

반야불교문화연구원 · 은암문화재단 학술대회

코로나19, 불교가 답하다

일시_ 2021년 10월 16일(토요일) 13:00~17:30

장소_ 김해 동림선원

주최_ (사)반야불교문화연구원, (재)은암문화재단

일 정

제1부 || 개회식

사회 : 김 희 (신라대)

13:00~13:30
삼 귀 의
개 회 사 지안스님 (반야불교문화연구원 원장)
환 영 사 신공스님 (은암문화재단 이사장)
축 사 김 성 태 (반야불교문화연구원 이사장)

제2부 || 학술발표

사회 : 김 희 (신라대)

13:30~14:10 제1주제 팬데믹에 대한 불교적 대응
발표 : 김한상 (동국대)
논평 : 우명주 (동국대)

사회 : 구자상 (동의대)

14:10~14:50 제2주제 코로나-19 팬데믹 시대, 정서불안에 대한 불교적 모색
발표 : 안환기 (서울불교대학원대)
논평 : 김명우 (동의대)

14:50~15:00 중간 휴식

15:00~15:40 제3주제 역사 속의 전염병과 불교의례
발표 : 강호선 (성신여대)
논평 : 윤종갑 (동아대)

15:40~16:20 제4주제 코로나 시대의 불교 포교의 활성화 방안
발표 : 김영미 (동국대)
논평 : 신경스님 (동국대)

16:20~17:25 종합토론 좌장 : 강경구 (동의대)

목 차

제1주제	팬데믹에 대한 불교적 대응	7
	- EBTs와 남전의 주석서를 중심으로	
	발표 : 김한상 (동국대)	
	논평 : 우명주 (동국대)	
제2주제	코로나-19 팬데믹 시대, 정서불안에 대한 불교적 모색	27
	- 사심사관을 중심으로	
	발표 : 안환기 (서울불교대학원대)	
	논평 : 김명우 (동익대)	
제3주제	역사 속의 전염병과 불교의례	49
	- 한국전근대 시기를 중심으로	
	발표 : 강호선 (성신여대)	
	논평 : 윤종갑 (동아대)	
제4주제	코로나 시대의 불교 포교의 활성화 방안	77
	발표 : 김영미 (동국대)	
	논평 : 신경스님 (동국대)	

제 1주제

팬데믹에 대한 불교적 대응: EBTs와 남전의
주석서를 중심으로

김 한 상 / 동국대

팬데믹에 대한 불교적 대응: EBTs와 남전의 주석서를 중심으로

김 한 상 / 동국대

국문초록

이 논문에서 필자는 COVID-19에 대한 초기불교의 대응에 대해서 논의한다. 팬데믹에 대한 대응으로 초기 불교도들은 팬데믹의 종식을 기원하기 위해 사람들의 근심을 덜어주고, 편안함과 안정감을 느끼게 해주며, 팬데믹의 종식을 기도하기 위해서 명상을 실천하고, 빠릿따를 암송하고, 자애와 연민을 계발해왔다. 명상은 스트레스를 해소하고 회복력을 높이는 것뿐만 아니라 신체적인 질병을 직접적으로 치유하는 것으로 여겨져 왔다. 예를 들어, 7각지(satta bojjhaṅga)에 대한 명상과 10가지 인식(dasa sañña)에 대한 명상은 다수의 초기 불교 문헌에서 병을 없애는 실천으로 묘사된다. 초기 불교와 테라와다 전통에서, 특정 텍스트는 전염병에 대한 보호구인 빠릿따로 오랫동안 불려져 왔다. 특히 「라타나 숫따」는 텍스트가 지닌 주술적 힘으로 질병을 극복하고 건강을 유지하는 힘이 있다고 여겨져 왔다. 초기 불교의 COVID-19 대응에서 세 번째 중요한 주제는 병자에 대한 자애와 연민의 강조이다. 간병인에 대한 환자의 고마움과 간호사의 이타적 행동은 COVID-19에 감염된 코로나바이러스 질환 환자의 빠른 회복을 돕는다. 환자와 일반인은 자신을 치료하는 의료진에게 연민을 갖고 예방수칙을 적극적으로 지켜야 하며 의료진과 정부도 자애와 연민을 가지고 환자와 일반인을 보살펴야 한다. COVID-19의 주된 원인은, 사성제에서 고성제인 인간의 과도한 욕망이므로 자애와 연민을 가지고 팔정도를 실천하는 것이 COVID-19의 해결책이다. 여기서 팔정도는 인간과 자연환경이 서로 조화를 이루는 목표를 추구하는 중도이다. 이러한 이유로 우리는 소욕(appicchata)과 만족(santutṭhita)과 같은 전통적인 불교적 가치에 주목해야 한다.

주제어 : COVID-19, 팬데믹, 7각지에 대한 명상, 10가지 인식에 대한 명상, 빠릿따(paritta) 독송, 자애(mettā), 연민(karuṇā), 환자 간호

I. 들어가는 말

2019년 말 중국 우한(武漢)에서 시작된 COVID-19의 발발로 전 세계 사람들이 큰 고통을 받고 있다. 어떻게 보면 COVID-19의 대유행은 세계화의 위기다. 전 세계 사람들이 갑자기 여행을

중단했고, 항공과 같은 대중교통은 사업의 위기에 봉착하였다. 대부분의 나라들은 도시와 마을을 봉쇄했고 사업과 오락은 중단되었다. 교육과 학교 수업은 온라인으로 대체되었다. 대부분의 나라에서 병원과 의료 시스템은 붕괴 일보 직전일 정도로 공중 보건 문제에 직면하고 있으며, 많은 사람들이 죽어가고 있다. 다행히 1년도 채 안 걸릴 정도로 빠른 시간에 백신이 개발되어 백신 접종이 시작되었지만 여전히 많은 사람들은 백신의 사각지대에 위치해 있고, 부유한 나라와 가난한 나라 간의 백신 접종률은 큰 차이를 보이고 있다. 이와 같이 COVID-19는 우리의 일상을 송두리째 뒤바꿔 놓았다. COVID-19의 대유행은 팬데믹에 대한 대응이 한 지역이나 국가의 소관에만 머물러서는 안되며, 전 지구적으로 대처해야 되는 문제임을 여실히 보여주고 있다.

주지하듯이 COVID-19는 비밀에 의한 접촉으로 전염된다. 그래서 사회적 거리두기, 철저한 개인위생, 마스크 착용은 백신 및 치료제와 함께 COVID-19를 극복할 수 있는 공적 보건 제도로 정착되어가고 있다. 한국불교의 경우 초기부터 정부나 지자체의 사회적 거리두기와 마스크 착용에 적극적으로 동참하고 모범적으로 대응함으로써 한국불교에 대한 긍정적인 인식이 높아졌다.¹⁾ 하지만 이러한 동참이 종교에게 기대되는 역할의 전부일 수는 없다.

인간의 고통(dukkha)은 불교에서 가장 큰 관심사이자 사성제(四聖諦, cattāri-ariya-saccāni)에서 첫 번째 진리이다. 사성제는 고대 인도의 의학적 진단 구도에 바탕을 둔 것으로 이야기되고 있다.²⁾ 사성제를 의학적 진단 구조와 관련짓는 것은 불교의 핵심 교리인 사성제가 실용적인 의미를 가짐을 뜻한다.³⁾ 붓다는 철학 교사로서보다는 모든 괴로움을 치료하는 의사로서 중생들의 근기에 따라 다양한 가르침을 베풀었다.⁴⁾ EBTs⁵⁾에서 붓다는 의사에 비유되고, 붓다의 가르침은 약에 비유되고 있다.⁶⁾ 붓붓다는 병든 비구를 직접 간호하고서 “나를 시중들 듯이 병자를 시중들라.”고 말했다.⁷⁾ 초기 승려들의 이상적 생활 원칙인 사의(四依, cattāro-nissayā) 가운데 네 번째 항목은 진기약(陳棄藥, pūtimutta-bhesajja)이다. 진기약은 승려들에게 병을 치료하거나 예방하는 일이 매우 중요한 활동임을 알게 해주는 항목이다.⁸⁾ 이렇게 붓다는 정신적 건강뿐만 아니라 신체적 건강에도 무관심하지 않았다. 그래서 불교가 인류를 정신적, 육체적으로 괴롭히고 있는 COVID-19에 대한 해법을 제시해야 한다는 점은 분명하다. 초기 불교⁹⁾와 테라와다 불교의 전통

1) <http://news.bbsi.co.kr/news/articleView.html?idxno=3003427> (검색일: 2021-09-09)

2) Analayo, Bhikkhu (2015), 13.

3) 무착비구 아날랴오, 이성동 윤희조 옮김 (2020), 19.

4) Lamotte, Étienne (1988), 50-51.

5) EBTs는 Early Buddhist Texts(초기불교문헌)에 대한 약자이다. 본 논문에서 EBTs는 남전의 빨리 4부 니까야와 KN의 고층 텍스트, 북전의 한역 아함과 산스크리트 필사본, 그리고 빨리 율장과 한역 광율, 그리고 산스크리트 필사본을 가리킨다. 일부 EBTs는 티베트 대장경에도 포함되어 있다. EBTs가 초기 불교 부파들의 공통된 유산이라는 점은 학자들 사이에 큰 의견이 없다.

6) MN. II, 260; AN. IV, 340; It, 101; Sn. 560계; Th. 1111계.

7) Vin.I, 302.

8) 사사키 시즈카 (2011), 25.

9) 초기불교(Early Buddhism)에 대한 학자들의 정의는 완벽하게 일치하지 않는다. 대체적으로 불멸(佛滅) 후

에서는 명상, 빠릿따 암송, 자애와 연민의 계발을 통해서 팬데믹에 대처하여 왔다. 필자는 이에 초점을 맞추어 COVID-19에 대한 불교적 해법을 모색해보고자 한다.

