의 나로 거듭날 때 남에게 보이는 삶이 아닌 나의 진정한 삶을 살 수 있고 행복에 이를 수 있다.

참고문헌

- 강미자(2010). 반야심경 명상과 심리치료. **한국선학**, 27, 271-305.
- 강영계(2007). **리콤피르가 들려주는 해석 이야기**. 서울: 자음과모음.
- 강영철(2007). 후기중관학과 관점에서 본 반야심경 해석. 창원대학교 대학원, 박사학위논문.
- 구 선(2003). **觀 筚 줄 아는 지혜**. 영양: 도서출판 연화.
- 국어국문학회(2007). **밀레니엄 새로 나온 국어대사전**. 용인: 민중서관
- 권석만(2017). **현대 심리치료와 상담 이론: 마음의 치유와 성장으로 가는 길**. 서울: 학지사.
- 김경숙(2004). 마음공부법의 교육적 적용. 제주교육대학교 교육대학원, 석사학위논문.
- 김경일·천성문(2000). 반야심경의 공사상 연구. **한국동서정신과학회지**, 3(1), 21-46.
- 김국환(2014). **세계의 철학자 명언-지금 당신은 행복한가**. 인천: 보민출판사.
- 김기란(2018). **논문의 힘(공부의 시작과 끝, 논문 쓰기의 모든 것)**. 서울: 현실문화연구.
- 김사업(2018). **인문학을 좋아하는 사람들을 위한 불교수업**. 서울: 불광출판사.
- 김 영(2018). **인문학적 상상력을 위한 한문 강의**. 파주: 청아출판사.
- 김영진(2009). **공(空)이란 무엇인가**. 서울: 그린비출판사.
- 김원중(2013). **한문해석사전**. 파주: 글항아리.
- 김호성(2007). 반야심경의 眞言(Mantra)에 대한 고찰. **인도철학**, 23, 33-71.
- 대 안(2004). **재미있는 반야심경**. 서울: 혜성출판사.
- 대한불교조계종 표교원(2017). **불교입문**. 서울: 조계종출판사.
- 대한한사전편찬실(2018). **교학 대한한사전(敎學大韓漢字辭典)**. 서울: 교학사.
- 동아출판(2018). **동아현대활용옥편**. 서울: 동아출판.
- 박부자(2002). 불교와 가톨릭교의 만남과 대화: 반야심경과 사도신경의 이해를 중심으로. 동국대학교 대학원, 석사학위논문.

- 박상현(2016). 수업담론에 대한 비판적 성찰과 확장: 교육과정철학의 관점에서.
제주대학교 대학원, 박사학위논문.
- 박종매(2015). **현대 한·영 불교용어사전(한글/한문/영어/영어)**. 서울: 푸른향기.
- 박지명·이서경(2010). **산스크리트 반야심경**. 서울: 동문선.
- 법 상(2018a). **반야심경과 마음공부(개정 신판)**. 서울: 도서출판 무한.
- 법 상(2018b). **육조단경과 마음공부**. 서울: 민족사.
- 변경원(2012). 리콤피르의 철학적 해석학과 그 여성 신학적 적용에 대한 연구. 이화
여자대학교 대학원, 박사학위논문.
- 불교성전편찬회(2009). **불교용어사전**. 서울: 문예마당.
- 서 광(2013). **심리학으로 눈으로 새롭게 풀이한 유식 30송 치유하는 유식읽기**.
서울: 공간.
- 서 광(2014). **심리학의 눈으로 새롭게 풀이한 불교핵심 교리 치유하는 불교읽
기**. 서울: 불광출판사.
- 서명석(2013). 동몽선습 오류 텍스트의 현대적 독법. **인격교육**, 7(3), 43-61.
- 서명석(2016). 역점의 치료적 성격: 다산역과 수양점의 현대적 응용을 중심으로.
교육사상연구, 30(3), 129-145.
- 서명석(2017). 율곡 몸공부법의 수양치료적 이해. **교육사상연구**, 31(4), 1-15.
- 서명석(2018a). **성리학의 수양치료**. 용인: 책인숲.
- 서명석(2018b). 철학상담의 교육 세계. **교육문화연구**, 24(5), 551-564.
- 서명석(2018c). **철학상담&철학치료 철학café**. 용인: 책인숲.
- 서명석(2019). **반야심경 워크북: 마음의 고통과 집착에서 벗어나는 길**. 용인: 책
인숲. 출간예정.
- 성 법(2006). **마음 깨달음 그리고 반야심경**. 서울: 다산문원.
- 양명수(2017). **플 리콤피르의 해석의 갈등 읽기**. 서울: 세창미디어.
- 이재호(2010). 리콤피르와 현대 도덕교육(교육과정철학총서 20). 과주: 교육과학사.
- 이중표(2017). **니까야로 읽는 반야심경**. 서울: 불광출판사.
- 이중표(2018). **붓다의 철학 중도, 그 핵심과 사상체계**. 서울: 불광출판사
- 이진경(2016). **불교를 철학하다**. 서울: 한겨레출판.
- 이찬주(2012). 리콤피르 텍스트 해석학의 교수-학습학이론적 이해: 교과서 중심주의

