제8장 마음을 바르게 하라

도 입

'모든 게 마음먹기에 달렸다.'는 속담이 있지만, 보통사람들의 경험에 의하면 마음만큼 제 맘대로 안 된다고 한다. 행동은 고사하고 우선 마음부터 내 의지대로 안 되니 그래서 마음을 잘 다스리는 공부가 필요하다. 누군들 마음을 바르게 하고 싶지 않겠는가? 사실 앞에서 다룬 도덕적 의지나 용기로서 호연지기를 기르거나 자신의 성격을 바꾸는 기질을 바꾸는 일도 모두 마음을 바르게 하는 일과 관계된 일이다. 이 장에서는 『대학』에 등장하는 정심(正心) 곧 마음을 바르게 하는 문제를 성리학에서 말하는 구체적인 방법을 가지고 소개하고 있다. 그 방법이 함양(涵養)과 성찰(省察)이며, 그 함양과 성찰을 관통하는 마음의 자세가 마음을 흐트러지지 않게 하고 집중하는 경(敬 : 자기 마음을 집중하여 흐트러지지 않게 하는 것)이다.

본 문

[율곡의 풀이]

앞의 6장과 7장의 공부가 마음을 바르게 하는 정심(正心) 아닌 것이 없으나 각각 주장하는 것이 있으므로, 이 장에서 정심을 위주로 한 선현의 훈계를 따로 편집하여 함양(涵養)과 성찰(省察)의 뜻을 상세히 논하였다. 주자(朱子)가 말하기를 "경(敬)은 성학(聖學)에서 으뜸가는 주제이므로 철두철미하게 하여야지 잠시라도 그치거나 끊어짐이 있어서는 아니 된다."고 하였다. 그러므로 이 장의 핵심은 경(敬)을 위주로 하였다. 제3장의 거두어들이는 수렴(收斂)은 경(敬)의 처음이요, 이 장은 경의 끝이다.

[맹자]

맹자(孟子)가 말하였다. "그 마음을 보존하여 그 본성을 따르는 것이 하늘을 섬기는 것이다."

[율곡의 풀이]

맹자의 이른바 존양(存養 : 마음을 보존하고 본성을 따르는 것)은 동(動 : 활동)과 정(靜 :머물러 있음)을 관통하여 말한 것으로, 『대학』의 성의(誠意 : 뜻을 성실하게 함)와 정심(正心 : 마음을 바르게 함)을 말한 것이다. 그러나 선현들이 고요히 머물러 있을 때의 공부를 논하면서 존양(存養)과 함양(涵養)을 말한 것이 많으므로, 그 긴요한 말을 가려내어 다음과 같이 기록한다. 희노애락(감정이나 구체적 생각)이 아직 마음속에 드러나지 않았을 때에는 이 마음이 고요하여 진실로 털끝만한 생각도 없다. 다만 고요한 가운데 사물을 지각하는 마음만은 어둡지 아니하고 공허하여 아무 것도 없는 듯하면서도 만상(萬象)이 숲이 우거진 것처럼 빽빽하게 이미 갖추어져 있다. 이곳은 극히 이해하기 어렵지만, 다만 정신을 집중하는 경(敬)으로 이 마음을 지키어 오래도록 이 마음을 함양하면, 저절로 이해하는 힘을 얻게 된다. 이른바 경(敬)으로 함양한다는 것도 또한 다른 방법이 아니니, 다만 이 마음을 고요하게 하여 생각을 일으키지 않고 이 마음을 깨어있게 하여 조금도 어둡지 않게 하는 것뿐이다.

[서경(書經)]

성인(聖人)이라도 생각이 없으면 미치광이가 되고, 미치광이라도 생각하면 성인이 된다.

[맹자]

공자(孔子)가 말하였다. “잡으면 보존되고 놓으면 없어져서 출입이 정해진 때가 없고 그 방향을 알지 못하는 것은 마음일 것이다.”

[대학]

마음에 분노하는 것이 있으면 마음이 그 바름을 얻지 못하고, 무서워하고 두려워하는 것이 있으면 그 바름을 얻지 못하며, 좋아하고 즐거워하는 것이 있으면 그 바름을 얻지 못하고, 근심하고 걱정하는 것이 있으면 그 바름을 얻지 못한다. 마음이 있지 아니하면 보아도 보이지 아니하고, 들어도 들리지 아니하며, 먹어도 그 맛을 알지 못한다.

