

현대 상담심리학에서 본 중아함경에 나타난 붓다의 교화 사례 연구: 상담 과정, 호소 문제, 상담 기법을 중심으로

권 경 희[†]

서울불교대학원대학교

본 연구는 불경에 나타난 붓다의 교화사례를 현대 상담심리학적 측면에서 조망하고 그 의의와 시사점을 찾는 노력의 하나로, 중아함경에 수록된 60권 222경을 대상으로 내용분석을 하였다. 중아함경에 나타난 붓다의 상담 과정, 호소 문제, 상담 기법은 다음과 같은 특징을 갖고 있었다. 첫째, 상담 과정을 살펴보면 붓다는 전문적 거리를 두지 않고 언제 어디에서나 상담을 했다. 또한 현대 상담의 목적인 심리적 고통의 개선, 생활과제 해결, 인간적 성장은 물론 궁극에는 깨달음을 이루어 생사의 문제에서 해탈하는 것이 붓다가 추구한 최종 목적이었다. 둘째, 내담자의 호소 문제는 오늘날과 같은 심리적 문제나 생활 부적응 등의 사례보다 붓다의 가르침인 교리나 수행에 대한 문답이 많았다. 셋째, 상담 기법으로는 지지와 격려, 질문, 비유, 계승, 위의감화, 모델링, 자원 활용, 희망주기, 침묵, 훈계 등 다양한 방법이 동원돼 내담자의 수준에 맞춘 대기설법으로 이루어졌다. 중아함경을 통해 본 붓다의 교화 사례는 다양한 기법과 상담자 붓다의 위대한 면모, 인간의 모든 고통에서 완전히 해탈한다는 궁극의 목적과 구체적인 수행법 등으로 현대 심리상담에 시사하는 바가 크다.

주요어 : 붓다, 불경, 중아함경, 교화 사례, 불교 상담

[†] 교신저자 : 권경희, 서울불교대학원대학교 불교학과 불교상담학 전공 전임강사, (153-831) 서울시 금천구 독산동 1038-2, Tel : 02-890-2800, E-mail : dodam2004@hanmail.net

근래에 들어 상담 영역이 확대되고 있다. 심리적 문제에 대한 치료뿐만 아니라 개인의 성장을 도모하는 성장심리학이 발달하고(Clinebell, 1979), 종교상담 분야의 활동도 활발하다(Adams, 1986). 이에 따라 교육·지도·코칭·영적인 성장 등도 상담의 범위에 포함되고 있다.

국내에서는 불교상담이 하나의 학문 분야로 자리매김해 나가면서 불교와 상담 양 분야를 비교·분석하는 연구가 계속되고 있다(박성희, 2007). 그 가운데 하나가 불경에 나타난 붓다의 교화사례를 현대 상담심리학적 측면에서 조망하고 그 의의와 활용 방안을 찾는 것이다.

정혜자(1992)는 아함부 경전을 연구하여 붓다의 교설에 대한 상담 이론적 배경, 붓다의 상담가로서의 자질, 서구 상담 이론과의 차이점 등을 연구했고, 이지현(1997)은 붓다의 일생 편에 언급되고 있는 내용을 중심으로 교화사례를 추출하여 서구 상담 이론 및 기법과 비교, 분석하였다. 권경희(2000, 2002)는 불교의 초기 경전 가운데서도 가장 먼저 결집된 잡아함경을 연구해 상담 형태적 특징을 밝히고 1백 여 개의 상담 사례를 분석해 현대 상담이론과 기법으로 재해석했다. 불교상담개발원(2003)에서는 백유경을 분석해 활용 방안을 강구했고, 전나미(2005)는 법화경을 연구해 법화경이 신해행증(信解行證)의 상담 과정을 거쳤음을 발견했다. 하현정(2008)은 옥야경, 승만경, 관무량수경을 대상으로 붓다의 여성상담 사례를 분석했으며, 이정우(2008)는 장아함경을 연구해 그 안에 수록된 30개의 경이 대부분 현대 상담학과 유사한 형태의 대화로 구성되어 있음을 밝혔다.

그러나 이들 연구는 불경에 나타난 교화 사례에 현대 상담심리학적 요소가 들어 있는가

를 광범위하게 살피는 단계에서 그쳤다. 따라서 본 연구에서는 붓다의 교화 사례에서 상담 과정은 어떠했으며, 상담 내용은 무엇이었고, 상담 기법은 어떠했는가를 세밀히 살펴본다. 이를 통해 붓다의 상담자적 면모를 재조명함으로써 현대 상담가의 인간적·전문적 성장에 도움을 주고, 불경 속의 다양한 상담 기법을 현대 상담현장에 활용하는 기초를 마련하고자 한다.

본 연구는 현존하는 한역 불경 가운데 붓다의 행적과 설법을 원형에 가장 가깝게 보전하고 있는 것으로 평가되는 아함부 경전의 4아함경 중 두 번째로 결집된 중아함경(中阿含經)을 중심으로 진행했다. 김월운(2006)이 번역해 개정, 발간한 한글대장경의 중아함경 전 4권을 주 텍스트로 삼고, 이연숙(1992)이 풀어 지은 새아함경의 중아함경 전 3권을 참고로 해 중아함경에 들어 있는 60권 80품 222개 소경을 현대 상담심리학적 관점에서 분석했다. 한자 원문 대조가 필요할 경우 중국전자불전협회(2009)가 제작한 CD 'CBETA' 대정신수대장경(大正新修大藏經)을 참조했다.

중아함경의 상담학적 가치

중아함경은 불교 경전의 아함부에 속한 여러 경전 가운데 주요 경전인 4 아함경 중 하나다. 아함경은 불교학의 기초라고 일컬으며, 불교의 원초적인 모습을 알 수 있는 가장 귀중한 자료다(조용길, 1999). 4 아함경은 장아함(長阿含) 22권 30경, 중아함 60권 222경, 잡아함(雜阿含) 50권 1362경, 증일아함(增一阿含) 51권 471경 등 모두 183권 2085경에 이른다(불광교학부, 1991)

중아함경은 장아함처럼 길지도 않고, 짧아 함처럼 짧지도 않은 ‘중간 길이의 경전’으로 구성되어 있다는 형태상의 특징을 나타내는 말이다. 그러나 이름과는 달리, 긴 경과 짧은 경이 뒤섞여 있다(김월운 역, 2006a).

중아함경은 붓다의 가르침의 근본을 체계적이면서도 상세하게 설명하고 있어 불교상담의 지표로 삼을 수 있다. 이론보다 실천을 강조하고, 수행하는 방법을 자세히 알려 주어 실생활과 연결 지을 수 있으며, 출가 수행자뿐 아니라 재가자들이 세속에서 잘 살아가는 방법에 대한 법문도 다른 아함에 비해 많이 나오고 있어 현대 상담에 응용할 가치가 높다. 이밖에 다른 아함이 갖고 있는 붓다의 독특하면서도 탁월한 교화 사례와 고유한 대화 및 설법 방식, 상담자적 태도와 면모가 중아함경에도 함께 들어 있어 상담심리학적 측면에서 배우고 활용할 자원이 많다. 잡아함경은 각 소경의 길이가 너무 짧아 상담의 전후 사정과 맥락을 이해하기 힘든 경우가 많고, 장아함경은 한 경의 길이가 너무 길어 분석하기 복잡한 구성이나, 중아함경은 상담 과정과 상황을 파악하여 분석하기에 적합한 분량의 소경으로 구성되어 있다는 장점이 있다.

중아함경에 나타난 상담 과정

권경희(2000, 2002)와 이정우(2008)가 잡아함경과 장아함경을 각각 연구한 결과와 같이, 중아함경에 수록된 222경에도 현대 상담의 형태가 거의 다 들어 있다(표 1 참조). 상담 형태는 권경희(2002)가 구분한 대로 분류했다. 즉 붓다와 내담자가 개별적으로 문답을 주고받으며 문제를 해결해 나가는 방식은 ‘개별상

담’으로[제3권 17. 가미니경(伽彌尼經) 등], 문답 없이 붓다가 어떤 한 사람에게 개별적으로 설법하는 방식은 ‘개별교설’로[제10권 43. 불사경(不思經) 등], 몇 명에서 수십 명 또는 수천 명이 모인 가운데 설법하는 방식은 ‘대중교설’로[제1권 1. 선법경(善法經) 등], 대중교설 시 붓다와 청중이 문답을 주고받는 경우는 ‘대중상담’으로[제1권 5. 목적유경(木積喻經) 등], 붓다의 제자들끼리 문답을 주고받으며 문제를 해결하고 성장해 나가는 과정은 ‘동료상담’으로[제2권 9. 칠거경(七車經) 등], 붓다와 제자들이 함께 모여 수행 정도를 점검하고 수행 태도를 반성하는 과정은 ‘집단상담’으로[제48권 184. 우각사라림경(牛角娑羅林經)① 등], 붓다가 설법한 다음 더 궁금한 사항에 대해 내담자와 붓다의 제자가 문답을 주고받는 방식은 ‘부연상담’으로[제42권 164. 분별관법경(分別灌法經) 등] 분류하였다. 권경희(2002)가 지적한 대로 붓다의 상담 형태는 오늘날과 비슷한 것 하나 일치하는 것은 아니다. 특히 개별상담의 경우 상담 내용의 비밀보장을 중요시하는(Corey, 2009) 오늘날의 개인상담과 달리 붓다의 시자가 배석하거나 대중이 모인 가운데 이루어지는 경우가 대부분이어서 개별상담이라는 용어를 사용했다. 집단상담 역시 참가자들의 심리적 역동을 중시하는(Yalom & Leszcz, 2005) 현대 집단상담과 달리 수행 생활에 대한 점검 위주로 이루어졌다는 점에서 차이가 난다. 이밖에 붓다의 제자가 상담 또는 설법을 하고 스승인 붓다에게 자신이 상담 또는 설법을 제대로 하였는가를 점검 받은 뒤 인가 받는 과정은 오늘날의 상담 슈퍼비전과 비슷하다[제52권 198. 조어지경(調御地經) 등].