II. 명상

COVID-19에 대한 초기불교적 대응에서 첫 번째 중요한 문제는 명상¹⁰⁾이다. 초기 불교에서 명상은 스트레스를 완화하고 회복력을 높일 뿐만 아니라 신체적 질병을 직접 치유하는 것으로 생각되어 왔다. 예컨대, EBTs에서 7각지(七覺支, satta-bojjhaṅga)에 대한 명상은 질병을 퇴치하는 실천으로 묘사되고 있다. 7각지란 깨달음에 이르는 일곱 가지 요소를 말한다. 그것은 염각지(念覺支, sati-sambojjhaṅga), 태법각지(擇法覺支, dhammavicaya-sambojjhaṅga), 정진각지(精進覺支, viriya-sambojjhaṅga), 희각지(喜覺支, pīti-sambojjhaṅga), 경안각지(輕安覺支, passaddhi-sambojjhaṅga), 정각지(定覺支, samādhi-sambojjhaṅga), 사각지(捨覺支, upekkhā-sambojjhaṅga)로 구성되어 있다. SN의 「길라나 숫따(Gilāna-sutta)」(SN 46: 14)는 중병에 걸린 마하깟사빠(Mahākassapa)가 붓다로부터 7각지에 대한 가르침을 듣고서 병이 사라졌다는 이야기를 담고 있다.¹¹⁾ SN의 「빠타마길라나 숫따(paṭhamagilāna-sutta)」(SN 46: 15)는 마하깟사빠가 마하목갈라나(Mahāmoggallāna)로 바뀔 뿐 내용은 앞의 경과 완전히 동일하다.¹²⁾ SN의 「따띠야길라나 숫따(Tatīyagilāna-sutta)」(SN 46: 16)와 SĀ의 「구이나갈경(拘夷懦竭經)」은 붓다가 병이 들자 마하쑤다(Mahācunda)에게 7각지를 낭송하게 하였고, 붓다는 그 낭송을 들으면서 병이 바로 사라졌다는 이야기를 담고 있다.¹³⁾ 대응하는 빨리본이 없는 EA의 한 경에서 붓다는 병든 비구를 방문하여 비구 스스로 7각지를 암송하기를 권한다. 병든 비구는 7각지를 암송하고 병에서 회복된다.¹⁴⁾

100년 경에 일어난 근본분열(mūla-saṃghabheda) 때까지 유지되어온 단일한 승가의 불교 전통이라고 간주된다. 그렇다면 초기불교는 붓다의 입멸 직후 곧바로 열린 제1차 결집에서 송출된 법(法, dhamma)과 율(律, vinaya) 또는 『경장(律藏, Vinaya-piṭaka)』과 『율장(律藏, Vinaya-piṭaka)』을 그 내용으로 하게 된다. 그리고 이는 “법(法, dhamma)과 율(律, vinaya)을 스승으로 삼으라.”는 붓다의 마지막 유훈과도 합치된다(DN.II, p.154). 이와 같이 초기 불교의 연대적 범위와 문헌적 범위는 사실상 거의 일치한다. 다만 경장과 율장이 초기불교의 문헌적 내용이라고 하더라도 경장의 율장의 어디까지를 초기불교의 문헌적 내용으로 볼 것인지에 대해서는 논란이 있다.

10) 주지하듯이, 명상은 서양의 용어 meditation의 우리말 번역으로서 불교 전통에서는 이러한 용어가 사용되지 않았다. 명상을 가리키는 불교 용어들은 bhāvanā, jhāna, samādhi, yoga, paṭipadā 등이 있다. 필자는 이 논문에서 이러한 불교 용어 모두를 포괄하는 의미로서 명상이라는 용어를 사용할 것이다.

11) SN.V, 79-80. 상응하는 한역본은 없다.

12) SN.V, 80. 아날라요에 따르면, 마하목갈라나에 대해 언급하고 있는 경은 대응하는 한역본이 없지만, 마하깟사빠가 주인공으로 등장하는 경은 대응하는 티베트본이 남아 있다고 한다. 티베트본에 대한 우리말 번역은 다음을 참조하라. 무착비구 아날라요, 이성동 윤희조 옮김 (2020), 73-75.

13) SN.V, p.81; T.2: 195b29-196a11.

14) T.2: 731a22.

여기서 관련된 승려들은 모두 아라한이었기 때문에 7각지를 완벽하게 계발할 수 있었다는 사실이 주목된다. 하지만 7각지에 대한 명상은 아라한 이하의 하위 성자나 범부에게도 동일한 효력을 발휘한다고 생각된다. 그 이유는 다음과 같다: 7각지를 계발하는 과정은 크게 순차적인 확립과 균형의 두 가지로 나눌 수 있다. 이 두 과정에서 마음챙김(sati)은 가장 근본적인 요소로서 작동한다. 마음챙김의 탁월한 역할은 이미 깨달음을 성취한 사람에게도 발휘될 뿐만 아니라 깨달음을 진지하게 성취하고자 하는 누구에게도 잠재적인 가능성을 열어주므로 신체적 질병의 치료에 탁월한 능력을 발휘한다고 말할 수 있다.¹⁵⁾ 이러한 이유에서 아라한 이하의 하위 성자나 범부도 명상을 통해서 병을 고칠 수 있다고 말할 수 있는 것이다.

AN의 「기리마난다 슷따(Girimānanda-sutta)」 (AN 10: 60)¹⁶⁾에 따르면, 어느 때 기리마난다(Girimānanda)가 병에 걸려 극심한 고통에 시달리고 있었다. 그때 아난다(Ānanda)가 붓다에게 기리마난다가 병에 걸려 있으니 직접 방문해달라고 요청한다. 그러자 붓다는 아난다에게 기리마난다에게 가서 열 가지 인식(dasa sañña)을 알려준다면 그는 그것을 듣자마자 병이 사라지게 될 것이라고 말한다. 열 가지 인식은 ① 무상의 인식(anicca-sañña), ② 무아의 인식(anatta-sañña), ③ 부정의 인식(asubha-sañña), ④ 위협의 인식(ādīnava-sañña), ⑤ 버림의 인식(pahāna-sañña), ⑥ 이욕의 인식(virāga-sañña), ⑦ 소멸의 인식(nirodha-sañña), ⑧ 모든 세상에 대해 기쁨이 없다는 인식(sabbaloke anabhirata - sañña), ⑨ 모든 행들에 대한 무상의 인식(sabba - saṅkhāresu anicchā-sañña), ⑩ 출입식념(ānāpānassati)이다. 붓다의 지시대로 아난다는 기리마난다를 방문하여 열 가지 인식을 가르쳐주자 기리마난다는 병이 씻은 듯이 낳았다고 한다.¹⁷⁾

이 경은 크게 두 가지 함축적 의미를 전달한다. 하나는 붓다의 가르침이 갖는 치료적 효과는 붓다의 직접적인 현존을 필요로 하지 않는다는 점이고,¹⁸⁾ 또 하나는 어떤 약물적 치료 없이도 환자는 인식의 전환만으로도 병이 나올 수 있음을 보여준다. 아날라요(Anālayo)가 지적한 대로, 열 가지 인식 가운데 ③에서 ⑨까지의 가르침과 사념처 수행(cattāro satipatṭhāna bhāvanā)은 서로 연결된다. 이러한 관점에서 보면 「기리마난다 슷따」에서 출입식념은 ③부터 ⑨까지의 가르침을 이미 포함하는 명상 영역에서 작용하고 있다.¹⁹⁾ 그래서 아난다가 암송한 열 가지 인식은 명상을 위한 가이드 역할을 했고, 기리마난다도 그 암송을 들으면서 명상을 하였다고 합리적으로 추론할 수 있다. 사실 이는 앞서 논의한 7각지도 마찬가지이다. 붓다와 붓다의 제자들은 7각지의 암송을 들으면서 명상을 하였다고 생각하는 것이 합리적이다.

15) 무착비구 아날라요, 이성동 윤희조 옮김 (2020), 79.

16) 상응하는 한역본은 없다. 티베트본에 대한 우리말 번역은 다음을 참조하라. 무착비구 아날라요, 이성동 윤희조 옮김 (2020), 162-167.

17) AN.V, 109-112.

18) 무착비구 아날라요, 이성동 윤희조 옮김 (2020), 161.

19) 무착비구 아날라요, 이성동 윤희조 옮김 (2020), 19.

위에서 인용한 모든 경들은 7각지와 열 가지 인식이 질병으로 인하여 힘든 마음에 위안을 주고 질병으로부터 벗어나는 데 상당한 도움이 된다는 것을 보여주고 있다. 불교의 가르침에 따르면, 몸과 마음은 분리된 것이 아니라 서로 밀접한 관계에 있다. 그래서 정신수행인 명상은 비단 정신적인 질병뿐만 아니라 육체적인 질병의 치유에도 탁월한 효과를 발휘한다는 점이 인정된다.

사람의 마음은 몸에 매우 강력한 영향을 미칠 뿐 아니라 심대한 변화마저도 일으킨다. 만일 나쁘고 해로운 생각을 품고 부도덕한 쪽으로 작용하도록 방치하면 마음은 큰 불행을 불러올 수 있고 심지어는 남을 죽게 만들 수도 있다. 그런데 또 마음은 병든 몸을 낮게 할 수도 있다. 바른 견해를 갖고 바른 사유에 집중할 때 마음이 가져올 수 있는 효력은 이루 헤아릴 수 없이 크다.²⁰⁾

오늘날 많은 남방불교권의 명상지도자들도 위팻사나 수행(vipassanā-bhāvanā)을 하면 병이 나을 수 있다고 주장한다.²¹⁾ 그 성전적 근거가 바로 앞서 언급한 경들이다. 사실 이러한 경들은 남방 테라와다 전통에서 빠릿따(paritta)로 사용되고 있다.