[주역(周易)]

군자는 경(敬)으로써 내면의 마음을 곧게 하고 의(義)로써 외면의 행실을 방정(方正)하게 한다. 경과 의가 확립 되면 덕(德)이 고립되지 않는다.

[율곡의 풀이]

정신을 집중하는 경(敬)은 본체(本體)이며 의(義)를 행하는 것은 작용(作用)이니, 사실은 경(敬)이 의(義)를 행하는 것을 포함하고 있다. 내면을 곧게 하는 경(敬)은 경(敬)으로써 마음을 보존하는 것이며, 바깥 행실을 반듯하게 하는 의(義)를 행함은 경(敬)으로써 일에 응하는 것이다.

[주역]

공자(孔子)가 말하였다. "간사함을 막고 성실함을 보존한다."

[율곡의 풀이]

배움을 알지 못하는 자는 마음을 놓아버려 생각나는 대로 맡겨 둔다. 그러므로 그것이 쓸데없는 생각인 줄 스스로 알지 못한다. 배우는 사람은 정좌(靜坐 : 마음을 가라앉히고 몸을 바로 하여 조용히 앉음)하여 마음을 수습한 뒤에야 쓸데없는 생각이 마음을 어지럽게 함을 알게 된다.

배우는 사람은 모름지기 항상 경(敬)을 주장하여 잠시라도 잊지 말아야 한다. 일을 당하면 마음을 집중하여 각각 마땅히 머물러야 할 데에 머물러야 한다. 일이 없어 정좌(靜坐)하고 있을 때 생각이 일어나면 반드시 생각하는 것이 무슨 일인지를 깨달아, 악한 생각일 것 같으면 곧 용맹하게 단절시켜 털끝만큼도 싹을 남겨 두지 말아야 한다. 만약 선한 생각이면서 생각해야 할 일이라면, 이것은 선한 생각이 때에 맞는 것이니, 그 이치를 궁구하여 미처 깨닫지 못한 것을 깨달아 이 이치를 미리 밝혀야 한다. 만약 이해(利害)와 상관없는 생각으로 착한 생각이라 하더라도 적당한 때가 아니라면 이것은 쓸데없는 생각이다. 쓸데없는 생각이 일어났을 적에 싫어하는 뜻이 있으면 더욱 어지럽게 되고, 이 싫어하는 마음 역시 쓸데없는 생각이니, 쓸데없는 생각이라는 것을 깨달은 뒤에야 가볍게 물리칠 수 있다. 이 마음을 붙들어서 쓸데없는 생각과 함께 밖으로 치달리지 말게 하면, 그런 생각이 일어나자마자 다시 그칠 것이다. 생각이 어지러울 때에 이 마음이 살펴 깨달아 그것이 쓸데없는 생각인 줄 알고 끌려서 밖으로 함께 가지 않게 하면, 쓸데없는 생각들은 차츰 스스로 그치게 될 것이다. 이와 같이 힘을 써서 아침저녁으로 힘쓰면서 속히 이루어지기를 바라지 말고, 게으른 생각을 내지 말아야 한다.

만일 힘을 얻지 못하여 가슴이 답답하거나 우울한 생각이 들 때에는, 역시 정신을 가다듬고 마음을 정결하게 하여 일념(一念)도 없게 하여 기상(氣象)을 맑고 온화하게 하여, 오랫동안 순수하게 익혀서 엉겨서 정해지면, 항상 이 마음이 우뚝하게 서서 사물에 끌려 다니지 않고 내가 시키는 대로 하여 뜻과 같지 않은 것이 없게 되고, 본체의 밝은 것이 가려지는 바가 없어서 밝은 지혜가 비추는 곳은 법도에 잘못됨이 없을 것이다.

장자(張子 : 북송의 철학자 張載)가 말하기를, "마음이 안정된 연후에 광명(光明)이 있는 것이니, 만약 마음

이 늘 바뀌고 옮아가 안정되지 않으면, 어떻게 빛이 나겠느냐?"고 하였다. 급하게 조석(朝夕)으로 효과가 나타나기를 바라다가 효과가 없으면 곧 타락(墮落)하는 생각을 생겨나게 하여서는 안 된다. 정심(正心)은 평생을 두고 할 사업으로, 그 중요한 것은 방씨(方氏 : 송대 유학자 方蛟峯)가 "마음을 비우면 주재(主宰)하는 것이 있다."라고 한 것이 그것이다.