붓다는 상담 시간을 따로 정해 놓지 않고 내담자가 찾아오면 새벽부터 한밤중까지 어느

표 1. 상담 형태에 따라 분류한 좋아함경

형태	개별상담	대중교실	대중상담	동료상담	부연상담	개별교실	집단상담	계*
경전 수	113경	93경	37경	8경	5경	4경	2경	262경

* 주 1. 상담 형태가 많이 나타나는 순서대로 표를 작성하였다.

* 주 2. 합계가 전체 소경의 숫자보다 많은 것은 한 경에 여러 상담 형태가 들어 있기 때문이다.

때든 상담에 임했다. 그러나 시간 운용에 어느 정도의 규칙이 있어 오후에는 이교도나 재가자가 주로 찾아왔고[제25권 99. 고음경(苦陰經)① 등], 해질 무렵에는 선정에서 깨어난 비구들이 찾아와 궁극한 바를 여쭙었다[제10권 42. 하의경(何義經) 등].

여러 정사(精舍)와 숲 등 붓다가 있는 곳이면 어디든 상담 장소로 활용됐으며, 많은 제자를 이끄는 스승이었지만 붓다를 만나서 상담하는데 그리 까다로운 절차가 필요치 않았다. 한 나라의 왕이라도 붓다를 만날 때면 사신을 보내 방문 허락을 미리 받아 놓는 것 외에는 특별한 형식이나 의례가 없었다. 왕을 맞는 비구들이나 붓다의 태도도 담담했다[제59권 212. 일체지경(一切智經)].

내담자는 출가 제자인 비구·비구니로부터 외도, 외도의 스승, 왕과 왕자, 재가자, 천인(天人), 아들, 속가에서 붓다를 길러준 이모, 120세의 노인 등 매우 다양하다. 내담자가 몇 명인지 숫자는 명확히 나오지 않으며 여러 비구, 5백 비구, 5백 장자, 8천 천인 등으로 나타난다[제29권 121. 청청경(請請經) 등].

중아함경의 내담자 가운데 특기할 만한 경우는 비자발적 내담자다. 다른 이들이 어떤이의 문제를 붓다께 아뢰면 붓다가 당사자를 불러 상담해주는 것이다. 비자발적 내담자는 상담의 동기가 낮아 상담 결과가 만족스럽지 않은 경우가 많으나(이장호, 정남운, 조성호,

2005) 붓다는 효과적으로 상담하였다.

<모리파군나 비구가 비구니들과 자주 어울려 비구들이 그것에 대해 지적하자 성내고 싸웠다. 그러자 여러 비구들이 붓다께 이 사실을 아뢰었다. 붓다는 모리파군나 비구를 불러 오게 했다.>

“파군나여, 너는 참으로 비구니들과 함께 자주 모임을 가지느냐? 그리고 다른 이들이 그에 대해 말하면 성내고 싸우기까지 하느냐? 파군나여, 너는 참으로 그렇게 했느냐?”

“사실입니다. 세존이시여.”

“파군나여, 너는 지극한 믿음으로 출가하여 집 없이 도를 배우느냐?”

“그렇습니다. 세존이시여.”

“파군나여, 지극한 믿음으로 출가하여 집 없이 도를 배우는 자라면 마땅히 이렇게 배워야 한다. 만일 집 때문에 욕심과 생각이 생기거든 그것을 끊고 … ”

<붓다는 여종이 게으름을 부리자 성을 내면서 자신을 망친 비타제라는 거사 부인의 이야기, 햇불로 강물을 데우는 비유, 화공이 허공에 채색하는 비유 등을 들면서 성을 내면 부처님 법에서 쇠퇴한다고 설명하고 톱과 칼의 비유를 들어 수행자라면 누군가가 자신의 몸을 마디마디 자른다고 해도 절대로 화를 내서는 안 된

다고 강조하였다.>

“... 너희들은 남이 좋지 못한 나쁜 말을 내게 했을 때 내가 그 말을 듣고 참지 못하는 것을 본 적이 있느냐?”

“아닙니다. 세존이시여.”

“훌륭하고 훌륭하다. 비구들아. 너희들은 마땅히 사문의 가르침인 예리한 톱과 칼의 비유를 자주자주 생각하여야 한다. ... ”

부처님께서 이렇게 말씀하시자 모든 비구들은 부처님 말씀을 듣고 기뻐하며 받들어 행하였다. [제50권 193. 모리파군 나경(牟犁破群那經)]

비자발적 내담자라 하더라도 내담자 스스로 자기 문제를 알아차리고 변화할 수 있도록 돕는 현대 상담과 달리 이 사례에서 붓다는 다소 지시적이며 훈계적인 가르침을 주었다. 그러나 수천 명을 지도하는 스승으로서 제자의 잘못을 탓하거나 해야 할 도리만 강조하지 않고, 여러 가지 방안을 동원해 변화를 이끌었다. 즉, 내담자가 추구한 소기의 목적을 상기 시킴으로써 마음의 변화가 오게 하였고, 여러 가지 예화와 비유를 들어 설득하였으며, 붓다 스스로가 평소의 삶에서 모델링이 되고 있음을 재인식시킴으로써 긍정적 변화가 온 것으로 보인다. 후반부에는 극단적인 인욕의 예를 통해 수행자가 추구해야 할 삶이 어떤 것인지 강조하기도 하였다. 반면 현대 심리상담에서는 부정적 정서나 갈등을 적절하게 표현하고 건강한 공격성과 자기주장을 통해 자신을 보호하는 것도 중요하게 여긴다. 따라서 정신·신경증 또는 부적응에서 일상의 적응적인 상태로 회복하기 위해 상담실을 찾는 현대의 내담자와, 탐욕과 성냄과 어리석음을 버리고 초

월적 삶을 추구하는 불교 수행자를 대상으로 펼친 붓다의 상담의 차이를 분명히 알아야 할 것이며, 현대의 내담자에게 붓다의 종교적 가르침과 사례를 활용할 때 이 점을 유의해야 할 것이다.

중아함경에 등장하는 상담자로는 붓다가 가장 많아 모두 198경에 이른다. 경 곳곳에 붓다가 32상(相)을 구족한 것 등 붓다의 위대한 면모가 나타난다[제41권 161. 범마경(梵摩經) 등]. 32상이란 부처님 몸에 갖춘 32가지의 표상으로, 이 상을 갖춘 이는 세속에 있으면 위대한 왕이 되고, 출가하면 부처님이 된다고 한다(운허 용하, 1983). 붓다는 경전 곳곳에서 자신의 가르침이 “처음도 좋고 중간도 좋고 또한 마지막도 좋다(初善中善竟亦善)”고 강조함으로써 내담자의 신뢰를 이끌려고 노력하였다[제42권 162. 분별육계경(分別六界經) 등].

중아함경은 잡아함경과 달리 내담자와 붓다가 만나서 상담을 하게 되는 과정이 비교적 상세히 묘사되어 있어 상담 과정이 어떠한지 파악할 수 있다는 특징이 있다.

붓다는 특별한 경우 외에는 상담을 거절하지 않았다. 또한 내담자가 찾아올 때만 상담한 것이 아니었다. 상담이 필요한 사람에게는 먼저 다가가 말을 건네거나 질문을 함으로써 상담으로 이끌었다. 중아함경의 총 222경 가운데 일방적 교설이 아니라 문답을 주고받는 등 현대 상담의 요소를 어느 정도 갖춘 경은 131경이다. 이 중 붓다가 먼저 말을 건네거나 질문함으로써 ‘다가가는 상담’을 한 경은 63경이고, 내담자가 먼저 찾아오거나 청해서 상담을 한 경은 69경이다. 한 경에 두 가지 형태가 나타나는 경우가 있어 경의 숫자를 합치면 본래보다 많다.

중아함경에서 다가가는 상담의 비율이 거의

절반에 이른다는 것은 주로 ‘찾아오는 내담자’를 상담하며 ‘이중관계 금지’ 등 내담자와 ‘전문적 거리를 유지’하는 현대 상담과는 사뭇 다른 점이다. 현대 상담이 내담자 개개인이 가진 생활 또는 심리적 문제를 해결하고 삶에 적응적이 되며 인간적 성장을 촉진하는 역할(Rogers, 1961)인데 비해 붓다의 상담은 모든 인간이 근원적 고통에서 벗어나도록 자신이 깨달은 진리와 수행법을 적극적으로 전하려는 데 목적을 두고 있었기 때문인 것으로 추측된다.

“아난야, 나는 이제 세상에 나와 ... 나와 남을 요익(饒益)하게 하며, 세상을 가없이 여기며 ... 설법하여 구경의 경지에 이르게 하고 ... 이제 너를 위하여 계속 이어나가야 할 법을 전하나니, 너 또한 마땅히 계속 이어나가야 할 법을 전하여 부처의 종자가 끊어지지 않게 하라. ... ” [제14권 67. 대천내림경(大天捺林經)]

붓다의 상담에서 ‘다가가는 상담’보다 더 적극적인 모습은 ‘찾아가는 상담’이다. ‘찾아가는 상담’이란 다가가는 상담 중 붓다가 일부러 내담자가 있는 곳으로 장소를 이동하여 만난 경우를 지칭한다.

붓다가 내담자에게 먼저 마음을 내어 다가가거나 찾아가는 데는 붓다의 위대한 능력이 작용한다. 붓다는 천이통(天耳通)으로 멀리서도 다른 사람의 대화를 듣고 내담자의 문제를 파악했으며[제38권 153. 수한제경(鬚閑提經) 등], 타심통(他心通)으로 내담자 마음속의 갈등을 알아차렸다[제29권 123. 사문이십억경(沙門二十億經) 등]. 이런 능력이야말로 인간중심 상담자 칼 로저스가 강조한 ‘상담자로서의 천

부적인 감수성’(Rogers, 1942)이라고 할 수 있다. 또한 몸을 마음대로 움직일 수 있고 변화시킬 수 있는 신족통(神足通)으로 원하는 장소에 신속히 이동하여 내담자의 문제를 해결하기도 했다[제20권 83. 장로상존수면경(長老上尊睡眠經) 등].