『유마경(維摩經, Vimalakīrti-nirdeśa-sūtra)』과 같은 대승 불전들은 공(空, śūnyatā)을 깨달은 현자가 어떻게 질병에 대한 완전한 통제력을 발휘하였는지를 다루고 있다. 적어도 5세기 이후 밀교 수행에서 치유를 위한 시각화 명상은 중요한 역할을 해왔다.²²⁾ 이와 같이 명상이 질병을 치료하거나 예방할 수 있다는 기본적인 개념은 거의 모든 형태의 불교에서 기본 개념이다. 그러므로 7각지와 열 가지 인식에 대한 명상은 인체의 면역력을 증가시켜서 코로나바이러스의 감염을 예방하거나 코로나바이러스로부터 치유되는 효과를 기대할 수 있다고 생각된다.

III. 빠릿따 암송

COVID-19에 대한 초기불교적 대응에서 두 번째 중요한 문제는 빠릿따(paritta)의 암송이다. 빠릿따(paritta)는 문자적으로 ‘보호’의 뜻이다. 초기 불교와 테라와다 전통에서 질병이나 악령의 해코지나 다른 여러 위험들로부터 보호를 받고 복을 가져오기 위해 독송되어온 경이다. 빠릿따는 『율장』의 「쭈라와가(Culla-vagga)」에서 「칸다 빠릿따(Khandha-paritta)」라는 이름으로 처음 등장하고²³⁾ AN에도 「아히 슷따(Ahi-sutta)」(AN 4: 67)라는 이름

20) Piyadassi Thera (2019), 5.

21) 이에 대해서는 다음을 참조하라. Mahasi Sayadaw (1984), Dhamma Therapy Revisited: Cases of Healing through Vipassanā Meditation, Medan Taiping: Sāsanārakkha Buddhist Sanctuary.

22) 티벳 불교의 전통에서 약사여래(藥師如來, Bhaiṣajyaguru)의 만뜨라는 신체적 질병의 치유와 부정적인 업보의 정화를 위해서 매우 강력하다고 간주된다.

23) Vin.II, 109.

으로 등장한다.²⁴⁾ 이들 경들에서 붓다는 비구들이 보호를 받기 위해 모든 중생에게 자애(metta)를 보낼 것을 적극 권장하였다. 이처럼 빠릿따는 대부분 빨리 경장과 울장에 있는 것이기 때문에 남방불교의 창작이나 전유물이 아니라 초기불교의 영역인 불설(佛說, Buddha-vacana)이다.²⁵⁾

테라와다 불교의 전통에서 「라따나 슷따(Ratana-sutta)」²⁶⁾는 COVID-19와 같은 전염병이 창궐할 때 일반적으로 독송된다. 이 경은 17개의 계송으로 이루어져

있다. 처음 두 계송은 천신(deva)들에게 인간의 예배와 공물을 받아들이고 그들에게 자애를 베풀어서 위험으로부터 벗어나게 해달라고 요청하는 내용을 담고 있다. 그다음 12계송은 붓다와 법과 승가의 삼보의 공덕에 대한 기술이다. 남전의 주석서에 따르면, 마지막 세 계송은 신들의 왕 삭까(Sakka)가 신들을 대표해서 붓다와 법과 승가의 삼보에 대한 공경을 나타내는 내용을 담고 있다.²⁷⁾

남전의 주석서들에는 이 경이 설해지게 된 인연담이 나타나는데, 이를 요약하면 다음과 같다. 붓다가 벨루와나(Veluvana)에 머물 때 베살리(Vesali)에 심한 기근이 들고 전염병이 창궐하여 많은 사람들이 죽었다. 그러자 베살리는 시체 썩는 냄새로 가득 차고 그 악취가 많은 악귀들을 불러들였다. 베살리의 릿차위들(Licchavi)은 이러한 혼란을 물리치고자 붓다에게 방문을 요청했고, 붓다는 이 요청을 받아들여 비구들과 함께 베살리로 갔다. 붓다가 갠지스 강을 건너자 천둥 번개를 동반한 폭우가 쏟아져 풀과 나무들이 되살아나고 시신과 오물들은 강으로 씻겨져 내려갔다. 붓다는 먼저 아난다에게 「라따나 슷따(Ratana-sutta)」를 설하였고 릿차위 왕자들과 함께 도시를 돌면서 경을 읊고 발우의 물을 뿌리라고 지시하였다. 그러자 악귀들이 도시에서 도망쳤고 사람들은 질병에서 회복되었다. 릿차위들은 시의 공회당에 모여 여러 가지 공물을 준비하여 붓다를 그곳으로 인도했다. 그 모임에는 베살리의 주민들뿐만 아니라 제석(Sakka)을 우두머리로 하는 천상의 신들도 와 있었다. 붓다는 이들에게 이 경을 설했다.²⁸⁾

이 경의 인연담이 시사하는 바는 다음과 같다. 첫째, 붓다가 전염병이 창궐한 고통의 현장에 들어가서 직접 질병을 치유한 헌신적인 모습을 보였다는 점은 오늘날 불교인들도 COVID-19에



그림1. 스리랑카 승려들이 코로나 종식을 위해서 밤새 빠릿따를 암송하는 모습/ 콜롬보

24) AN.II, 82.

25) Crosby, Kate (2014), 126.

26) Sn. 222-238 계.

27) Khp-a, 195; Dhp-a.III, 195.

28) Sn-a, 278ff.; Dhp-a. III, 436ff.; Khp-a, 164f.

고통받고 있는 사람들 속으로 들어가 도움을 주어야 한다는 당위성을 시사한다. 이러한 참여는 나중에 논의하게 될 자애와 연민의 발로이다. 둘째, 천둥과 번개를 동반한 폭우로 도시가 깨끗해진 현상과 비구들이 발우의 물을 뿌리는 행위는 방역 활동을 상징한다. 그래서 COVID-19를 극복하기 위해서는 명상의 실천과 빠릿따 암송과 자애와 연민의 함양과 같은 불교적 해법만큼이나 철저한 방역 활동이 필수적이다. 셋째 삼보의 공덕을 칭송하는 경을 암송하도록 함으로써 질병이 초래한 불안과 공포를 제거하였다는 점이다. 이는 COVID-19를 극복하기 위해서는 COVID-19의 확산으로 인해 나타나는 이른바 ‘코로나블루’라는 우울증과 불안감을 해소하고 심리적 면역체계를 확립하는 것이 중요함을 말해준다.

남방불교권에서 빠릿따가 독송되었다는 최초의 언급은 『쥘라암사(Cūlavamsa)』에 나타난다. 스리랑카의 왕도 아누라다푸라(Anurādhapura)에서 전염병이 창궐하자 국왕 우빠뿃사 1세(Upatissa I, r. 365-406)의 요청으로 비구들이 밤새도록 「라따나 솃따」를 독송하고 물을 뿌리면서 내성의 벽을 돌았다는 기록이다. 동이 트자 검은 구름이 대지에 비를 뿌려서 전염병으로 신음하던 사람들이 좋아지게 되었고, 이를 기뻐하여 사람들이 축제를 열었다고 한다.²⁹⁾ 보도에 따르면, 현재도 남방불교권에서는 승려들이 코로나 종식을 위해서 밤새도록 빠릿따를 암송하고 있다고 한다.³⁰⁾

스리랑카의 빠야닷시(Piyadassi)는 빠릿따 독송의 효용성에 대한 네 가지 교리적 설명을 제시한다. 첫째, (빠릿따) 텍스트는 듣는 사람에게 불교의 가르침이 지닌 힘에 확고한 믿음이 생기게 한다. 둘째, 많은 범문들이 성스러운 삶(brahma-cariya)을 묘사하기 때문에 듣는 사람의 마음을 도덕적으로 확립시킨다. 셋째 빠릿따를 독송하는 승려들은 모든 생명에 대한 붓다의 자애를 반영하기 때문에 듣는 사람의 마음을 자애의 힘에 확고하게 자리 잡게 만든다. 넷째 독송의 소리가 지닌 힘이 정신적, 육체적 조화를 이루는 데 도움을 준다.³¹⁾ 앞서 말한 대로 몸과 마음은 긴밀하게 관련되어 있다. 그래서 정신 상태는 육체적 건강에 영향을 미친다. 그러므로 빠릿따는 이를 독송하는 사람과 그것을 듣는 이의 정신 상태를 증장시켜서 COVID-19에 대한 면역력을 높여주고 COVID-19가 걸리더라도 이를 이겨낼 수 있는 정신적, 육체적 힘을 키우는 효과를 발휘한다고 말할 수 있다.

그렇다고 해서 빠릿따 독송이 만능은 아니다. 사회적 거리두기 유지, 보건 수칙의 철저한 준수, 백신 및 치료제 접종과 같은 현대적 방법들은 여전히 유효하다. 빠릿따 독송은 이러한 방법들에 시너지를 주어서 COVID-19의 예방 및 치료의 효과를 극대화시킨다고 간주해야 한다. 이에 대한 근거는 『밀린다빠나(Milindapañha)』에 나타난다. 여기서 밀린다 왕은 “붓다는 사람이 죽

29) Cv.37.189-198.

30)

<https://www.indiatoday.in/world/story/sri-lanka-offers-buddhist-prayers-to-combat-covid-coronavirus-1655955-2020-03-16> (검색일: 2021-09-01)

31) Piyadassi Thera (1975), 14-17.