해설

마음을 바르게 한다는 것은 상황을 두 가지로 나누어서 설명하였다. 특별한 일이 없어 고요한 마음으로 머물러 있을 때와 어떤 일을 당해서 마음이 움직였을 때의 경우가 그것이다. 그러나 일이 있건 없건 이 두 상황을 관통하는 것은 마음을 흐트러지지 않게 하여 한 곳에 집중하는 경(敬)이다.

먼저 특별한 일이 없어 고요히 머물러 있을 때의 마음공부는 우선 몸의 자세에서 정좌(靜坐)를 권한다. 바르게 앉아 마음을 가라 앉혀서 마음속에 어떤 감정이나 생각의 싹이 나오지 않더라도 마음이 항상 깨어있게 해야 한다고 한다. 잡념이나 헛된 생각에 내 마음이 끌려가게 않게 하며 밝은 마음의 상태를 유지해야 한다는 것이 그것이다. 바로 이것을 존양(存養) 또는 함양(涵養)이라고 하는데, 마음을 보존하고 본성을 따른다는 뜻이다. 본성이란 인간이 하늘로부터 타고나는 것이므로 인간 마음속에 갖추어져 있다고 보기 때문이다. 그래서 마음을 보존하여 본성을 잘 따를 수 있는 상태로 유지해야 하는 것이다. 이 때 깨어있는 마음이 경(敬)이다.

다음으로 어떤 일을 당해서 생각이나 감정이 생겨났을 때에 마음공부가 필요하다. 흔히 우리가 어떤 일을 하고 난 뒤 반성(反省)한다고 하는데 그 일에 특별한 잘못이나 하자가 없더라도 되돌아 살펴보는 것이 반성의 진정한 의미이다. 바로 이것처럼 마음이 외물에 접촉하여 움직였을 때 그 마음이 바름을 얻었는지 살피는 것이 성찰(省察)이다. 이는 사실상 일을 하는 과정이나 결과에서 자신의 마음이 도리에 맞았는지 성실하게 했는지 자기의 내면을 살피는 공부이다. 그래서 마음에 분노나 두려움이나 좋아하는 것이나 근심하는 것이 있어 바른 마음의 상태를 잃었는지 살펴야 한다. 물론 이 때에도 마음을 감독하고 주관하는 역할이 경(敬)이다.

불교에서도 말하고 현대 심리학자들도 말하지만 마음은 여러 종류가 있다. 바로 이런 각도에서 볼 때 경(敬)은 함양과 성찰에 있어서 마음을 감독하고 주관하는 마음이라고 보면 되겠다. 인간사회에 비유하자면 이 경(敬)은 경찰이나 검찰에 해당된다고나 할까?

생각해 볼 문제

1. 마음을 바르게 하는 것이 무엇인지 [율곡의 풀이]를 읽고 함양(涵養)의 측면에서 말해 보세요.

*정심(正心)이란? :

2. 마음을 바르게 하는 것이 무엇인지 [율곡의 풀이]를 읽고 성찰(省察)의 측면에서 말해 보세요.

*정심(正心)이란? :

3. 이 장의 성찰(省察)은 자기 스스로 제 마음의 선악과 마음의 존재 여부를 살펴서, 마음의 악을 다스리고 마음을 거두어들이는 것이다. 성인(聖人)과 미치광이도 여기서 갈라지는 만큼 내면에 대한 성찰을 게을리 하지 말아야 할 것 같다. 그러나 현실적으로 자신의 내면을 성찰할 수 있는 능력이 있는 사람들은 많지 않다. 그런 능력이 있는 사람이 지도자가 되어야 한다는 논리가 자연스럽게 등장한다. 유학의 수기치인(修己治人) 곧 자기 몸을 수양하여 남을 다스린다는 논리도 그 연장선에서 이해할 수 있다. 그렇다면 현대 민주주의에서 자기 내면조차도 성찰할 수 없는 사람이 단지 인기에 의해 지도자가 된다면 지도자 자신은 물론 모두의 불행이다. 이 경우 그런 불행을 예방하는 방법은 무엇일까?