중아합경에 나타난 호소 문제

현대 상담에서 내담자가 상담자를 만나는 이유는 ‘상담의 정의’를 통해 알 수 있다. 이장호(1995)는 ‘도움을 필요로 하는 사람(내담자)이 전문적 훈련을 받은 사람(상담자)과의 관계에서 생활과제의 해결과 사고, 행동 및 감정 측면의 인간적 성장을 위해 노력하는 학습과정’이라고 했고, Corsini, Raymond, Wedding과 Danny(2000)는 ‘양자 사이에서 이루어지는 공식적인 상호작용 과정으로, 보통 한 편에 한 사람으로 구성되지만 두 사람 이상이 있는 경우도 있으며, 둘 중 어느 한 쪽의 인지적 기능(사고의 장애), 감정적 기능(정서적 고통) 또는 행동적 기능(행동의 부적절성) 중 일부 영역이나 전체 영역에서 생기는 고통을 개선하려는 목적을 갖는다. 치료자는 성격의 기원, 발달, 유지 및 변화에 대한 이론과 함께 그 이론에 논리적으로 관계되는 치료방법을 가지고 있으며, 치료자로 활동할 수 있는 전문적이고 법적인 인가를 받는다’고 했다. 이를 종합하면, 내담자의 ① 생활과제를 해결하고 ② 인지적 기능 ③ 감정적 기능 ④ 행동적 기능에서 생기는 괴로움을 개선하며 ⑤ 인지·행동·정서 측면의 인간적 성장을 위해 상담을 하는 것으로 요약된다.

상담은 내담자의 호소 문제를 중심으로 진

표 2. 중아함경에 나타난 내담자의 호소 문제

문제형태	교리문제	수행문제	인가문제	인지문제	정서문제	행동문제	생활문제	기타	계
경전 수	32경	10경	10경	7경	8경	-	7경	1경	75경

행되며, 그에 따라 상담 내용과 목표가 달라진다. 중아함경에 나타난 내담자의 호소 문제는 표 2와 같다.

‘교리 문제’, ‘수행문제’로 분류한 경은 붓다의 상담에 교리, 수행과 관련된 내용이 각각 들어 있는 것이다. ‘인가 문제’는 붓다의 상수 제자가 상담한 내용을 붓다가 다시 점검한 경우를 말한다. 이를 현대 상담에 비추어 보면 ‘슈퍼비전’에 해당될 수 있다. 이 세 가지 경우는 현대 상담의 관점에서 보았을 때 상담이라기보다 ‘바람직한 생활 과정과 성장 발달을 도모하는 교육이나 지도’(이장호, 1995)에 가깝다.

‘인지 문제’에는 세상이나 인간, 진리에 대해 잘못된 가치관을 가졌거나 왜곡된 인식을 하는 경우를 포함시켰다. 기준은 붓다가 중아함경에서 제시한 불교적 세상관과 인간관, 진리관에 두었다. 중아함경에는 현대 상담에서 말하는(Corsini 외, 2000) 인지 기능의 손상이나 사고 장애, 등 중증의 인지 문제를 지닌 내담자는 등장하지 않는다. ‘정서 문제’에는 정서적 고통으로 감정 기능에 문제가 있는 경우를 포함시켰다. 그러나 중아함경에는 현실에 적응하기 어려울 정도로 감정 기능에 심각한 문제가 생긴 내담자는 매우 드물다. ‘행동 문제’는 인지나 정서에 문제가 있어 그것이 행동으

로 표출되어 나타난 경우를 말하나 중아함경에는 이를 호소해온 내담자가 없다. ‘생활 문제’에는 생활에서 일어나는 일상적인 문제, 적응 또는 좀 더 바람직하게 살아가는 방법과 관련된 내용을 포함시켰다. 그러나 이 부분 역시 부적응을 일으킬 정도로 심각한 문제를 갖고 있는 경우는 거의 없었다.

붓다가 먼저 다가가는 상담(찾아가는 상담 포함)은 교리나 수행에 관한 설법이 대부분이다(다가가는 상담의 63경 가운데 45경). 따라서 이들 사례는 엄격히 분류하면 상담이라고 하기 어렵다. 그러나 다가가는 상담 가운데서도 심리적 또는 생활이나 적응 상에 문제가 있어 상담으로 이어지는 경우가 몇 있다(표 3 참조).

오늘날 상담실을 찾는 내담자는 심각한 인지적, 정서적, 행동적, 생활적 문제를 가져 일상생활 적응이 힘든 사람들이다. 그러나 중아함경에 등장하는 내담자의 경우 생활 부적응이 있을 만큼 심각한 사례가 매우 드물다. 오히려 일반 생활인보다 더 건강한 욕구, 즉 현실과 생사 문제를 초월하여 궁극의 깨달음을 얻고자 했던 사람들이라는 점에서 오늘날의 내담자와 차별성이 있다. 따라서 중아함경에 나오는 붓다의 상담사례 가운데 현대 상담의 내담자가 가진 문제와 비슷한 내용을 다룬 경

표 3. ‘다가가는 상담’에서 교리·수행 설법 외의 상담

문제 형태	인지문제	정서문제	행동문제	생활문제	기타	계
경전의 수	7경	6경	2경	3경	-	18경

표 4. 현대 상담과 비슷한 사례

권	경명	내담자	상담형태	내용분류	상담 내용
제5권	23. 지경(智經)	사리자	슈퍼비전	정서문제	깨달았음에도 자신감 없는 사리자를 격려해 자존감을 높여줌
제5권	24. 사자후경(師子吼經)	어떤범행자, 사리자	개별상담	정서문제	다른 사람의 행동을 왜곡해 인지한 내담자의 생각을 바로잡아줌
제25권	100. 고음경(苦陰經)②	석마하남	개별상담	생활문제 정서문제	탐·진·치를 진정으로 없애려면 생활 전체를 바꾸어야 함을 알게 함
제29권	121. 청청경(請請經)	여러 비구	집단상담	생활문제	공동 수행을 하면서 서로 잘못된 행에 대해 피드백해 줌으로써 개선하게 함
	123. 사문이십억경(沙門二十億經)	사문 이십억	개별상담	정서문제	수행에 진전이 없자 절망하는 내담자를 격려하고 효과적인 수행 방법을 알려줌
제30권	130. 교담미경(教曇彌經)	담미	개별상담	생활문제 정서문제	타인들이 자신을 배척하는 이유를 모르는 내담자에게 생활 태도를 고치게 함
제33권	135. 선생경(善生經)	선생 거사	개별상담	인지문제	아버지 유언으로 잘못된 믿음을 가진 내담자를 바로잡아줌
제39권	154. 바라바당경(婆羅婆堂經)	바사타, 바라바 범지	개별상담	정서문제	같은 종성에게 괴롭힘 당하는 두 범지를 격려하고 수행에 정진하게 이끌음
제50권	193. 모리파군나경(牟犁破群那經)	모리파군나 비구	개별상담	행동문제	비구니들과 어울리며 싸우는 등 잘못된 행동을 하는 내담자를 바로잡음
제60권	216. 애생경(愛生經)	어떤 범지	개별상담	정서문제	자식을 잃고 슬픔에 잠긴 내담자에게 번뇌의 근원이 무엇인지 알게 함

은 매우 적다(표 4 참조).

상담의 정의를 통해 살펴보았듯 현대 상담의 상담 목적은 ‘생활 문제 해결’ ‘심리적 고통의 개선’ ‘인간적 성장’이다. 붓다의 교화 목적은 현대 상담의 목적 세 가지를 포섭함은 물론, 더 나아가 ‘모든 번뇌와 고통이 소멸되어 더 이상 나고 죽음이 없는 열반’을 추구한다(제34권 140. 지변경(至邊經) 등). 붓다는 인간의 삶이란 근원적으로 고통스러운 것이라고 전제하고, 이러한 고통의 원인을 바로 알고 고통에서 벗어나는 수행을 하면 깨달음의 세

계이며 궁극적인 행복의 상태인 열반을 증득한다고 하였다(제7권 31. 분별성제경(分別聖諦經) 등). 열반이란 ‘제일가는 즐거움이고, 안온한 감로(甘露)’(제38권 153. 수한제경(鬚閑提經))이며, ‘의지하는 것이 없고, 멸하여 마치는 것’(제40권 159. 아가라하나경(阿伽羅訶那經))이요, ‘상대가 없고, 그물을 벗어난 것’(제58권 210. 법락비구니경(法樂比丘尼經))이며, ‘병이 없고 늙음도 죽음도 없으며, 근심·걱정도 없고 더러움도 없는 위없이 안온한’ 상태로서 ‘앞이 생기고 소견이 생기고, 생은 이미 다하

고 범행은 이미 서고, 할 일은 이미 마쳐, 다시는 후세의 생명을 받지 않는[제56권 204. 라마경(羅摩經)] 경지를 말한다. 붓다는 스스로가 깨달음을 이루어 열반에 이르렀듯, 모든 사람이 자신이 제시한 길을 따라 올바르게 수행하면 생사를 해탈할 수 있다고 하였다[제1권 5. 목적유경(木積喻經), 제2권 6. 선인왕경(善人往經) 등]. 또한 붓다 자신을 일컬어 ‘열반으로 안내하는 길잡이’라고 하였다[제35권 144. 산수목견련경(算數目捷連經)]. 실제로 중아함경에는 붓다가 이룩한 열반에 이르는 길, 즉 수행법이 여러 경에 제시되어 있다[제2권 10. 누진경(漏盡經), 제8권 35. 이수라경(阿修羅經) 등].

Freud(1930)는 동양의 수행에서 나타나는 ‘한계와 경계가 없는 망망대해 같은 느낌’을 ‘무한한 나르시시즘의 회복’, ‘원초적 정신상태로의 퇴행’이라고 하였지만, 불교 수행을 직접 체험한 심리학자인 Epstein(1995)은 ‘불교는 이미 오래 전에 인간의 나르시시즘을 직면하고 그것을 뿌리 뽑는 기법을 완성하였으며, 심리치료는 상대적인 경감(relief)만을 제공하지만 불교는 분명히 더 많은 것을 약속한다’고 주장하고 있으며, 많은 서양 심리학자들이 불교 수행 중 일부를 심리치료에 접목해 활용하고 있다(Kabat-Zinn, 1990; Hayes, Strosahl, Wilson, 2002; Teasdale, Segal, 2000; Linehan, Schmidt, Dimeff, Craft, Katner, Comtois, 1999; Hayes, Strosahl, 2002 등).