음의 악마로부터 피할 수 없다고 하면서도 여섯 가지의 빠릿따를 인정하고 있다. 죽음의 악마로부터 벗어날 수 없다면 빠릿따를 외우는 것이 잘못이고, 빠릿따를 외어서 죽음을 피할 수 있다면 그때는 죽음을 피할 수 없다고 한 붓다의 말이 틀린 것이 아니겠는가?”라고 묻는다. 이에 대해 나가세나(Nāgasena)는 빠릿따가 모든 사람에게 효력을 갖는 것이 아니고 수명이 아직 많이 남아 있고, 앞날이 창창하여 악업의 장애가 없는 사람에 대해서만 유효하다고 답변하고 있다.³²⁾

IV. 자애와 연민

COVID-19에 대한 초기불교적 대응에서 세 번째 중요한 문제는 환자에 대한 자애(metta)와 연민(karuṇā)³³⁾이다. 무아설(anattā-vāda)은 개인이 오온(五蘊, pañcakkhandhā)이라는 보편적 요소들의 화합물이라는 점을 강조한다. 이는 남의 고통(dukkha)과 나의 고통이 본질적으로 다르지 않음을 말해준다. 이러한 사고를 하게 되면 자연스럽게 다른 중생들에 대한 자애와 연민으로 확장된다. 자애와 연민은, 초기불교적 사유와 명상에서 추천되는, 타인을 위한 이상적인 태도인 사무량(四無量, catasso-appamañña) 또는 사범주(四梵住, cattāro brahmavihārā) 가운데서 첫 번째와 두 번째이다. 자애는 팔리어 metta와 산스크리트어 maitri를 번역한 말이고, 연민은 팔리어와 산스크리트어 karuṇā를 번역한 말이다.³⁴⁾ 그런데 아날야(Anālayo)가 지적한 대로, EBTs에서는 자애와 연민에 대한 명확한 정의를 찾아볼 수 없다.³⁵⁾ 그래서 남전 주석서들을 참고해 볼 수밖에 없다. 『빠라맛따조미까(Paramatthajotikā)』에 따르면, 자애는 남들의 이익과 행복을 간절히 바라는 마음이고,³⁶⁾ 연민은 중생들의 불이익과 괴로움을 없애려는 바라는 마음이다.³⁷⁾ 연민은 특히 이타적인 형태의 바람으로, 타인의 고통을 완화시키고 질병과 죽음에 어떻게 직면하는지에 대한 길잡이를 제공한다.³⁸⁾

EA의 「선취품(善聚品)」³⁹⁾은 환자가 병이 낫지 않는 다섯 가지 법을 말하는데, 그 가운데

32) Mil. 150-154.

33) 동아시아 불교권에서는 자애(metta)와 연민(karuṇā)이 통합되어서 慈悲라는 복합어로 나타난다. 남전의 주석서 전통에서도 자애와 연민이 한 쌍으로 설명되고 있다. 즉, 자애는 [중생들에게] 이익과 행복을 주려고 바라는 상태(hita-sukhūpanayanakāmatā)라고 설명되고, 연민은 [중생들의] 불이익과 괴로움을 없애려고 바라는 상태(ahitadukkhāpanayanakāmatā)라고 설명되고 있다(Sn-a, 128). 이는 자애와 연민이 그 성격상 밀접한 관계임을 말해준다.

34) 남전 EBTs에서는 동의어로 anukampā가 종종 사용되고 있다. Anālayo(2015: 13)는 karuṇā가 연민 수행에서 주로 사용되고 anukampā는 연민이 능동적으로 작용하는 것을 표현하는 용어로 사용된다고 지적한다.

35) Anālayo (2015), 5.

36) Sn-a, 128: Tattha ‘sabbe sattāsukhitāhontū’ ti ādinā nāyena. hita-sukhūpanayanakāmatā metta.

37) Sn-a, 128: ‘aho vata imamah dukkhā vimucceyyun’ti ādinā nāyenaahitadukkhāpanayanakāmatā karuṇā.

38) 무착비구 아날라요, 이성동 윤희조 옮김 (2020), 56.

하나는 환자가 간병인에게 자애의 마음을 내지 않는 것이다.

병에 걸린 사람이 이 다섯 가지 법을 성취하면, 그 병은 조금도 차도가 없고 항상 병상에 있게 된다. 어떤 것이 그 다섯 가지 법인가? 병든 사람이 음식을 가리지 않는 것, 때를 맞추어 먹지 않는 것, 의약을 가까이하지 않는 것, 근심과 기쁨과 성냄이 많은 것, 간호하는 사람에게 자애의 마음을 일으키지 않는 것이다. 비구여, 이를 일러, ‘병에 걸린 사람이 다섯 가지 법을 성취하면, 그 병이 조금도 차도가 없다’고 한다.⁴⁰⁾

또 환자가 병이 낫는 다섯 가지 법을 말하는데, 그 가운데 하나는 환자가 간병인에게 자애의 마음을 내는 것이다.

비구여, 병에 걸린 사람이 다섯 가지 법을 성취하면 병이 곧 낫게 된다. 어떤 것이 그 다섯 가지 법인가? 병이 든 사람이 음식을 가려서 먹는 것, 때를 맞추어 먹는 것, 의약을 가까이하는 것, 근심을 가지지 않는 것, 간호하는 사람들에게 모두 자애의 마음을 가지는 것이다. 비구들이여, 이것을 일러, ‘병에 걸린 사람이 다섯 가지 법을 성취하면, 병이 곧 낫는다’고 한다.⁴¹⁾

이 경과 상응하는 AN의 「우뻏타까 숫따(Upaṭṭhāka-sutta)」(AN 5: 123)가 말하는 다섯 가지 법에는 자애의 마음에 관한 항목이 없다.⁴²⁾ 그런데 AN의 「우뻏타까 숫따 2(Upaṭṭhāka-sutta2)」(AN 5: 124)⁴³⁾는 환자를 돌보기에 적당하지 않은 간병인이 갖춘 다섯 가지 요소를 말하고 있는데, 그 가운데 하나가 간병하는 사람이 자애가 아니라 세속적인 이득을 위해서 환자를 돌보는 것이다.

비구들이여, 다섯 가지 요소를 갖춘 간병인은 환자를 돌보기에 적당하지 않다. 무엇이 다섯인가? 약을 준비할 능력이 없고, 이로운 것과 이롭지 않은 것을 알지 못하여 이롭지 못한 것을 택하고 이로운 것을 거부하며 자애의 마음으로 환자를 돌보는 것이 아니라 물질적인 것을 바라면서 돌보고, 대변과 소변과 토한 것과 뱉어낸 침을 치우는 것을 혐오하고, 법다운 이야기로 환자를 가르치고 격려하고 분발하게 하고 기쁘게 할 능력이 없다. 비구들이

39) 이 경과 상응하는 AN의 「우뻏타까 숫따(Upaṭṭhāka-sutta)」(AN 5: 123)가 말하는 다섯 가지 법에는 자애의 마음에 관한 항목이 없다(AN.III, 143).

40) T. 2: 680b20-24: 疾病之人成就五法。不得時差。恒在床褥。云何為五。於時。病人不擇飲食。不隨時而食。不親近醫藥。多憂喜瞋。不起慈心向瞻病人。是謂。比丘。疾病之人成就此五法。不得時差。 번역은 필자의 것이다.

41) T.2: 680b24-28: 比丘。疾病之人成就此五法。不得時差。若復病人成就五法。便得時差。云何為五。於是。病人選擇而食。隨時而食。親近醫藥。不懷愁憂。咸起慈心向瞻病人。是謂。比丘。病人成就此五法。便得時差。 번역은 필자의 것이다.

42) AN.III, 143.

43) 이 경과 상응하는 EA의 「선취품(善聚品)」이 말하는 다섯 가지 법에는 자애의 마음에 관한 항목이 없다(T.2: 680c3-17).

여, 이러한 다섯 가지 법을 갖춘 간병인은 환자를 돌보기에 적당하지 않다.⁴⁴⁾

그런데 이 경과 상응하는 EĀ의 「선취품(善聚品)」이 말하는 다섯 가지 법에는 자애의 마음에 관한 항목이 없다.⁴⁵⁾ 이와 같이 빨리본과 한역본은 환자와 간병인이라는 주체가 바뀌어 있지만, 전달하고자 하는 메시지는 기본적으로 동일하다. 즉, 환자와 간병인 모두 자애와 연민을 지녀야만 질병의 빠른 치유가 가능하며, 환자와 간병인 모두의 심리 상태가 질병의 치유에 중요한 역할을 한다는 메시지이다.

이러한 붓다의 가르침은 말로 끝나지 않는다. 붓다는 사람들로부터 ‘말하는 그대로 행동하고 행동하는 그대로 말하는 이(yathā-vādinthatā-kārin, yathā-kārintathā-vādin)’로 불린 것처럼,⁴⁶⁾ 이를 몸소 실천에 옮겼다. 빨리 『율장』에 따르면, 붓다는 어떤 비구가 병에 걸려서 자신의 대소변과 함께 누워 있는 것을 알게 되었다. 붓다는 아난다의 도움을 받으면서 손수 그를 씻어주고 자상하게 병구완을 해주었다. 그리고 비구들을 책망하고 난 다음 병든 동료들 돌보는 것은 의무이고 그렇게 하는 것이 붓다를 돌보는 것과 같다고 말한다. “비구들이여, 너희들은 돌봐줄 어머니도 아버지도 없다. 서로 돌봐주지 않는다면 누가 너희들을 돌봐주겠느냐. 비구들이여, 나를 시종들 듯이 병든 이를 시종들도록 하라.”⁴⁷⁾ 또 한 번은 붓다가 사왓티(Sāvatti)에 있을 때 온몸이 종기로 뒤덮여 있고 종기에서 흘러나온 고름으로 가사가 몸과 달라붙어 있는 뿌티갓따 락사(Pūtigatta-tissa)라는 승려를 발견하였다. 돌볼 수 없어서 동료들도 그를 내팽개쳐둔 상태였다. 붓다는 물을 끓여서 손수 승려의 몸을 씻어주고 가사를 세탁해주었다. 환자가 안정되자 붓다는 그에게 법을 설하여 아라한이 되도록 하였다. 곧바로 그는 반열반에 들었다.⁴⁸⁾

44) AN.III, 144: Pañcahi, bhikkhave, dhammehi samannāgato gilānupaṭṭhāko nālaṃ gilānaṃ upaṭṭhātuṃ. Katamehi pañcahi? Nappaṭibalo hoti bhesajjaṃ saṃvidhātuṃ; sappā - yā - sappā - yaṃ na jānāti, asappāyaṃ upanāmeti, sappāyaṃ apanāmeti; āmisantaro gilānaṃ upaṭṭhāti, no mettacitto; jegucchī hoti uccāraṃ vā passāvaṃ vā vantaṃ vā kheḷaṃ vā nīharituṃ; nappaṭibalo hoti gilānaṃ kālena kālaṃ dhammiyā kathāya sandassetuṃ samādapetuṃ samuttejetuṃ sampahaṃsetuṃ. Imehi kho, bhikkhave, pañcahi dhammehi samannāgato gilānupaṭṭhāko nālaṃ gilānaṃ upaṭṭhātuṃ. 번역은 필자의 것이다.