- 및 구성주의 교수-학습이론과의 비교를 중심으로. **교육철학연구**, 34(2), 143-160.
- 이태승(2014). 玄奘はなぜ 般若心経において自性という言葉을翻譯しなかったのであろうか **인도학불교학연구**, 62(2), 898-902.
- 이태승(2018). 대·소본 반야심경의 비교를 통한 반야바라밀다주 고찰. **인도철학**, 54, 271-302.
- 이화심(2012). 마음공부 프로그램이 중년기 성인의 심리적 안녕감 및 자기효능감에 미치는 효과. 한국국제대학교 대학원, 석사학위논문.
- 자 현(2017). **졸지마 얼지마 숨지마, 스님의 논문법**. 서울: 불광출판사.
- 장경도(2003). 마음공부가 아동의 성격, 자아개념, 분노통제력의 변화에 미치는 영향. 원광대학교 대학원, 박사학위논문.
- 전순환(2012). **불경으로 이해하는 산스크리트 반야바라밀다심경편**. 서울: 지식과교양.
- 전병술(2014). **심학과 심리학**. 서울: 모시는 사람들.
- 전현수(2012). **정신과 의사가 들려주는 생각사용설명서**. 서울: 불광출판사
- 전현수(2016). **붓다의 심리학**. 서울: 학지사.
- 정명주(2014). 마음공부 프로그램이 학업부적응 청소년의 자존감과 충동성에 미치는 영향. 전북대학교 교육대학원, 석사학위논문.
- 정승석(2007). 범본 반야심경의 음역과 원문의 재조명. **인도철학**, 23, 241-276.
- 정희경(2014). 마음공부 프로그램이 유아의 정서조절과 공격행동에 미치는 영향. 전북대학교 교육대학원, 석사학위논문.
- 현 봉(2011). **대승불교의 정수 반야심경**. 서울: 불광출판사.
- 현수미(2015). 명상치료에 대한 존재론적 해석. 제주대학교 사회교육대학원, 석사학위논문.
- 혜 거(2008). **혜거 스님과 함께하는 마음공부**. 파주: 책으로 여는 세상.
- 홍사중(2015). **나의 반야심경**. 서울: 이다미디어.
- 황윤식·윤희조·정형준(2012). **한자로 읽는 반야심경**. 서울: 씨·아이·알.
- Muller, C. A. & 전옥배(2014). **한영불교대사전**. 서울: 운주사.
- David, J. K. (1992). *A history of Buddhist philosophy*. Honolulu: University of