붓다의 교화 사례가 상담적 요소를 갖고 있으며, 붓다의 가르침과 수행법 가운데 일부가 현대 상담에 유용하게 활용되고 있으나 불교의 기본 전제가 종교적 성장이므로 치료와 회복, 인간적 성장에 목표를 두고 있는 현대 심리상담과는 명확히 구분할 필요가 있다.

붓다의 상담 결과는 대부분 성공적이었다.

이는 중아함경의 222경 가운데 붓다가 상담한 198경 모두 “부처님께서 이렇게 말씀하시자, 여러 비구는 부처님 말씀을 듣고 기뻐하며 받들어 행하였다(佛說如是彼諸比丘聞佛所說歡喜奉行)”는 정형문구로 마무리되는 것으로 알 수 있다. 그러나 경의 말미에서 말하는 ‘환희봉행’은 붓다의 설법 내용에 대한 내담자와 비구들의 최종 반응을 표현하는 것으로, 설법 과정을 좀 더 세밀히 살펴보면 붓다의 상담에 대한 반응은 여러 가지로 나온다.

설법 과정에서 나타나는 상담 결과 역시 대부분 성공적이다. 외도나 외도의 제자가 논쟁을 벌이러 찾아왔다가 붓다의 설법에 감화되어 제자가 되기도 하고[제37권 151. 아섭화경(阿攝化經) 등], 붓다의 나이가 젊은 것을 빌미로 나이 많은 자신을 대접해 줄 것을 요구하던 120세의 노인도 스스로 허리를 굽힌다[제40권 157. 황로원경(黃蘆園經)]. 설법을 듣고 법안이 깨끗해지거나 아라한이 되기도 하고 [제11권 62. 빈비사라왕영불경(頻裨娑邏王迎佛經) 등], 슈퍼비전을 받고 난 다음 자신감을 얻어 환희로워하기도 한다[제5권 23. 지경(智經)].

붓다의 상담은 극적인 효과가 있어 많은 사람들이 붓다와 붓다의 가르침 그리고 붓다의 제자인 비구들에게 귀의하고[삼귀의(三歸依)] 재가 제자가 되며[제3권 16. 가람경(伽藍經) 등], 집을 떠나 출가 제자가 되기도 하고[제39권 153. 수한제경(鬚閑提經)] 초기 불교에서 말하는 수다원도·수다원과·사다함도·사다함과·아나함도·아나함과·아라한도·아라한과 등 사쌍팔배(四雙八輩)의 성인(각목, 2010)의 경지 가운데 하나를 증득하기도 한다[제11권 61. 우분유경(牛糞喻經) 등]. 이는 정신 신경증이나 심리적 문제에서 벗어나 현실 생활에 적

응하는 상태로 호전되는 현대 심리상담의 효과와 많은 차이가 난다.

“마치 눈 밝은 사람이 엮어진 것을 바로 세워 주고, 덮인 것을 열어 주며, 해매는 자에게 길을 인도해 주고, 어둠 속을 밝게 비추어 주는 것과 같습니다. 세존께서는 그와 같아서 저를 위하여 한량 없는 방편으로 법을 설명하셔서 이치를 밝혀 주고 그 모든 도를 따르게 하셨습니다. 저는 지금부터 부처님과 법과 스님들께 귀의합니다. 저는 오늘부터 이 목숨이 다할 때까지 귀의하겠습니다.” [제4권 18. 사자경(師子經)]

이렇게 중아함경에서 붓다의 상담은 거의 다 성공적이었지만, 6개의 경에 등장하는 내담자는 붓다의 상담을 제대로 받아들이지 않았다. 이 가운데 주목할 만한 경이 ‘제60권 216. 애생경(愛生經)’으로, 현대 심리상담 현장에서 만날 수 있는 사례다. 사랑하는 자식을 잃고 슬픔에 빠져 헤어 나오지 못하는 사람에게 붓다가 먼저 다가가서 다정히 말을 건네고 위로한다. 그리고 그 고통의 근원은 곧 애욕이라고 깨우쳐 주지만 내담자는 선뜻 받아들이지 않는다.

사랑하는 사람의 죽음을 경험한 사람들에게는 심리적 충격, 받아들일 수 없는 현실, 정신적 혼란, 분노, 죄책감, 육체적 고통, 좌절감이 뒤섞여서 찾아오며, 그런 감정들이 롤러코스터처럼 남아서 유족의 마음을 휘젓는다고 한다(Gurolmen, 2000). 이 사례의 내담자는 아들과 사별 후 애도과정을 충분히 겪지 못했기 때문에(김상민, 2000) 붓다의 말씀이 받아들여지지 않은 것으로 보인다. 즉, 내담자는 정서

적 문제로 괴로워하고 있는 단계인데, 붓다가 인지적으로 접근하였기 때문에 상담이 성공에 이르지 못한 것이다. 이는 상담자의 말이 아무리 옳더라도 내담자의 정서적 치유가 충분히 되지 않았을 때는 상담이 효과적이지 않다는 것을 보여준다. 현대 심리상담에서는 내담자의 정서 상태를 이해해야 인지적 측면의 치료가 가능하다는 것을 강조한다(Rogers, 1942; Corsini 외, 2000; Corey, 2009 등).

중아함경에 나타난 주요 상담 기법

선행연구자들은 붓다의 상담 기법을 통틀어 표현하면 ‘방편시설(方便施設)’이요, ‘대기설법(對機說法)’이라고 하였다(권경희, 2002; 이정우, 2008 등). 즉, 붓다는 소질이나 근성이 아직 성숙하지 못해 깊고 오묘한 법을 받을 수 없는 사람을 위하여 그에 맞는 수단과 방법을 동원해 깊고 묘한 법을 널리 폈다.

지지·격려

내담자를 지지하고 격려해 줌으로써 상담 목적에 가까이 가도록 하는 방법을 뜻한다. 현대 상담에서는 문제 해결이나 인간적 성장이라는 최종적 목표를 달성하기 위하여 ‘상담자와 내담자 간의 개방적인 신뢰 관계와 내담자의 자각 및 자율성의 회복’이라는 ‘촉진적 관계’ 형성을 상담의 중간 목표로 설정한다(이장호 외, 2005). 붓다의 상담에서는 지지·격려가 이러한 촉진적 관계를 형성하는데 중요한 역할을 하였다. 잡아함경, 장아함경과 마찬가지로 중아함경에서도 붓다는 “착하고 착하다(善哉善哉), 그렇고 그렇다(如是如是)”를 반복

하며 내담자를 지지·격려했다[제9권 40. 수장자경(手長者經), 제15권 69. 삼십유경(三十喻經) 등]. 또한 붓다는 몸소 내담자를 찾아가 대화를 나누면서 지지·격려하기도 했다[제3권 14. 라운경(羅云經) 등].

이름 불러주기

붓다가 내담자를 지지하고 격려해 주는 또 하나의 방법은 내담자의 이름을 다정히 불러주는 것이었다. 붓다는 문답을 주고받을 때 거의 항상 상대방의 이름을 불러 주었다. 이는 내담자를 하나의 소중한 인격체로 대함으로써 존재감을 느끼게 하고 상담에 적극 참여하도록 이끄는 효과가 있었을 것으로 추측된다[제4권 20. 파라외경(波羅牢經) 등].

열린 자세

붓다는 찾아오는 사람들을 거의 언제나 열린 자세로 대했다. 무엇이든 물을 수 있게 하였고, 내담자의 의견 역시 마음껏 피력할 수 있도록 기회를 주었다[제37권 150. 울수가라경(鬱瘦歌羅經) 등]. 인본주의적 상담자들은 상담자의 자기 개방이 상담자와 내담자 사이의 관계를 형성하는 데 매우 도움이 된다고 한다(노안영, 2005). 이는 내담자를 열린 자세로 대할 때 가능하다.

붓다는 상담자로서 자신을 개방하고 진솔하게 내담자를 대했다. 출생부터 성장, 출가, 수행, 해탈, 전법 등 현생의 모든 경험뿐만 아니라 숙명통으로 파악한 여러 전생의 체험까지 여실히 드러내 상담에 활용했다[제11권 60. 사주경(四州經)]. 경전에서 붓다의 전생을 밝힌 것을 본생(本生)이라 하며, 이는 불교 경전의

문체·문장 및 기술의 형식과 내용 등을 열두 가지로 분류한 12분교(十二分教) 가운데 하나다(이재창, 1998). 심지어 붓다는 내담자가 자신의 설법에 수긍하지 않은 사례에 대해서도 제자들에게 허심탄회하게 밝힌다.

“오늘 오후 집장석이 지팡이를 짚고 내가 있는 곳으로 와서 내게 물었다. ‘사문 구담(瞿曇)이시여, 무엇으로써 가르침의 근본을 삼으며, 어떤 법을 연설하십니까?’ 내가 대답했다. ‘... 서로 싸우지 않게 하고, 욕심을 떠나 무상에도 집착하지 않는다. 이것이 내 가르침의 근본이고, 설법하는 것도 또한 이와 같으니라.’ 그러자 그 집장석은 내 말을 듣고 옳다고도 않고 그르다고도 않고, 머리를 흔들고 떠나갔다.”[제28권 115. 밀환유경(蜜丸喻經)]

질문 기법

여러 가지 질문에 대하여 붓다가 답한 네 가지 형식을 사기답(四記答)이라고 한다. 첫째는 일향기(一向記)로, 묻는 것이 응답자의 생각과 합치하는 경우에 “그렇다”고 답하는 것이고, 둘째는 분별기(分別記)로, 묻는 것을 분해하고 시비를 분별하여 답하는 것이다. 셋째는 반문기(反問記)로, 물음에 바로 답하지 않고 되물어 그 뜻을 분명하게 하거나 돌이켜 보게 할 때 쓰이며, 네 번째는 무기(無記)로, 답할 가치가 없거나 답할 일이 아니라고 생각할 때 내버려두고 답하지 않는 것을 말한다(운허 용하, 1983). 붓다는 내담자의 질문에 일향기로서 그렇다고 답을 해주기도 하고[제4권 18. 사자경(師子經) 등], 때로는 답을 거부하게

나 침묵을 지키기도 했다[제60권 221. 전유경(箭喻經) 등].