45) T.2: 680c3-17.

46) DN.II, 224, 229; Sn. 357계; Itv. 122 등: Yathā-vādikhopanaso Bhagavāthata-kārī, yathā-kārīthata-vādī. Itiyathā-vādithata-kāriyathā-kārīthata-vādī.

47) Vin. I, 302: n' atthi te bhikkhave mātā n' atthi pitā ye te upatthaheyyuṃ. tumhe ce bhikkhave aññamaññaṃ na upaṭṭhahissatha atha ko carahi upaṭṭhahissati. yo bhikkhave maṃ upaṭṭhaheyya so gilānaṃ upaṭṭhaheyya.

48) Dh-p-a. I, 319. 현장(玄奘)의 『대당서역기(大唐西域記)』에 따르면, 제따와나(Jetavana)의 동북쪽에 붓다가 병든 비구의 몸을 씻겨주었던 곳에 탑이 세워져 있었다고 한다. 현장은 탑의 인연담을 다음과 같이 소개하고 있다. “제따와나 동북쪽에 탑이 있다. 여래가 병든 비구의 몸을 씻어주었던 곳이다. 옛날 여래가 재세했을 때 병든 비구가 괴로워하며 홀로 살고 있었다. 세존이 이를 보고 ‘그대는 왜 괴로움을 받고 있는가. 그리고 또 어찌하여 홀로 있는가’라고 물었더니 ‘저는 태생이 게을러서 남을 간병해주지 못했습니다. 그랬기에 지금 병이 들었어도 간병해줄 사람이 없습니다.’라고 답변했다. 여래는 이를 불쌍히 여겨 ‘선남자여, 이제 내가 그대를 돌보아주리라.’하고 손으로 문질렀더니 병이 씻은 곳이 나왔다. 문밖으로 데리고 나가 요를 갈아 바꾸고 여래가 친히 몸을 씻어준 다음 옷을 갈아 입혔다. 붓다는 비구에게 ‘스스로 부지런

여기서 주목해야 할 점은 붓다 자신이 제자들 가운데 한 사람을 깨끗이 씻겨 주었을 정도로 붓다의 자애와 연민이 두드러지게 나타났다는 점이다. 이러한 붓다의 병구완은 오늘날 COVID-19로 인해 고통받는 사람들에게 대해 충분한 관심과 애정이 기울어져야 할 필요성을 시사하고 있다. 이와 관련하여 스리랑카의 릴리 데 실바(Lily de Silva)는 다음과 같이 말한다.

간병하는 사람이 환자에게 적절한 음식과 약을 제공하여 환자의 몸을 효율적으로 잘 돌볼 것이라고 기대하는 것 뿐만 아니라 환자의 정신적인 면도 잘 돌볼 것이라고 기대하는 것은 주목할 만하다. 의사와 간호사의 친절함이 환자의 사기와 회복에 의약품만큼이나 효과를 발휘한다는 것은 잘 알려져 있다. 누군가가 절망적으로 병에 들어있거나 낙담하고 있을 때 친절할 말 한마디나 따뜻한 행동 하나가 위안과 희망의 원천이 될 수 있다. 바로 이러한 이유에서 모두 범주(梵住, brahmavihāra)인 자애(mettā)와 연민(karuṇā)이 간병인의 칭찬할 만한 덕목으로 간주되는 이유이다.⁴⁹⁾

사실 질병의 회복을 위해 빠릿따로 독송되는 많은 텍스트들의 저변에는 자애와 연민의 정신이 면면히 흐르고 있다. 테라와다 불교의 전통에서 COVID-19와 같은 전염병이 창궐할 때 일반적으로 독송되는 「라따나 숫따」⁵⁰⁾의 처음 두 계송은 천신들에게 공물을 바치는 인간들에게 자애를 베풀 것을 요청하는 내용을 담고 있다. 질병을 퇴치하는 관행으로서 7각지에 대한 명상도 환자에 대한 자애와 연민에서 가르쳐진 것이다.

요컨대, 간병인에 대한 환자의 감사하는 마음과 간병인의 이타주의와 선한 행동은 환자의 빠른 회복을 돕는다. 이는 오늘날 COVID-19 시국에도 마찬가지로 적용된다. COVID-19 환자와 일반인은 자신을 치료해주고 백신 및 치료제 접종을 해주는 의료진과 정부 기관에게 자애와 연민을 지니고 적극적으로 처방과 방역 규칙을 따라야 하고, 의료진과 정부 기관도 COVID-19 환자나 일반인에게 자애와 연민을 가지고 돌보아야만 한다.

II. 나가는 말

COVID-19가 발발하기 바로 이전에도 인류는 COVID-19와 같은 전염병의 발발로 큰 고통

히 노력하도록 하라.’라고 말했다. 이 가르침을 받은 비구는 감사하면서 심신이 모두 기쁨에 넘침을 느꼈다.” ((T.51: 899b23-899c1) 이처럼 현상이 기술하고 있는 탑의 인연담은 빨리 『울장』보다는 『담마빠다앗 타까타(Dhammapadaṭṭhakathā)』의 기술에 더 가깝다. 훗날 알렉산더 커닝엄(Alexander Cunningham)은 그의 고고학적 보고서에서 제따와나에서 약 200미터 떨어진 곳에 이 탑의 유적이 지금도 벽돌더미 가운데 남아 있다고 보고하였다. 알렉산더 커닝엄이 만든 사왓티(현재 사헤트-마헤트) 지도에는 이 탑의 위치가 H로 표시되어 있다. 이에 대해서는 Cunningham, Alexander (1871). Archaeological Survey of India (Simla), p. 341 참조.

49) de Silva, Lily (1993), 29.

50) Sn. 222-238 계송.

을 받아 왔다. 그런데 중세 유럽을 강타했던 흑사병과 같은 전근대 시기의 전염병을 제외하면 최근의 팬데믹은 대부분 자연에 대한 인간의 과도한 욕망에 의한 환경 파괴로 비롯된 것이다. 2002년 중국 광둥성(廣東省)에서 발생한 사스(SARS)는 박쥐의 코로나바이러스가 사향고향이를 거쳐 변이되어 인간에게 감염된 것이라고 한다. 2012년 사우디아라비아에서 발생한 메르스는 박쥐의 코로나바이러스가 낙타를 거쳐 변이되어 인간에게 감염된 것이라고 한다. 정확한 진상은 아직 규명되지 않았지만, 2019년 중국 무한에서 최초로 환자가 보고된 COVID-19도 박쥐와 같은 동물을 매개로 인간에게 감염된 것으로 보인다.⁵¹⁾ 그러므로 COVID-19는 최근의 유사한 전염성 질환들과 마찬가지로 자연에 대한 인간의 과도한 욕망에서 비롯된 자연의 역공이라고 볼 수 있다. 다시 말하면, 과도한 욕망으로 인간은 자연을 무분별하게 개발하고 박쥐와 같은 숙주 동물들과 인간과의 빈번한 접촉의 기회를 만듦으로써 COVID-19가 발발하였다고 볼 수 있다. 그래서 COVID-19의 근본적인 원인은 인간의 과도한 욕망(kāma)이라고 말해도 무방하다. 그러므로 백신과 치료제는 COVID-19의 근원적인 해결책이 될 수 없다. 설사 백신과 치료제로 COVID-19가 완전히 종식되더라도 인간의 과도한 욕망으로 환경 파괴가 계속되는 한 COVID-19와 같은 팬데믹은 앞으로도 계속 발생하여 인류를 괴롭힐 것이다. COVID-19를 사성제의 논리 구조에 적용시켜 보면, 고성제는 COVID-19이고, 집성제는 인간의 과도한 탐욕이고, 멸성제는 COVID-19의 종식이고, 도성제는 중도적 삶의 방식이다. 초기 불교의 가르침에 따르면, 세계와 환경은 심리의 반영이다.⁵²⁾ 『숫타니빠따(Suttanipāta)』의 「브라흐마나담미카 숫타(Brahmanadhammika-sutta)」에 따르면, 예전에는 탐욕, 배고픔, 노화의 세 가지 병만이 있었으나 브라만들이 왕을 사주하여 소를 제물로 바치자 98가지의 병들이 생겼다고 한다.⁵³⁾ DN의 「짜카왓띠시하나다 숫타(Cakkavattisihanāda-sutta)」에 따르면, 인간의 도덕성이 회복되면서 인간의 수명도 8만세로 증가하고 인간세계에는 탐욕, 배고픔, 노화의 세 가지 질병만 남게 된다고 한다.⁵⁴⁾ 이러한 모든 것은 자애와 연민에 기반하여 도성제인 중도(中道, majjhima-paṭipada)를 실천하는 길만이 COVID-19의 궁극적 해결책이라는 사실을 말해준다. 여기서의 중도는 인간과 자연환경이 서로 조화를 이루는 목표를 추구하는 것을 말한다. 소욕(appicchata)과 만족(santuhita)이라는 전통적인 불교 가치들이 재조명되어야 할 당위성이 바로 여기에 있다.

51) Andersen KG, Rambaut A, Lipkin WI, Holmes EC, Garry RF (April 2020), 450-452.

52) 초기불교에서 우주론과 심리학의 동등성에 대해서는 다음을 참조하라. Gethin, Rupert (2008: 119-121).

53) Sn. 50-55.

54) DN.III, 75: Asīti-vassa-sahassāyukesu bhikkhave manusseṣu tayo ābādhā bhavissanti icchā. DĀ의 「전륜왕수행경(轉輪聖王修行經)」은 추위, 더위, 굶주림, 목마름, 대변, 소변, 욕심, 탐욕, 늙는 것의 아홉 가지 괴로움을 열거하고 있다(T.1: 41c23-25).