- Hwain Press. / 김종욱 옮김(1996). **불교 철학사**. 서울: 시공사.
- Edward, C. (2001). *Buddhist wisdom: The Diamond Sutra and The Heart Sutra*. New York: Vintage Book.
- Ghasemi, A. & Taghinejad, M & Kabiri, A. & Imani, M. (2011). Ricoeur's theory of interpretation: A Method for understanding text(course text). *World Applied Sciences Journal*, 15(11), 1623-1629.
- Jipu (2013). *圖解 心經*. Beijing: Beijingjito Books. / 김진무 옮김(2015). **반야심경**. 서울: 일빛
- Kazuaki, H. (2006). *Yuisiki Nijyuron wo yomu*. Tokyo: Shunjusha. / 김명우 · 이상우 옮김(2013). **유식불교, 『유식이십론』을 읽다**. 서울: 예문서원.
- Kazuaki, T. (2014). *The Heart Sutra*. Colorado: Shambhala.
- Kunio, K. (2006). 般若心經における空の立場. *社會福祉*, 47, 15-44.
- Ricoeur, P. (1969). *Le conflit des interprétations: Essais d'herméneutique*. Paris, France: Éditions du Seuil. / 양명수 옮김(2015). **해석의 갈등**. 파주: 한길사.
- Ricoeur, P. (1976). *Interpretation theory: Discourse and the surplus of meaning*. Texas: Texas Christian Univ. Press. / 김윤성 · 조현범 옮김(2017). **해석이론**. 파주: 서광사.
- Ricoeur, P. (1981). *Hermeneutics and the Human Sciences: Essays on language, action and interpretation*. Cambridge University Press. / 윤철호 옮김(2013). **해석학과 인문사회과학: 언어, 행동 그리고 해석에 관한 논고**. 파주: 서광사.
- Ricoeur, P. (1986). *Du texte à l'action: Essais d'herméneutique II*. Paris, France: Éditions du seuil. / 박병수 · 남기영 편역(2004). **텍스트에서 행동으로**. 서울: 아카넷.
- Robert E. B. Jr. & Donald S. L. Jr. (2014). *The princeton dictionary of Buddhism*. Princeton University Press.
- Tenzin G. (2005a) *Essence of The Heart Sutra: The Dalai Lama's Heart of Wisdom teaching*. U.S.A.: Wisdom Publication. / 주민황 옮김(2017).

달라이 라마 반야심경. 서울: 하루헌.

Tenzin G. (2005b) *The Four Noble Truths: Fundamentals of the Buddhist teachings*. U.S.A.: Wisdom Publication. / 주민황 옮김(2017). **달라이 라**

마 사성제. 서울: 하루헌.

Thompson, C. L., Rudolph, L. B., & Henderson, D. (2007). *Counseling Children*(6th ed.). Singapore: Thomson Books / Cole.

<https://dic.daum.net/word/view.do?wordid=kkw000203806&supid=kku000259112>에서 2019년 3월 18일 검색(검색어: 이고득락)

<https://dic.daum.net/search.do?q=%EC%A0%84%EB%8F%84%EB%AA%BD%EC%83%81>에서 2019년 3월 18일 검색(검색어: 전도몽상)

https://en.wikipedia.org/wiki/World_Happiness_Report 에서 2018년 11월 2일 검색(검색어: 행복지수)

A B S T R A C T

Therapeutic Meaning of
Maeum Gongbu
in 『Mahāprajñāpāramitāsūtra』

Eun-Kyung Song

Major in Psychotherapy
Graduate School of Social Education
Jeju National University
Jeju, Korea

Supervised by Professor Myoung-Seok Seo, Ph. D.

The study aims to help many people who are suffering from anxiety and suffering by interpreting the 『Mahāprajñāpāramitāsūtra』 text to help them live a happy life by releasing the therapeutic meaning of studying the mind.

『Mahāprajñāpāramitāsūtra』 is the shortest scripture of Buddhist scriptures, with a total of 270 characters, with a title of 10 characters and 260 characters in the text.

Modern society is an excessive competitive society, and the mind and body are tired because they do not feel happiness due to the stress of human relations, obsession, pain, greed, foolishness, anxiety and suffering that arise from social network. When we are wise, we feel happiness. Buddhistic wisdom is the way we see the truth through our bodies and minds.

Buddhism is the religion of enlightenment, the religion of wisdom. Buddhism also emphasizes mind study, so it is not only a religion but also a new way of thinking and lifestyle. Therefore, the researcher intends to interpret the therapeutic meaning of Maeum Gongbu through the hermeneutics of Ricoeur in the text according to the interpretation stage of Ricoeur.

There are two minds in the mind, which are divided into the original mind and the mind that happened. The mind that is not shaken before the mind moves is called the original mind, and the mind that has arisen means the mind distorted by the external ups and downs. Maeum Gongbu means to recognize the boundaries through the mind that arises, to use your mind well, to truly live the life you want, to be the master of your mind and to judge and act correctly.

『Mahāprajñāpāramitāsūtra』 suggests a way to recognize the boundaries of the mind and helps to return to the original mind through Maeum Gongbu so that he can truly live the life he wants. People feel happy when they truly live their lives without anxiety and pain. Living a happy life away from a painful mind is a treatment of the mind, and this can be done through studying the mind of the mind, so I would like to interpret the therapeutic meaning of studying the mind in this study.

※Keywords: emptiness, Maeum Gongbu, 『Mahāprajñāpāramitāsūtra』, therapy, interpretation