붓다가 즐겨 쓴 기법은 반문기와 분별기였다. 붓다는 내담자의 질문에 대해 즉답을 하기보다 그와 관련된 사항을 되물음으로써 내담자로부터 답을 유도해 본래 의도된 결론이 내담자의 입을 통해 나오도록 이끌었다. 또한 내담자의 생각이 왜곡되었을 때는 이를 분해하고 옳고 그름을 분별하여 올바른 결론에 이르도록 했다. 붓다는 경 곳곳에서 일향기와 반문기, 분별기를 적절히 활용해 내담자 스스로 해결점에 도달하게끔 하였다[제3권 17. 가미니경(伽彌尼經) 등].

붓다는 내담자에게 먼저 질문을 통해 다가감으로써 내담자의 관심을 유도하여 상담 효과를 증대시키기도 했다[제1권 5. 목적유경(木積喻經) 등]. 붓다의 질문 기법은 매우 절묘하여 붓다가 질문하는 대로 답을 하며 따라가던 내담자가 어느 결에 자신이 붓다가 의도한 결론에 도달하였음을 알고 감탄하는 장면이 곳곳에 나온다.

이에 우바리 거사는 잠깐 동안 잠자코 있다가 말하였다.

“세존이시여, 저는 이미 알았습니다. 이미 해득하였습니다. 저는 지금부터 부처님과 법과 비구 스님들께 귀의합니다.”

[제32권 133. 우바리경(優婆離經)]

반복

중아함경 각 경에서 붓다는 내담자가 질문한 말을 반복하고 나서 다음 말을 이어가거나 붓다 자신이 한 말도 여러 번 되풀이한다. ‘반복’은 내담자가 한 말을 되풀이함으로써 내담

자의 의도를 이해하려고 상담자가 노력하고 있음을 알려주며, 상담자 자신이 내담자의 말을 제대로 이해하고 있는지 확인하고, 내담자의 감정과 생각은 무엇인지 내담자 스스로 돌아보게 하는 작업이다. 그러나 현대 상담에서는 내담자의 말을 반복하여 그대로 옮기기보다 가장 중요한 것에 초점을 맞추어 내담자의 진술보다 더 짧고 간결하게 하는 ‘재진술 기법’을 선호한다. 내담자 말을 그대로 반복하면 너무 많은 노력과 시간이 소비되는 등 비생산적이고, 상담의 초점이 상담자에게 옮겨지는 등 역효과가 있기 때문이다(Hill, Clara, E., O'Brien & Karen M., 1999). 또한 내담자의 말에서 드러난 기본적인 태도나 주요 감정 및 사고, 행동 등을 상담자가 다른 참신한 표현으로 바꾸어 말해 주는 반영 기법(이장호, 1995)을 많이 활용한다.

중아함경에서는 내담자가 말한 내용을 지루할 만큼 반복해서 되풀이하는 경우가 많다[제4권 20. 파라외경(波羅牢經) 등]. 붓다 재세 시에는 문자 없이 말로만 소통했으므로 상호 정확한 이해를 하기 위해서인 듯하다. 또한 중아함경 결집 때도 역시 문자 없이 구전되는 특성상 붓다의 말씀을 한 치도 틀림없이 전달하고자 하는 의도에서 반복되는 내용을 그대로 옮긴 것으로 추측된다.

확인

현대 상담에서는 다른 이의 마음이나 인식 세계를 함부로 예단하여 영똥하게 왜곡하는 일을 금기시하고 있다. 인지치료에서는 이를 ‘독심술(讀心術)’이라 명명하여 ‘인지 왜곡’의 하나로 보며, 이러한 비합리적인 사고를 합리적 사고로 바꾸는 일이 인지 치료의 주요 작

업 중 하나이다(Burns, 1980).

붓다는 천이통이나 타심통 등 인간의 한계를 초월한 자유자재한 능력을 지녔음에도 현대 인지치료에서 경계하는 오류를 범하지 않았다. 자신이 파악한 문제를 반드시 내담자에게 물어 사실 여부를 확인한 뒤 상담에 들어갔다[제26권 104. 우담바라경(優曇婆羅經)]. 또한 다른 이가 와서 내담자 문제를 알려 주거나 험난해도 그 말의 진위여부를 가린 다음에야 상담에 임했다[제5권 24. 사자후경(師子吼經)].

구체적 상담

붓다는 모호하거나 추상적인 상담을 하지 않았다. 상담을 통해 해답이나 해결책을 제시할 때 사실적이며 구체적인 방법을 내놓아 내담자가 직접 실천하고 경험할 수 있도록 하였다.

“그래도 잠이 없어지지 않거든 대목건련아, 전에 들었던 법을 남을 위하여 널리 설명하라. 그렇게 하면 잠이 곧 없어질 것이다. ... 그래도 잠이 없어지지 않거든 두 손으로 귀를 문질러라. ... 그래도 잠이 없어지지 않거든 찬물로 얼굴과 눈을 씻고 또 몸에 부어라. ... 그래도 잠이 없어지지 않거든 방에서 나가 사방을 둘러보고 별들을 우러러보아라. ... 그래도 잠이 없어지지 않거든 집에서 나와 밖을 거닐면서 모든 감각기관을 수호하고 ...”[제20권 83. 장로상존수면경(長老上尊睡眠經)]

비유

비유(譬喩)란 어떠한 현상이나 사물의 설명에 있어서 그와 비슷한 다른 성질을 가진 현상이나 사물을 빌어, 뜻을 명확히 나타내는 일이다(신기철, 신용철, 1981). 불경의 12분교 가운데 하나다.

Witmer(1985)는 비유적 표현을 사용하는 목적은 ‘이미 알려진 것을 더 많이 이해하도록 하기 위해, 알려지지 않은 것에 대해 더 많은 통찰력을 제공해 주기 위해, 심미적이고 정서적인 강도를 표현할 수 있도록 하기 위한 것’이라고 했으며, 인지치료에서는 다른 상황을 반영시켜 줌으로써 내담자가 자신의 비합리적인 핵심 믿음에서 거리를 둘 수 있도록 도와주기 위해 비유를 개발할 것을 강조하고 있다(Beck, J. S., 1997). 붓다 역시 비유의 유용성을 높이 평가했다.

“내가 이 비유를 들어 말한 것은 그 이치를 알게 하려고 한 것이다. 내 법을 잘 설하되 지극히 자세하게 모두 드러내 밝히고 잘 보호하여 없어지지 않게 하며, 마치 물 위에 뜬 뗏목처럼 널리 유포해서 마침내 천인에 이르기까지 미치게 하고자 함이니라.” [제34권 136. 상인구재경(商人求財經)]

중아함경에는 특히 뗏목 비유[제34권 136. 상인구재경(商人求財經)], 독화살 비유[제60권 221. 전유경(箭喩經)], 눈먼 거북 비유[제53권 199. 치혜지경(癡慧地經)], 톱과 칼 비유[제50권 193. 모리파군나경(牟犁破群那經)], 삼을 지고 가는 사람 비유[제16권 71. 비사경(蜚肆經)], 거문고 줄 비유[제29권 123. 사문이십억경(沙門

二十億經] 등 유명한 비유가 많이 나온다.

계송

계송(偈頌)이란 붓다의 공덕을 찬미하거나 교리를 운문체로 기록한 것으로, 시적 운율로 간결하게 돼 있다(운허 용하, 1983). 12분교 가운데 하나다. 계송을 현대 상담의 관점에서 보면, 문학과 음악을 상담에 적용한 ‘예술상담’이라 할 수 있다. 예술 상담의 장점은 내담자의 정서적 변화를 유도해 통찰을 이끌어낼 수 있다는 점이다(권경희, 2002). 중아함경에서 붓다는 내담자의 감정에 호소해야 할 때, 내담자의 정서를 움직여야 할 때, 통찰을 유도해야 할 때 계송을 적절히 활용했다[제3권 14. 라운경(羅云經) 등].

중아함경에서 주목할 점은 붓다의 제자들이 반드시 외워 지녀야 할 계송이 있다는 것이다. 이는 ‘발지라제의 계송’으로서 붓다가 직접 읊어주고 그 뜻을 설명해 준다. 발지라제는 음역어로서 ‘밤마다 또는 날마다 한 결 같이 현명하고 착하게 생활하는 사람’이라는 뜻이다(김월운 역, 2006c).

세존께서 말씀하셨다.

“강기여, 자세히 듣고 잘 기억하여라. 나는 마땅히 너를 위하여 그 뜻을 자세히 설명해 주리라. 부디 과거를 생각지 말고/또한 미래를 바라지도 말라./과거의 일은 이미 사라졌고/미래는 아직 이르지 않았느니라./현재 존재하는 모든 것/그것 또한 이렇게 생각해야 하나니/어느 것도 견고하지 못함을 기억하라./슬기로운 사람은 이렇게 어느니라./만일 성인의 행을 실천하는 이라면/어찌 죽음을 근심하리/

나는 결코 그것을 만나지 않으리니/큰 고통과 재앙 여기서 끝나리라.//이와 같이 열심히 힘써 행하며/밤낮으로 쉬지 말고 계으르지 말지니/그러므로 이 발지라제의 계송을/언제나 마땅히 설해야 하느니라.” [제43권 166. 석중선실존경(釋中禪室尊經)]

위의감화

위의감화(威儀感化)란 위엄 있는 용모를 통해 교화시키는 것을 말한다(운허 용하, 1983). 붓다는 뛰어난 인품과 덕성이 외양으로 풍겨 나와 붓다의 모습만 보고도 내담자가 감화를 받아 심리적 변화가 일어나고 비약적인 성장을 하는 경우가 많다.

현대 상담에서도 이 점을 중요시하고 있다. 즉, 상담자가 문제 해결의 기술을 통해 도움을 줄 수 있는 만큼이나 상담자의 존재 자체를 통해서도 대단한 영향을 미칠 수 있다는 점에 주목해야 한다고 강조한다(Epstein, 1995).