◆ 약호 및 일차 문헌 ABBREVIATIONS AND PRIMARY SOURCES

- 빨리 문헌은 영국 PTS본의 권 번호와 페이지를 기재하였다.
- 빨리 문헌의 약호는 V. Trenckner, A Critical Pali Dictionary (Copenhagen: Royal Danish Academy of Sciences and Letters, 1924-)의 Epiloegomena에 따랐다.
- 한역 불전은 일본 『대정신수대장경(大正新脩大藏經)』에 의거해서 그 권 번호와 페이지를 기재하였다.

AN. Aṅguttara-Nikāya. 5 Vols., PTS.

Cv. Cūḷavaṃsa. 2 Vols., PTS.

Dhp-a. Dhammapadaṭṭhakathā, 4 Vols., PTS.

DN. Dīgha-Nikāya. 3 Vols., PTS.

EĀ. Ekottarika-Āgama [增壹阿含經]. (T 125). Trans. Saṅghadeva 僧伽提婆

It. Itivuttaka, PTS.

Khp-a. Khuddakapāṭha-aṭṭhakathā = Paramatthajotikā I, PTS.

KN. Khuddaka-Nikāya, PTS.

Mil. Milindapañha, PTS.

SĀ. Saṃyukta-Āgama [雜阿含經]. (T 99). Trans. Guṇabhadra 求那跋陀羅

Sn. Suttanipāta, PTS.

Sn-a. Suttanipāta-aṭṭhakathā = Pj II. Paramatthajotikā 3 Vols., PTS.

T. Taishō Sinshū daizō kyō [大正新脩大藏經]

Th. Theragāthā, PTS.

Vin. Vinaya-piṭakaṃ. 5 Vols., PTS.

◆ 이차 문헌 SECONDARY LITERATURE

Anālayo (2015). *Compassion and Emptiness in Early Buddhist Meditation* (Cambridge, UK: Windhouse Publications).

Andersen KG, Rambaut A, Lipkin WI, Holmes EC, Garry RF (April 2020). "The proximal origin of SARS-CoV-2". *Nature Medicine*. 26 (4), pp.450-452.

Crosby, Kate (2014). *Theravada Buddhism: Continuity, Diversity, and Identity*, Chicester, UK: Wiley-Blackwell.

Cunningham, Alexander (1971). *Archaeological Survey of India* (Simla).

de Silva, Lily (1993). "Ministering to the Sick and Counselling the Terminally ill" in *Studies on Buddhism in Honour of Professor A.K. Warder*, N.K. Wagle et al (ed.), Toronto: University of Toronto, Center for South Asian Studies, pp.29-39.

Gethin, Rupert (2008). *Foundations of Buddhism*, Oxford & New York: OUP.

Lamotte, Étienne (1988), *History of Indian Buddhism: From the Origins to the Śaka era* (tr. by Sara Webb-Boin), Louvain-Paris: Peeters Press.

Piyadassi Thera (2019), "The Seven Factors of Enlightenment" in *Collected Wheel Publications: Volume 1: Numbers 1 - 15* by Ven. Piyadassi Thera, Helmuth von Glasenapp, Jayatilleke K.N., Spencer F. Robert, Shu Wu, David Maurice, Nyanaponika Thera, Ñanamoli Thera, Soma Thera, Sister Vajira, Seattle, WA: BPS Pariyatti Editions, pp.1-26.

----- (1975), *The Book of Protection (Paritta)*, Kandy: BPS.

Mahasi Sayadaw (1984), *Dhamma Therapy Revisited: Cases of Healing through Vipassanā Meditation*, Medan Taiping: Sāsanārakkha Buddhist Sanctuary.

데미언 키온, 허남결 옮김 (2000), 『불교와 생명윤리학』, 서울: 불교시대사.

무착비구 아날라요, 이성동 윤희조 옮김 (2020), 『붓다의 영적 돌봄』, 서울: 씨아이알.

사사키 시즈카 (2011), 「인도불교에서의 의료」, 불교와 사상의학연구회, 『불교의 마음챙김과 사상의학』, 서울: 운주사.

<https://www.indiatoday.in/world/story/sri-lanka-offers-buddhist-prayers-to-combat-covid-coronavirus-1655955-2020-03-16> (검색일: 2021-09-01)

<http://news.bbsi.co.kr/news/articleView.html?idxno=3003427> (검색일: 2021-09-09)

Early Buddhism's Responses to COVID-19 Pandemic

Within this paper I discuss Early Buddhism's responds to the COVID-19 pandemic. In response to the pandemic, early Buddhists practice meditation, paritta chanting, and cultivating loving-kindness and compassion, to relieve their anxieties, to feel relaxed and secure, to pray for an end to the pandemic. Meditation has not only been thought to relieve stress and increase resilience, but also to directly heal physical ailments. For example, meditating on the seven factors of awakening (satta bojjhaṅga) and meditating on ten perceptions (dasa saññā) are described as an illness-dispelling practice in a number of early Buddhist texts. In the early Buddhist and Theravāda traditions, specific texts have long been chanted as parittas, safeguards against pandemic diseases. In particular, the Ratana-sutta have been thought to have the power to overcome disease and maintain health due to the magical powers of the source text. A third important theme in Early Buddhism's response to COVID-19 is the emphasis on universal love (mettā) compassion (karuṇā) for the sick. The patient's gratitude for the nurse and the nurse's altruistic act helps the patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) recover quickly. The patient and the general public should be compassionate to the medical staff who treat them, and should actively follow the rules of prevention, and the medical staff and government should care for the patient and the general public with universal love and compassion. Since the main cause of COVID-19 is human's excess desire, which is the First Truth of the Four Noble Truths, the solution to COVID-19 is to practice the Noble Eightfold Path with universal love and compassion. Here the path is a middle way of moderation. For this reason, we should pay our attention to traditional buddhist values such as wanting little (appicchatā) and content (santutṭhitā).

Keywords : COVID-19, Pandemic, Contemplation of the Awakening Factors, Contemplation of Ten Perceptions, Paritta Chanting, Universal love (mettā), Compassion (karuṇā), Ministering to the Sick

「팬데믹에 대한 불교적 대응: EBTs와 남전의 주석서를 중심으로」 에 대한 논평

우명주 / 동국대

인류가 전염병으로 인해 고통받는 것은 반복되는 역사적 사건이라고 할 수 있다. 14세기에는 페스트(Pest)가 발생하여 페스트 이전 4억 5천만 명 정도로 추산되던 세계 인구가 그 이후에는 3억 5천만 명~3억 7,500만 명 정도로 거의 1억 명이 줄었다고 한다. 20세기에는 스페인 독감으로 알려진 1918년 인플루엔자 범유행으로 세계 1차 대전의 사망자보다 더 많은 숫자의 인구가 사망하기도 했다. 그러나 과학이 극도로 발달하고 위생 수준이 현저히 높아진 현대에 전 세계적 팬데믹이 발생하고 이토록 오랜 기간 인류가 어려움을 겪고 있는 작금의 현실은 매우 당혹스러운 일임이 분명하다. 예상하지 못한 바이러스의 창궐 앞에서 전 세계가 고통받고 있으며 발표자의 말처럼 불교는 이런 인류의 고통 앞에서 나름의 해법을 제시해야만 한다. 특히 불교는 인간의 고통과 그 해결에 초점을 두고 있는 종교이므로 현재의 전 인류적 고통 앞에서 결코 침묵하거나 방관할 수 없는 입장이라고 할 수 있다.

발표자는 발표문에서 팬데믹에 대한 불교적 대응, 특히 초기 불교 문헌에 등장하는 불교적 대응에 대해서 논하고 있다. 논자가 제시한 대응법은 크게 명상과 빠릿따(paritta) 암송을 실천하는 것과 환자에 대해 자애와 연민의 태도를 가지는 것으로 나눌 수 있다고 하겠다.

특히 초기 불교 문헌에서 질병을 퇴치하는 실천으로서 7각지(七覺支, satta-bojjhaṅga)에 대한 명상을 들고 있는데 간략하게라도 7각지의 각 요소에 대한 설명과, 그것에 대한 명상이 어떠한 것인지에 대한 설명이 없어 이 분야를 전공하지 않은 논평자의 역량으로는 구체적인 이해에 어려움이 있었다. 7각지에 대한 명상이 불교의 근본 목표인 깨달음의 성취에 있어서도 반드시 필요한 수행법이겠지만 이 발표문에서는 이 7각지에 대한 명상법을 질병의 퇴치라는 현실적인 목표와 효능을 가진 실천법으로 제시하고 있다는 점에서 그것의 구체적인 설명이 필요해 보인다. 특히 발표자는 7각지에 대한 명상과 이 후 제시한 열 가지 인식(dasa sannā)에 대한 명상이 인체의 면역력을 증가시켜서 코로나바이러스의 감염을 예방하거나 코로나바이러스로부터 치유되는 효과를 기대할 수 있다고 구체적으로 제시하고 있는 바, 간략하게나마 이 명상의 실천법과 인체에 미치는

영향과의 관계에 대한 설명을 부탁드립니다. 또한 발표자는 7각지를 계발하는 과정에서 마음챙김(sati)이 가장 근본적인 요소로서 작동하며 그 역할이 이미 깨달음을 성취한 사람에게도 발휘될 뿐만 아니라 깨달음을 성취하고자 하는 사람에게도 잠재적인 가능성을 열어주어 신체적 질병의 치료에 탁월한 능력을 발휘한다고 언급했다. 역시 이 설명을 통해서도 마음챙김의 작동, 역할, 질병 치료와의 연관을 명확하게 이해하기가 어려워 좀 더 구체적인 설명의 필요성이 느껴졌다.