*방법 :

4. 성찰(省察)의 공부는 자기 내면을 살펴 마음의 악을 다스리고 방심한 마음을 거두어들이는 것이므로 사람에 따라 실천 가능성이 있다. 그러나 사실 생각이나 감정이 싹트지 않았을 때의 함양의 공부가 상식적으로 쉽지 않아 보인다. 왜냐 하면 아무 생각이나 감정도 없는 상태의 마음은 그저 멍하니 있는 상태를 경험한 사람이 많기 때문이다. 그 마음이 멍하지 않고 밝게 깨어 있어 잡념이나 헛된 생각에 끌려가지 않게 할 수 있는가? 각자의 정좌(靜坐)하여 실천해 보고 가능성 여부를 말해보시오.

*가능성 여부 :

5. 율곡 선생이 말한 정좌(靜坐)하여 하는 함양(涵養)은 몸의 자세는 같을지라도 그 성격은 명상이나 참선과는 확실히 다르다. [율곡의 풀이]를 읽어보고 그것들과 어떻게 다른지 말해 보세요.

*함양이 명상이나 참선과 다른 점 :

6. 마음을 바르게 한다는 정심(正心)을 정리해 보면 생각이 싹이 싹트지 않았을 때와 생각이나 감정이 표출되었을 때의 공부로 나누어지는데, 전자가 마음을 깨어있는 상태로 유지하는 것이라면 후자는 활동한 마음이 바름을 얻었는지 자기의 내면을 살펴 거두어들이는 것이다. 율곡 선생의 이런 설명은 현대인들에게는 상당히 낯설다. 각자가 일상생활에서 마음을 바로잡을 때는 어떤 식으로 했는지 말해보자.

*나의 마음 바로잡는 방법 :

한문 익히기

惟聖(유성)이라도 罔念(망념)하면 作狂(작광)하고 惟狂(유광)이라도
克念(극념)하면 作聖(작성)이니라(『서경』).

한자 풀이와 해설

惟 : 생각하다, 오로지/聖 : 성스럽다, 성인/罔 : 없다, 그물/念 : 생각하다, 생각/作 : 되다, 만들다/狂 : 미치다, 미치광이/克 : 능하다, 해내다, 이기다

*앞뒤로 대구를 이루는 문장

▶중요한 단어 또는 한자성어

*망념작광(妄念作狂) : 생각이 없으면 미치광이가 된다는 뜻이나 생각이 없으면 어리석은 자가 된다는 뜻으로 쓰임

*극념작성(克念作聖) : 미치광이도 생각하면 성인이 된다는 뜻이지만 뜻이 변하여 성인의 언행을 잘 생각하여 수양을 쌓으면 자연스럽게 성인이 됨을 말함

해석

성인(聖人)이라도 생각이 없으면 미치광이가 되고, 미치광이라도 생각하면 성인이 된다.

君子(군자)는 敬以直內(경이직내)하고 義以方外(의이방외)하니라.
敬義(경의)가 立(립)하면 而德不孤(이덕불고)니라(『주역』).

한자 풀이와 해설

君 : 임금/子 : 아들/敬 : 공경하다, 잡도리하다/以 : ~써/直 : 곧다/內 : 안/義 : 옳다, 바르다/方 : 네모, 바르다/外 : 밖, 바깥/立 : 서다/而 : 말을 잇는 접속사/德 : 덕/不 : ~하지 않다/孤 : 외롭다, 홀로

*君子 : 학식과 덕행으로 인격을 완성하거나 그것이 높은 사람

*直과 方은 동사로 쓰였다.

▶중요한 단어 또는 한자성어

*경이직내(敬以直內) : 경으로써 마음을 바르게 함

*의이방외(義以方外) : 의로움으로써 말과 행동을 반듯하게 하는 것

*덕불고(德不孤) : 덕 있는 사람은 외롭지 않다 또는 덕이 고립되지 않는다는 뜻

해석

군자는 경(敬)으로써 내면의 마음을 곧게 하고 의(義)로써 외면의 행실을 방정(方正)하게 한다.
경(敬)과 의(義)가 확립 되면 덕(德)이 고립되지 않는다.