술에 잔뜩 취한 육가 장자는 숲 사이에 계시는 세존을 멀리서 보았다. 그 모습이 단정하고 아름다워 별 가운데의 달과 같고, 빛나고 환하여 금산(金山)과 같이 상호(相好)가 원만하고 위신이 의젓하며, 모든 감관은 고요하고 안정되어 아무 장애가 없으며, 번뇌를 항복받고 마음은 쉬어 고요하고 잠잠하셨다. 그는 부처님을 뵈자 곧바로 취기가 사라졌다. 육가 장자는 술이 깨자 곧 부처님께 나아가 머리를 조아려 발에 예배하고 물러나 한쪽에 앉았다. [제9권 38. 육가장자경(郁伽長者經)①]

모델링

모델링(modeling)이란 사람들이 다른 사람을 지켜보는 것에서 도움을 받는 것을 말한다. 따라서 치료자는 내담자의 모델이 될 수 있다(Corsini 외, 2000). 상담자는 내담자가 모방할 수 있는 가치를 상담 과정에서 실천해야 하며, 사회적 관심의 대표자로 행동한다(이형득 외, 1997). 즉 상담자가 바람직한 행동의 모델이 됨으로써 내담자의 변화와 성장을 유도하는 것이다.

위의감화를 통해 알 수 있듯 붓다는 모습 자체만으로도 모범을 보였고, 살아가는 모습 전체가 바람직한 모델링의 표본이었다[제41권 161. 범마경(梵摩經) 등]. 또한 다른 이의 행동이 바람직하면 이를 본받을 것을 내담자에게 늘 강조했다[제9권 49. 공경경(恭敬經)① 등].

세존께서 물으셨다.

“대왕이여, 저에게 무슨 도리가 있다고 보았기에 스스로 마음을 낮추고 머리를 조아려 발에 예배하며 공양하고 받들어 섬기십니까?”

구살라왕 바사닉이 대답하였다.

“세존이시여, 저는 부처님에게 법의 고요함이 있음을 보나이다. ... 세존의 모든 대중은 모두 세존을 따라 범행을 실천합니다. ... 저는 세존의 집안처럼 이렇게 범행이 청정한 사람들은 보지 못했습니다.” [제59권 213. 법장엄경(法莊嚴經)]

자원 활용

상담에서 자원 활용이란 내담자가 힘을 느끼는 영역, 할 수 있는 영역, 성공 경험이 있

는 영역을 내담자 스스로 발견하도록 상담자가 돕고 격려하며, 그 발견을 바탕으로 문제 해결을 향한 활동을 하도록 도모하는 것을 말한다(김계현, 1995).

붓다는 내담자의 자원을 활용해 상담을 극적으로 성공시킬 뿐만 아니라[제29권 123. 사문이십억경(沙門二十億經) 등], 상담 현장을 활용해 상담 효과를 증진시켰고[제11권 61. 우분유경(牛糞喻經) 등], 상황의 맥락을 활용해 상담 참여도를 높였다[제55권 202. 지재경(持齋經) 등].

“너는 집에 있을 때에 거문고를 잘 탔었다. 만일 거문고를 탈 때에 줄을 바짝 조인다면 그 화음이 사랑스럽고 즐길 만하겠느냐?”

“아닙니다, 세존이시여.”

“만일 거문고를 탈 때에 줄을 느슨하게 한다면 그 화음이 사랑스럽고 즐길 만하겠느냐?”

“아닙니다, 세존이시여.”

“만일 거문고를 탈 때에 줄을 너무 조이지도 않고 너무 느슨하지도 않아 적당하면 그 화음이 사랑스럽고 즐길 만하겠느냐?”

“그렇습니다, 세존이시여.”

“이와 같이 사문아, 너무 지나치게 정진하면 마음을 어지럽게 하고, 너무 지나치게 정진하지 않으면 마음을 게으르게 한다. 그러므로 너는 마땅히 때를 분별하고 이 상(相)을 관찰하여 방일하게 하지 말라.” [제29권 123. 사문이십억경(沙門二十億經)]

인지적 재구성

인간은 사실을 왜곡하고 정서적 혼란을 일으키게 하는 생득적, 문화적 경향성을 가지고 있다. 이로 인해 그릇된 가정이나 잘못된 개념화로 이끄는 인지 왜곡, 부정적이며 역기능적인 사고, 비합리적 신념 등을 갖게 된다. 이를 바로잡아 적응적으로 바꾸기 위해서는 내담자의 부적응적 사고를 변화시키는 인지적 재구조화가 필요하다. 인지치료에서는 이를 위해 인지 타당성을 평가하고 여러 가지 치료 기법을 동원한 행동 과제를 주어 문제를 해결해 나간다(Beck, A. T., 1979; 노안영, 2005; Corsini 외, 2000; 윤순임 외, 1998).

붓다는 깨달은 후 법을 펼쳐나가면서 자신이 깨달은 진리와 깨닫게 된 방법이 외도들과 다름을 누누이 강조하는 한편 외도들의 잘못된 사상과 수행법을 논리적으로 비판했다[제3권 13. 도경(度經) 등]. 잘못된 생각과 방법이 야말로 열반으로 가는 데 가장 큰 장애이기 때문이었다. 이를 바로잡기 위해 붓다는 비합리적 사고를 버리고 합리적 사고로 바꿀 수 있도록 인지적 재구조화를 도모했다. 현대 인지치료의 주요 기법 중 하나인 하향식 화살 기법(Burns, 1980; Beck, J. S., 1997)을 동원해 상담하기도 했다.

세존께서 빈비사라왕에게 물으셨다.

“대왕이여, 색은 유상한 것입니까, 무상한 것입니까?”

“무상한 것입니다. 세존이시여.”

“만일 무상한 것이라면 괴로운 것입니까, 괴롭지 않은 것입니까?”

“괴로운 것이요 번역하는 것입니다. 세존이시여.”

“만일 무상한 것이요 괴로운 것이며 번역하는 것이라면 많이 들어 아는 거룩한 제자로서 ‘이것은 나이다, 이것은 내 것이다, 나는 저것의 것이다’라는 말을 받아들일 수 있겠습니까?”

“아닙니다.” [제11권 62. 빈비사라왕영불경(頻裈娑邏王迎佛經)]

침묵

상담에서 침묵은 매우 중요한 의미를 갖는다. 내담자의 침묵은 당황, 저항, 드러내기 어려운 감정, 생각 등을 의미한다. 상담자의 침묵은 내담자에게 스스로 문제를 숙고할 수 있는 시간을 주며, 내담자에게 말을 하도록 촉진하는 효과가 있고, 내담자에게 상담 과정의 책임을 갖도록 해준다(이장호 외, 2005).

불경에서 붓다의 침묵을 무기(無記)라고 한다. 붓다는 대답할 가치가 없거나 대답해 봤자 혼란만 가중시키는 질문에 대해서는 답을 거부하거나 침묵했다[제60권 221. 전유경(箭喻經) 등]. 이밖에 붓다가 내담자의 청을 거절하거나 질문에 답하지 않는 경우가 있었다. 답을 듣는 자리에 있음으로써 오히려 나쁜 과보를 받게 되거나[제9권 37. 침과경(瞻波經) 등], 당시 상황으로서는 들어주기에 어렵없는 청일 경우[제28권 116. 구담미경(瞿曇彌經)], 말을 하더라도 이해하기 어려운 경우였다[제57권 208. 전모경(箭毛經)②].

훈계

중아함경의 거의 모든 경에서 붓다는 자상하면서도 세심하게 내담자를 대했다. 그러나 엄하면서도 단호하게 꾸짖으며 훈계하는 경우

도 있었다. 현대 상담에서는 선부른 조언이나 훈계를 금기시하지만, 붓다는 이를 적절히 활용했다. 이미 친밀감과 신뢰감이 형성되어 있어 이해하고 받아들일 만한 사람에게 엄격한 태도를 취함으로써 내담자가 자신을 돌아보고 바른 길로 나아가게 했다.

붓다가 엄격한 훈계를 한 사례는 주로 형이상학적 희론(戲論)에 매달려 수행을 제대로 못하는 경우거나[제60권 221. 전유경(箭喻經)], 붓다의 가르침을 잘못 이해하면서도 바로잡으려 하지 않을 때였다[제54권 201. 차제경(嗟帝經)].

혐오요법

혐오요법은 구토제, 전기충격, 또는 불쾌한 심상 등과 같은 벌, 또는 혐오자극을 사용하여 바람직하지 않은 행동을 감소시키는 방법이다. 이 가운데 큰 무리 없이 자주 사용할 수 있는 방법은 불쾌한 심상을 사용하는 내재적 민감화이다(대학상담학회, 1993).

붓다는 중아함경의 거의 모든 경에서 인간이 ‘나’와 ‘내 것’ 그리고 삶의 모든 현상에 집착하는 것을 경계했다. 집착을 버리지 않으면 결국 고통스러운 윤회의 굴레에서 벗어나지 못한다는 것을 강조했다. 또한 자신이 지은 업대로 과보를 받으니 악업을 짓지 말라고 하면서 지옥 과보의 고통을 실감나게 표현했다. 붓다가 윤회전생의 괴로움, 악인악과의 고통 등을 강조한 것은 현대 상담에서 불쾌한 심상을 이용하여 바람직하지 않은 행동을 감소시키는 혐오요법과 일치한다.

세존께서 여러 비구들에게 말씀하셨다.

“너희들이 위없는 범행을 성취하고자 한다면, 차라리 뜨거운 쇠 집게로 입을

벌리고 시뻘겋게 달군 쇠구슬을 입에 넣어 그 시뻘겋게 달군 쇠덩이가 입술을 태우고 혀를 태우고 잇몸을 태우고 목구멍을 태우고 심장을 태우고 창자와 위를 태우고 밑으로 내려가게 하라. ... 만일 어리석은 사람이 계율을 범하고 정진하지 않으며 범행이 아닌 것을 범행이라 일컫고, 사문이 아니면서 사문이라 일컬으면서 보시를 받는다면, 그로 인해 악법의 과보를 받을 것이며, 목숨이 끝나면 지극히 나쁜 세계로 나아가거나 지옥에 태어날 것이다.” [제1권 5. 목적유경(木積喻經)]

희망 심어 주기

희망을 심어 주고 유지하는 일은 상담에서 매우 중요하다. 상담이 큰 도움이 될 것이라고 기대하면 상담의 결과 또한 긍정적으로 나온다. 그래서 상담자들은 내담자의 긍정적 기대를 강화시키고, 부정적인 선입견을 제거하며, 상담 효과를 분명하고 강력하게 설명함으로써 희망을 심어 준다. 또한 집단상담에서는 다른 내담자의 변화와 성장을 지켜보면서 희망을 얻기도 한다(Yalom 외, 2005).