또한 발표자는 코로나 19 유행의 초기불교적 대응으로 초기 불교와 테라와다 전통에서 질병이나 악령의 해코지나 다른 여러 위험들로부터 보호를 받고 복을 가져오기 위해 독송되어온 경인 빠릿따 암송을 언급하며 구체적으로 「라따나 슷따(Ratana-sutta)」를 소개하고 있다. 그러나 대승불교와 한역 경전 문화권인 한국에서는 빠릿따나 라따나 슷따는 다소 생소한 경이라고 할 수 있다. 초기불교의 대처법에 덧붙여 약사경(약사유리광 여래본원공덕경)과 같은 유사한 역할의 대승경전을 소개했다면 한국 불자들에게 도움이 되지 않았을까 생각한다. 또한 빠릿따 암송을 통해 삼보의 공덕을 칭송하며 질병이 초래한 불안과 공포를 제거하였다고 언급하였는데 이런 기능은 대승불교에서 부처님의 명호를 부르는 칭명염불(稱名念佛) 수행에서도 기대할 수 있다고 본다. 물론 발표문의 주제에 따라 초기불교 경전에 내용을 한정하는 것이 당연하고 대승불교의 경전을 소개하는 것은 논지에서 벗어나는 일이겠지만 현재의 한국 상황에서 본 발표문이 더 실용적 의미를 가지기를 바라면서 조심스럽게 제언한다.

또한 빠릿따 암송의 효과를 설명함에 있어 빠릿따 암송이 완전한 효능을 지닐 수 있게 하기 위해 반드시 구축되어야 하는 조건에 대해서도 언급이 되었다면 빠릿따 독송의 효용성을 더 부각시킬 수 있으리라 생각한다. 빠릿따는 그 경전을 어느 한 자도 빠뜨리거나 틀리지 않게 정확히 독송하고 독송하는 경전의 의미를 잘 이해하며 독송 시에 선한 의지와 자애의 마음을 가지고 독송할 때¹⁾ 제대로 된 효능을 발휘한다고 할 수 있다. 발표자는 COVID-19에 대한 초기불교적 대응의 세 번째 방안으로 환자에 대한 자애(mettā)와 연민(karuṇā)의 중요성을 언급하고 있는데 환자에 대한 태도에서만 아니라 빠릿따 독송에서도 자애와 연민이 큰 비중을 차지하고 있음을 위의 내용을 통해 알 수 있다. 발표자가 언급하듯이 자애와 연민의 정신의 정신은 빠릿따로 독송되는 많은 텍스트들의 저변에는 면면히 흐르고 있다. 나아가 빠릿따의 내용에서만 아니라 빠릿따 암송이 제 기능을 발휘하게 하는데 있어서도 자애와 연민이 큰 역할을 하고 있음을 보여준다면 그 중요성이 더욱 부각될 것이라 생각한다.

현재 코로나 상황이 종식되지 않은 상황에 대해서는 아직도 많은 우려가 남아있으나 코로나 19 바이러스 자체에 대한 초기의 혼란과 막연함에 대해서는 다소 벗어났다고 할 수 있다. 그러나 이 사태를 종식시킬 것으로 기대한 백신이 오히려 불안감의 원인이 되고 있는 것이 현재 당면한 새로운 어려움이다. 불안이라는 것은 불교에서 말하는 세 가지 독, 탐욕(貪)과 성냄(瞋)과 어리석음(癡) 중에서 어리석음에 해당한다고 할 수 있다. 물론 발표자께서 말씀해주신 코로나 19 바이러스

1) <http://www.ibulgyo.com/news/articleView.html?idxno=210272>(검색일: 2021-10-10)

에 대한 초기불교적 대응이 백신이 야기한 불안에도 동일하게 적용할 수 있는 해결책이겠지만 특별히 이런 심리적 불안에 대한 다른 초기불교의 대응책이나 명상법이 있다면 소개를 부탁드립니다.

논평을 정리하자면, 7각지에 대한 명상과 열 가지 인식(dasa sanna)에 대한 설명과 이것이 코로나 바이러스의 신체적 치유에 있어 구체적으로 어떻게 작동하는지, 마음챙김은 어떻게 신체적 질병의 치료에 탁월한 능력을 발휘하는지에 대한 설명을 요청드린다. 또한 이 역시 코로나 바이러스 관련 문제의 일환이기는 하지만 현재 이슈가 되고 있는 백신에 대한 불안감과 관련한 특별한 초기불교적 대응책이 혹여 있는지 알고 싶다.



제 2주제

코로나-19 팬데믹 시대, 정서불안에 대한 불교적 모색
- 사심사관을 중심으로 -

안 환 기 / 서울불교대학원대학교

코로나-19 팬데믹 시대, 정서불안에 대한 불교적 모색

- 사심사관을 중심으로 -

안 환 기 / 서울불교대학원대학교

I. 머리말

본 논문은 코로나-19 팬데믹 사태가 장기화되면서 우리 마음에 생겨난 불안의 문제를 불교 관점에서 고찰하고 그 해결방안을 유식학의 사심사관(四尋伺觀)의 견지에서 모색하고자 한다.

코로나-19로 우리의 일상생활은 마스크착용이 필수가 되었고 지인과의 만남이 예전과 달리 자유롭게 못한 상황이다. 코로나 확진자가 발생한 시장, 상점, 카페는 한동안 접근을 할 수 없다. 그리고 그곳에서 종사하던 상인들은 비확진 판정을 받았음에도 격리를 해야 하는 사태가 생겨났다. 코로나-19는 행동의 제약과 경제적 어려움을 낳고 있다. 이 때문에 사람들의 마음속엔 미래에 대한 불안감이 자리를 잡고 있다.

한국보건의료원이 온라인과 모바일을 통해 설문조사는 우울과 불안 지표가 코로나-19 유행 전보다 큰 폭으로 악화하였음을 보여준다.¹⁾ 코로나-19 대유행으로 우울, 불안, 자살 생각 등 정신건강 문제가 전 연령과 계층에서 심각한 상황으로 나타났다. 이 결과는 우리가 대부분 느끼고 있는 마음의 상태를 통계자료로 선명하게 보여주고 있다. 그리고 현 상황과 앞으로의 대안에 대한 논의도 이어졌다. 한국뇌연구원(KBRI)이 주최한(2021년 3월 25일) ‘내일을 준비하는 뇌연구 공동 포럼’에서 ‘코로나 시대 정서장애 연구 중요성과 의의’를 주제로 발표한 안용민은 “코로나 19 장기화로 경제·정서적 어려움이 누적될 시 최악의 우울 증상 유발단계로 넘어갈 수 있다. 이 상황에 대한 대책을 세워놓지 않으면 상당히 어려운 상황에 직면할 것”이라는 의견을 제시한 바 있다.²⁾ 코로나-19 때문에 겪고 있는 이 상황은 전 세계가 공통으로 직면한 문제이다. 슬라보예 지젝(Slavoj Žižek, 1949~)이 그의 책에서 말했듯이 “우리는 지금 모두 같은 배에 타고 있다.”고

1) <https://www.joongang.co.kr/article/24131753#home> [2021.09.22].

2) <http://www.dailymedi.com/detail.php?number=867762> [2021.09.22].

할 수 있다.³⁾

현재 코로나-19에 감염된 사람뿐만 아니라 감염되지 않은 사람들도 감염과 격리에 대한 불안증이 남아 있는 것이 분명하다. 감염된 사람은 완전한 치유의 가능성에 대한 불안감과 가족을 비롯한 타인에게 전염시킬 수 있다는 염려가 클 것이다. 감염되지 않은 사람들 또한 자신도 코로나에 감염되어 격리될지 모르며, 이 때문에 발생하는 경제적·심리적 문제가 언제라도 생겨날지 모른다는 생각을 하게 된다.

현 상황에서 정서적 불안을 자세히 논하고 수행을 통해 그 불안을 해결하고자 시도했던 불교의 논의를 살펴보는 것은 매우 필요하다고 생각된다. 주지하듯이, 불교는 궁극적 목적인 해탈에 도달하기 위해 마음을 어지럽히는 번뇌의 양상을 다양하게 제시한다. 초기경전을 비롯한 아비달마 논서, 유식학 경전에서 불안은 마음을 어지럽히는 번뇌의 요소 가운데 하나로서 정의되고 있다.

본 논문은 정서불안이 불교경전에서는 어떻게 나타나고 있는지를 초기불교, 아비달마 논서 유식학을 중심으로 그 의미와 명칭을 살펴볼 것이다. 불안이 수행을 통해 어떻게 해소될 수 있는지를 분석하고 특히 유식학의 사심사관을 통해 마음의 변화 가능성을 탐색한다. 이를 토대로 현대 심리학에서 제시하고 있는 탈중심화와 비교분석을 통해 사심사관의 현대적 의미 또한 살펴보고자 한다.

II. 정서불안

1. 코로나-19 팬데믹과 불안

팬데믹 사태가 장기간 지속하면서 바이러스 감염에 대한 스트레스가 늘어나고 있다. 감염자가 여전히 나오고 있으며, 많은 사람이 백신을 접종했음에도 확진을 받은 이른바 ‘돌파감염’ 사례가 늘어나고 있다는 소식이 보도되고 있다. 코로나-19 바이러스에 노출되면 백신을 접종했다고 하더라도 아직 안심할 수 없음을 나타내고 있다. 타인과 일정한 거리를 유지해야 하고, 마스크를 반드시 착용해야 하며, 모임에 참가하는 인원수가 제한되면서 예전처럼 자유롭게 만남이 이루어지지 않은 상황은 우리에게 스트레스로 다가온다.

일반적으로 신체적·정신적 스트레스는 증상이 한때 나타났다가 그 원인이 없어지면 사라지는 것이 정상으로 알려졌다. 그러나 이번 코로나-19 사태처럼 장기적인 스트레스는 2차적인 정서불안을 유도해 더 심한 신체증상을 유발한다고 한다. 인간은 자신의 경험을 기억하고 앞으로의 일을 예측할 수 있어서, 스트레스 상황을 기억하고 다시 충격을 받을지도 모른다는 두려움과 위험이 가까이 있다는 불안 등을 더 강하게 느낀다는 것이다.⁴⁾ 예를 들면 물놀이하다가 깊은 곳에 빠

3) 슬라보예 지젝(2020), 『팬데믹 패닉』, 강우성 역, 북하우스, p.21.