붓다가 제행무상(諸行無常)·제법무아(諸法無我)·일체개고(一切皆苦), 무상(無常)·고(苦)·무아(無我)를 역설한 이유는 모든 중생을 열반적정(涅槃寂靜)으로 이끌기 위해서였다. 그래서 혐오요법 등 온갖 상담 기법을 동원해 바른 견해를 갖게 하고 바른 수행을 하게끔 한 것이었다. 붓다는 자신이 해탈을 이루어 모든 괴로움에서 벗어났음을 모든 경에서 강조하고, 누구든 붓다의 가르침대로 따라오면 열반을 성취할 수 있다고 확언한다.

무엇보다 큰 ‘희망 심어주기’는 수기(授記)다. 수기란 붓다가 제자에게 미래에 성불할 것이라고 예언하는 부분(곽철환, 2003)으로, 당사자는 물론 함께 수행하는 사람, 그리고 모든 사람에게 커다란 희망과 모델을 제시하는 것이다.

이에 세존께서는 미륵을 찬탄하며 말씀하셨다.

“훌륭하고 훌륭하다. 미륵아, 너의 발심은 지극히 묘하여 대중을 인도할 수 있을 것이다. 너는 아주 먼 미래 세계에 사람의 수명이 8만 살이 될 때에 반드시 부처가 될 것이다.” [제13권 66. 설본경(說本經)]

결론

선행 연구들은 붓다의 교화 사례에 현대 상담심리학적 요소가 있는가를 살핀 후 붓다의 교화 사례는 상담사례라는 결론을 내렸다. 그러나 본 연구에서 중앙함경의 총 60권 222개 소경을 상담 과정, 내담자의 호소 문제, 상담 기법을 중심으로 현대 상담심리학적 측면에서 분석한 결과 붓다의 교화 사례는 현대 심리상담과 유사한 점이 많으나 세부적인 면에서는 다른 점도 많이 있음을 발견할 수 있었다.

첫째, 붓다는 외도에서부터 왕, 천인까지 다양한 내담자를 만났으며 모든 내담자를 한결 같이 대했다. 사성계급이 뚜렷했던 당시 상황에서 붓다가 인간의 평등을 제창하면서(平川彰, 1974) 내담자를 차별하지 않고 만났다는 것은 ‘경제적 이득이 없는 경우에도 자신의

전문적 활동에 헌신함으로써 사회에 공헌’하는 것을 윤리 강령으로 삼고 있는(한국상담심리학회, 2009) 오늘날의 상담자들에게도 귀감이 될 것이다.

둘째, 붓다는 일정한 시각이나 장소를 정해 놓지 않고 언제 어디에서든 상담을 했으며, 내담자가 붓다를 만나는 데 특별한 절차나 제약이 없었다. 이에 반해 현대 심리상담에서는 상담 시간의 제한, 내담자와 상담자 역할의 구조화를 통해 상담의 효율성을 꾀하고 있으며(이장호, 1995), 특히 Rogers(1942)는 ‘시간의 한계가 명확히 이해되고 엄수되는 경우에 치료가 제일 잘 진행된다’고 자신의 경험을 강조한 바 있다. 종교적 가르침을 펼치기 위한 붓다의 교화 활동과 내담자의 심리적 어려움을 해결하는 현대 심리상담의 근본적인 차이점을 이러한 측면에서 파악할 수 있다.

셋째, 붓다는 내담자에게 상담이 필요할 것이라고 판단되면 먼저 다가가는 상담을 했다. 또한 상담이 필요한 사람이 있으면 내담자가 있는 곳으로 직접 찾아가기도 했다. 붓다를 찾아와서 이루어진 상담과 붓다가 다가가거나 찾아가서 진행된 상담의 비율이 비슷하다는 것은 주목할 만한 점이다. 현대 심리상담에서도 상담이 필요할 것으로 판단되는 사람들, 즉 재소자나 독거노인, 가출 청소년, 매매춘 여성 등을 찾아가 상담하는 경우가 있다. 붓다는 주로 자신의 종교적 가르침을 전하기 위해 찾아갔고, 현대 심리상담에서는 내담자의 복지를 도모하기 위해 찾아간다는 점에서 차이가 있다. 그러나 현대 상담에서 찾아가는 상담은 특수한 경우이다. 일반적인 상담은 자신의 어려움을 스스로 인식하고 찾아오는 사람, 즉 내담자(來談者) 위주로 펼쳐지고 있음은 주지의 사실이다. 이 또한 종교 활동과 심

리상담의 차이로 할 수 있다.

넷째, 붓다의 교화 목적은 현대 상담의 목적인 심리적 고통의 개선, 생활 과제의 해결, 인간적 성장을 이루는 것은 물론, 궁극에는 깨달음을 이루어 생사의 문제에서 해탈하는 것이다. 이를 위해 붓다는 중아함경의 여러 소경에 다양한 수행법을 제시해 놓았다. 상담의 목적에 따라 제기되는 이론과 방법론 또한 다를 수밖에 없다. 따라서 현대 심리상담에 불교를 접목할 때 종교적 지향성을 갖고 있는 불교 이론 및 수행법의 특성을 인지하고 그 차이를 유념해야 할 것이다.

다섯째, 내담자가 호소하는 문제는 오늘날과 같은 심리적 문제나 생활 부적응 등의 사례보다 붓다의 가르침인 교리나 수행에 대한 내용이 많았다. 이는 붓다를 찾아온 사람들 대부분이 현대 심리상담의 내담자와 달리 개인의 심리적 문제를 해결하기 위해서가 아니라 인간이 가진 근원적 문제를 해결하고자 하는 좀 더 성장 지향적인 사람들이었기 때문으로 보인다. 불교 교리나 수행법을 현대 심리상담에 응용할 때 붓다 당시의 내담자, 즉 성장 지향적인 사람들과 현대 심리상담의 내담자, 즉 심리적 문제에 봉착한 사람들의 차이점을 충분히 고려해야 적용 대상의 차이에 따른 부작용이나 역효과를 최소화할 수 있을 것이다.

여섯째, 붓다의 상담 기법은 매우 다양하며 효과적이었다. 붓다는 내담자를 향한 따뜻한 지지와 격려를 통해 긍정적 자극을 주었으며, 다정하게 이름을 불러줌으로써 존재를 인정해 주었다. 내담자가 자유롭게 의견을 펼 수 있게 상담자 스스로를 개방하는 등 열린 자세를 취했으며, 반문기나 분별기 또는 하향 화살 기법 등 다양한 질문 기법을 동원했다. 반복

과 확인을 통해 정확한 상담을 했고, 내담자가 처한 상황에 맞추어 실행 가능한 구체적인 방법을 제시했다. 절묘하면서도 적절한 비유와 정서에 호소하는 계송을 통해 내담자의 통찰을 이끌었으며, 위의감화로써 상담자의 존재 자체만으로도 치유가 되도록 했고, 삶과 모든 언행이 바람직한 모범이 되었다. 내담자가 갖고 있는 자원과 현장 상황, 맥락을 활용해서 상담 효과를 높였으며, 논리적 대화를 통해 내담자의 인지적 왜곡과 비합리적인 사고를 합리적으로 바꾸는 인지적 재구조화를 꾀했다. 내담자에게 통찰과 변화를 주기 위해 침묵과 훈계를 하기도 했고, 혐오요법을 동원해 생사고뇌의 굴레에서 벗어날 것을 강조했다. 누구나 붓다의 가르침을 따르고 행하면 깨달을 수 있다는 가능성을 역설했고, 누구나 바른 수행을 하면 부처가 될 수 있다는 희망을 심어주었다. 붓다가 2천5백여 년 전에 펼친 교화 활동에서 현대 심리상담과 유사한 기법을 적용하였고 이것이 효과적이었다는 사실은 오늘날의 심리상담에 매우 고무적인 일이다. 심리상담이 개인의 문제 해결은 물론 심리적 성장, 인간의 한계를 뛰어 넘는 초월적인 성장에까지 효과적으로 작용한다는 사실을 이들 사례를 통해 알 수 있기 때문이다. 더욱이 현대 심리상담은 인간의 심리적 문제와 성장을 위해 수많은 이론과 기법을 정교화해 왔다. 역으로 이를 종교 활동에 활용하여 교화 효과를 더욱 높일 수 있다는 가능성도 제시해 준다 할 수 있다.

일곱째, 붓다의 교화 사례에서 성공적이지 않은 경우도 몇 발견되었다. 현대 상담심리학적 측면에서 보았을 때 정서적으로 힘든 내담자에게 인지적 접근을 함으로써 변화가 오지 않은 것으로 보인다. 앞으로 좀 더 많은 경전

연구를 통해 붓다의 교화 사례에서 상담 효과가 적은 경우가 있는가, 그렇다면 그 이유는 무엇인가를 집중적으로 분석함으로써 현대 상담에 시사하는 바를 살펴볼 필요가 있다고 본다.

중아함경에서 붓다는 다양한 상담 과정을 통해 내담자를 만났으며, 내담자의 호소 문제에 맞게 다채로운 상담 기법을 동원했다. 이는 곧 내담자의 수준에 맞춘 대기설법(대기법)이요 방편시설로서 거의 대부분의 상담이 성공적이었다. 붓다의 상담이 성공적인 데는 상담자로서의 인간적 자질과 전문적 능력이 뛰어났기 때문이다. 붓다는 위대한 상담가였으며, 붓다의 상담은 내담자의 생활상의 문제나 심리적 괴로움을 경감시키는 데 그치지 않고 궁극의 깨달음까지 이끄는 차원 높은 상담이었다. 이는 ‘정신신경증으로 인한 비참함을 보통의 일상적인 불행 정도로 바꾸고, 그러한 불행에 더 잘 대응할 준비를 하는’(Freud, 1895) 현대 심리상담의 목표를 넘어설 수 있는 이론(교리)과 상담 기법(대화법, 수행법 등)을 제시하고 있다는 점에서 시사하는 바가 크다. 오늘날 많은 서양 심리학자들이 붓다의 수행법 가운데 일부를 심리치료에 접목해 상담의 한계를 극복하기 위해 노력하고 있다는 점도 주목할 만한 일이다. 또한 붓다가 현대 상담 기법과 유사한 방편으로 교화 활동을 성공적으로 이끌었다는 사실에서 현대 심리상담 이론과 기법을 불교의 종교적 활동에 활용할 가능성이 크다는 것을 알 수 있다.

붓다의 교화 사례가 비록 현대 상담심리학적 이론 및 방법론과 비슷한 요소를 지니고 있기는 하지만, 현대 심리상담에 적용할 때 유의할 점이 있다. 붓다가 만나 교화한 사람들이 오늘날의 내담자와 많은 차이가 있다는

점이다. 이들은 현대 심리상담의 내담자와 달리 심리적·생활적 어려움을 해결하기보다 인간의 근원적인 고통인 생사 문제를 해결하기를 원했다. 교화 대상과 호소 문제가 다름에 따라 목표에 이르는 이론과 방법론 역시 다를 수밖에 없다. 현대 심리상담은 내담자의 문제를 해결하기 위해 정교한 방법론과 기법을 개발해 왔으며 그 효과 또한 과학적으로 검증해 왔다. 반면 불교의 교리와 수행법은 인간의 한계를 초월한 문제 해결을 지향하고 있다. 근래에 들어 이러한 붓다의 방법론이 어떠한 효과가 있는가 검증하려는 노력이 시도되고 있으나(Begley, 2007; Hanson, Mendius, 2009 등) 아직 과학적으로 명확한 결론을 도출하지는 못했다. 불교를 상담에 접목할 때 이러한 점을 유념해야 할 것이다.

본 연구에서는 중아함경에 나타난 붓다의 교화 사례를 현대 상담의 관점에서 상담 과정, 호소 문제, 상담 기법을 중심으로 살펴보았다. 그러나 붓다의 상담 내용을 면밀히 분석하지 못하였고, 현대 상담에 활용하는 방안을 강구하지 못하여 아쉽다. 이는 앞으로의 과제라 생각한다.

참고문헌

- 각 목 (2010). 초기불교의 이해. 울산: 초기불 전연구원.
- 곽철환 (2003). 시공불교사전. 서울: 시공사.
- 권경희 (2000). 불경에 나타난 석가의 상담사례 연구-잡아함경을 중심으로. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 권경희 (2002). 붓다의 상담. 경기: 도피안사.
- 김계현 (1995). 카운슬링의 실제. 서울: 학지사.

- 김상민 (2000). *상담심리용어사전*. 서울: 생명의 샘가.
- 김월운 역 (2006a). *중아함경1*. 서울: 동국역경원.
- 김월운 역 (2006b). *중아함경2*. 서울: 동국역경원.
- 김월운 역 (2006c). *중아함경3*. 서울: 동국역경원.
- 김월운 역 (2006d). *중아함경4*. 서울: 동국역경원.
- 노안영 (2005). *상담심리학의 이론과 실제*. 서울: 학지사
- 대학상담학회 (1993). *상담의 이론과 실제*. 서울: 중앙적성출판사.
- 동국역경원.
- 박성희 (2007). *불교와 상담*. 서울: 학지사.
- 불광교학부 (1991). *경전의 세계*. 서울: 불광출판부.
- 불교상담개발원 (2003). *백유경의 상담해석 활용집*. 서울: 불교상담개발원.
- 신기철, 신용철 (1981). *새 우리말 큰사전*. 서울: 삼성출판사.
- 운허 용하 (1983). *불교사전*. 서울: 동국역경원.
- 윤순임 외 (1998). *현대 상담심리치료의 이론과 실제*. 서울: 중앙적성출판사.
- 이연숙 (1992a). *새아함경-장아함*. 서울: 인간사랑.
- 이연숙 (1992b). *새아함경II-중아함1*. 서울: 인간사랑.
- 이연숙 (1992c). *새아함경II-중아함2*. 서울: 인간사랑.
- 이연숙 (1992d). *새아함경II-중아함3*. 서울: 인간사랑.
- 이장호 (1995). *제2판-상담면접의 기초*. 서울: 중앙적성출판사.
- 이장호, 정남운, 조성호 (2005). *상담심리학의 기초*. 서울: 학지사.
- 이재창 (1998). *불교경전의 이해*. 서울: 경학사.
- 이정우 (2008). *장아함경에 나타난 불타의 상담사례 고찰*. 한국불교학 제50집. 한국불교학회. 715-751.
- 이지현 (1997). *불타의 교화사례에 나타난 상담방법적 특징*. 동국대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 이형득 외 (1997). *상담의 이론적 접근*. 서울: 형설출판사.
- 전나미 (2005). *법화경에 나타난 붓다의 상담*. 서울불교대학원대학교 석사학위 논문.
- 정혜자 (1992). *석존 교설에 의한 상담심리 연구*. 동국대학교 불교대학원 석사학위 논문.
- 조용길 (1999). *근본경전으로서의 아함경의 분석적 고찰*. 한국불교학 제25집. 한국불교학회. 27-76.
- 중국전자불전협회 (2009). *CBETA CD-大正新修大藏經 T1: 中阿含經*
- 平川彰 (1974). *인도불교의 역사(상)*. 이호근 역. 서울: 민족사.
- 하현정 (2008). *불경에 나타난 석존의 여성 상담 사례 연구: 옥야경, 승만경, 관무량수경을 중심으로*. 부산대학교대학원 석사학위 논문.
- 한국상담심리학회 (2009). *상담전문가윤리강령*. http://www.krcpa.or.kr/intro/intro05_01.php (2010. 10. 29. 검색)
- Adams, Jay, E. (1986). *A theology of Christian counseling: more than redemption*. Grand Rapids Mich: Zondervan.
- Beck, Aron, T. (1979). *우울증의 인지치료*. 원호택 외 공역. 서울: 학지사.
- Beck, Judith. S. (1997). *인지치료*, 최영희 · 이정

- 흙 공역. 서울: 하나의학사.
- Begley, S. (2007). *달라이라마 마음이 뇌에게 묻다*. 이성동 · 김종욱 공역. 서울: 북섬.
- Burns, David (1980). *우울한 현대인에게 주는 번즈 박사의 충고*. 박승룡 옮김. 서울: 문예출판사.
- Clinebell, Howard, J. (1979). *Growth counseling: Hope-centered methods of actualizing human wholeness*. Nashville: Abingdon.
- Corey, Gerald (2009). *The Art of Integrative Counseling, Second Edition*. Belmont CA: Thomson Brooks Cole.
- Corsini, Raymond, Wedding, Danny (2000). *현대 심리치료*. 김정희 역. 서울: 학지사.
- Epstein, Mark (1995). *Thought without a Thinker*. New York: Baic Books.
- Freud, Sigmund (1895). *프로이트 전집-히스테리 연구*. 김미리혜 역. 서울: 열린책들.
- Freud, Sigmund (1930). *프로이트 전집-문명 속의 불안*. 김석희 역. 서울: 열린책들.
- Gurolmen, Earl (2000). *당신은 가고 나는 남았다*. 현인세 역. 서울: 마음산책.
- Hanson, R., Mendius, R. (2009). *붓다 브레인*. 장현갑 · 장주영 공역. 서울: 불광출판사.
- Hayes, S.C., Strosahl, K. D., Wilson, K.G. (2002). *Acceptance and commitment therapy*. NY: Guilford
- Hill, Clala, E., O'Brien, Karen M. (1999). *상담의 기술*. 주은선 역. 서울: 학지사.
- Kabat-Zinn(1990), J. *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness.*; New York: Delta
- Linehan, M., Schmidt, H., Dimeff, L., Craft, J., Katner, J., & Comtois, K. (1999), *Dialectical Behavior Therapy for Patients with Borderline Personality Disorder and Drug-dependence, American Journal on Addiction* 8, pp.279-292
- Rogers, Carl, R. (1942). *카운슬링의 이론과 실제*, 한승호 · 한성열 옮김. 서울: 학지사.
- Rogers, Carl, R. (1961), *진정한 사람 되기*. 주은선 역. 서울: 학지사.
- Teasdale, J. D., Segal, Z. V. (2000). *Prevention of Relapse/Recurrence in Major Depression by Mindfulness-based Cognitive Therapy. Journal of Consulting and Clinical Psychology*. No. 4, 615-623.
- Witmer, J. (1985). *Pathways to Personal Growth*. Muncie: Accelerated Development.
- Yalom, Irvin, D. & Leszcz, Moly (2005). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy, Fifth Edition*. New York: Basic Books.

원 고 접수일 : 2010. 9. 6
수정원고접수일 : 2010. 10. 31
게재결정일 : 2010. 11. 20

A study of Buddha's teaching cases in the Majjhima-Nikāya in the view of modern counseling psychology: Focusing on counseling processes, complaints, and counseling skills

Kwon, Kyong-Hee

Seoul University of Buddhism

This study aimed to understand Buddha's teaching cases in terms of modern counseling psychology by analyzing 60 volumes and 222 scriptures of Majjhima-Nikāya. Buddha's counseling processes, complaints, and counseling skills shown in the Majjhima-Nikāya exhibited following features. First, a look at Buddha's counseling processes suggests that he counseled anytime, anywhere, rather than keep professional distance. In addition, Buddha's ultimate goal was to assist counselees to be relieved from problems of birth and death through achieving enlightenment. Second, the issues brought by counselees were more about Buddha's doctrines and discipline than psychological problems or social maladjustment. Third, Buddha employed various counseling techniques such as supporting, encouraging, asking diverse questions, metaphor, chanting, imposing influence, modeling, utilizing resources, giving hopes, keeping silence and lecturing, depending on levels of counselees.

Key words : Buddha, the sutra, Majjhima-Nikāya, teaching cases of the Buddha-Dharma, Buddhist counseling.