져 공포를 경험했던 사람은 그러한 상황을 기억하기 때문에 물에 들어가기를 꺼리는 경향이 있다. 강물을 보기만 해도 자신이 경험한 내용이 떠올라 불안감이 밀려오는 경우가 그 예이다.

불교에서는 마음을 어지럽히는 요소를 번뇌로 본다. 다양한 번뇌 가운데 하나인 불안은 수행의 과정에서 제거해야 할 요소로 언급되고 있다. 특히 기억으로 마음에 떠오른 표상이 불안을 더욱 증대할 수 있음을 통찰하고 불안의 원인, 불안의 본모습이 무엇인지를 정견(正見)하는 수행이 강조된다. 마음을 집중하고 마음에 떠오르는 이미지[표상]를 정확하고 세밀하게 봄으로써 번뇌가 소멸한다고 한다. 불안은 번뇌의 한 요소로서 궁극의 경지에 도달하기 위해 없애야 할 대상이 된다.

2. 불교경전에 나타난 ‘불안’

본 논의에서는 불안은 불교에서 어떻게 표현되고 정의되는지를 살펴보고자 한다. 불교경전에서 불안은 팔리어로 우땃짜(uddhacca), 범어로 아우따띠야(auddhatya)로 표현되며 도거(掉擧)로 한역되어 있다. 도거는 마음이 들뜨고 안정되지 않아 불안한 상태를 의미하며 번뇌의 요소로 정의되고 있다.⁵⁾

1) 초기 불교 경전의 불안

초기 경전인 『잡아함경(雜阿含經)』에서 불안은 오개(pañca nīvaraṇāni, 五蓋) 가운데 하나로 표현되어 있다. 오개는 번뇌를 분류하는 방식의 하나이며, 수행하는 데 장애가 되는 다섯 가지 번뇌를 의미한다. 여기에는 오욕에 집착하는 탐욕(貪欲), 성내는 진에(瞋恚), 마음을 흐리고 무겁게 하는 수면(睡眠), 마음이 흔들리고 근심 또는 후회하는 도회(掉悔), 의심하는 의(疑)가 있다.⁶⁾ 이 가운데 도회는 고요함을 벗어나 마음이 초조하고 불안하여 어찌할 바를 모르는 도[uddhacca]와 지난 일에 대해 후회(kukkucca)하는 것을 합해서 말한 것으로, 모두 불안정한 마음의 상태를 의미하기 때문에 함께 짝하여 부르는 것이라고 한다.⁷⁾ 사실, 지나간 일에 대해 후회하는 마음은 그렇게 하지 않았더라면 좋았을 것이라며 애태우고 불안해하는 마음의 작용을 말한다. 즉 걱정과 근심하는 마음이다. 이 두 가지[도와 회]는 모두 불안을 기반으로 한다고 보고 합하여 도회라 언급한 것으로 볼 수 있다.

또한, 불안은 『앙굿따라니까야(Aṅguttara Nikāya)』에서 열 가지 족쇄[十結, dasa-samyojan

4) <http://www.monews.co.kr> [2021.09.19].

5) 안환기(2021), 「‘번뇌’의 관점에서 본 ‘트라우마’ 증상: ‘도거(掉擧)’와 ‘혼침(昏沈)’을 중심으로」, 『인문사회 21』 제12권4호.

6) 『雜阿含經』 第26卷 第707經 「障蓋經」(T02, 189c).

7) Anālyo(2007), “Uddhaccakukkucca,” ed. W.G Weeraratne, *Encyclopaedia of Buddhism*, vol. VIII, Colombo: Government of Sri Lanka, p.390.

a) 가운데 하나로 분류되고 있다. 열 가지 족쇄는 수행하는 과정에서 제거해야 할 요소를 말한다. 여기에는 낮은 단계의 5가지 족쇄[오하분결(五下分結)]과 높은 단계의 5가지 족쇄[오상분결(五上分結)]이 있다. 불안은 오상분결에 속한다.⁸⁾ 앞에서 설명한 오장애의 도회가 불안 때문에 나타나는 감정의 불균형과 불편함을 의미한다면, 오상분결의 들뜸(uddhaccaṃ)은 수행의 과정에서 발생하는 미세한 현상에 더 가깝다고 한다. 오상분결은 아라한이 되어야 풀려나는 미세한 족쇄로 정의되고 있음을 고려할 때, 도구의 완전한 제거는 불교 수행의 최종목표와 연결되어 있다고 볼 수 있다.⁹⁾ 불안은 인간의 마음을 어지럽히는 번뇌로서 완전한 소멸이 상당히 어렵다는 것을 알 수 있다.

『상웃파니까야(Saṃyutta-Nikāya)』에서는 불안한 마음이 발생하고 확장되는 근거를 다음과 같이 설명하고 있다.

“비구들이여, 아직 생겨나지 않은 불안(uddhacca)과 후회(kukkucca)를 일어나게 하거나 이미 발생한 불안과 후회를 확대하거나 강하게 만드는 양분(āhāra)은 무엇인가? 비구들이여, 마음의 불안정(cetaso avūpasamo)이 있는데, 그것에 대해 이치에 맞게 주의를 기울이지 (ayoniso manasikāra) 못하는 것이, 아직 생겨나지 않은 불안과 후회를 일어나게 하거나, 이미 발생한 불안과 후회를 확대하거나 강하게 만드는 양분이다.”¹⁰⁾

이 경전은 마음이 고요(vūpasama)하지 않을 때 이 마음의 상태에 대해 마음이 적절하게 작용하지 않으면, 불안(uddhacca)이 생겨나고 더욱 커질 수 있다고 설명하고 있다. 불안정한 마음의 상태에는 그것을 일으키는 원인이 있다. 그 원인에 의해 마음에 여러 이미지(nimitta)가 생겨나고 그것이 또다시 마음을 불안하게 만들고 불안한 마음이 더욱 커지는 현상을 우리는 경험하게 된다. 따라서 이 경전에서는 불안한 마음의 현상에 대해 올바르게 주의를 기울이는 것[manasikāra, 作意, attention]이 불안과 후회를 제거하는 중요한 방법이라고 설명하고 있다. 즉 수행자는 장애의 표상과 그 원인에 대해 이치에 맞게 주의 기울여 불안과 같은 장애를 소멸해야 하는 것으로 설명하고 있다.

이상에서 살펴본 바처럼, 초기불교에서 불안은 오개와 열 가지 족쇄의 요소로 분류되고 있으며, 마음을 어지럽히는 번뇌로서 수행과정에서 제거해야 할 대상으로 간주되고 있다. 특히 마음이 안정되지 않을 때 그것에 대해 올바르게 주의를 기울이지 않으면 불안이 생겨나며 불안이 더욱

8) 낮은 단계의 5가지 족쇄[오하분결(五下分結)]는 유신견(sakkāyadiṭṭhi), 의심(vicikicchā), 계율과 의식에 대한 집착(silabbataparāmaṣo, 계금취견), 감각적 쾌락에 대한 욕망(kāmacchando), 악의(byāpādo) 등이다. 높은 단계의 5가지 족쇄[오상분결(五上分結)]는 색계에 대한 탐욕(rūparāgo), 무색계에 대한 탐욕(arūparāgo), 자만(māno), 들뜸(uddhaccaṃ), 무명(avijjā) 등이다(AN, X:13; 대림스님(2007), 『양곳따라니까야』 6권, 초기불전연구원, p.89).

9) 정민선·정준영(2020), 「초기불교 수행의 불안 제거 연구-우땃짜(uddhacca)와 마음챙김(mindfulness)의 제한적 상호관계-」, 『동아시아불교문화』 42집.

10) SN. V, 103 ; 전재성(2014), 『쌍웃파니까야』, 한국빠알리성전협회, p.1801.

증대될 수 있다고 설명하고 있음을 주목할 필요가 있다.

2) 아비달마의 불안

주지하듯이 『아비달마구사론(阿毘達磨俱舍論)』은 4세기 인도의 세친(世親, 316~396(?))이 지은 저서이다. 세친은 이 책에서 설일체유부의 교학 체계를 비판적으로 집대성하였다. 또한, 세친은 유식학의 『유식삼십송』, 『유식이십론』과 같은 저서를 짓기도 하였다.¹¹⁾

『아비달마구사론』에서는 마음을 심법(心法)과 심소법(心所法)으로 분류한다. 심법은 심왕으로서 인식의 주체를 말한다. 여기에는 전오식(前五識, 안식·이식·비식·설식·신식)과 제육의식(第六意識)이 있다. 그리고 심소법은 심왕에 의지해서 나타나는 마음의 작용을 말한다. 이것은 다시 6가지로 분류되고 있다. 대지법(大地法), 대선지법(大善地法), 대번뇌지법(大煩惱地法), 대불선지법(大不善地法), 소번뇌지법(小煩惱地法)이 부정지법(不定地法)이 그것이다.¹²⁾

이 가운데 불안[도거]은 대번뇌지법에 속한다. 대번뇌지법은 번뇌에 물든 마음속에 항상 존재하는 법을 의미한다. 여기에는 무지[癡], 태만[放逸], 게으름[懈怠], 확신없음[不信], 무기력[昏沈], 불안[掉擧] 등이 있다.¹³⁾ 불안을 의미하는 도거는 마음이 잔잔해지지 않는 것을 말한다.¹⁴⁾

『아비달마구사론』에서 불안은 또한 오개의 하나로 정의된다. 오개는 욕탐개(欲貪蓋), 진에개(瞋恚蓋), 혼면개(昏眠蓋), 도회개(掉悔蓋), 의개(疑蓋)이다.¹⁵⁾ 『아비달마구사론』에서도 앞에서 살펴본 초기불교와 같이 불안을 도회로 표현하고 있음을 확인할 수 있다.¹⁶⁾

한편 『아비달마품류족론(阿毘達磨品類足論)』에서는 도거를 다음과 같이 정의하고 있다.¹⁷⁾

-
- 11) 이종철(2015), 『구사론 계품·근품·파아품 - 신도 영혼도 없는 삶』, 한국학중앙연구원출판부, pp.5-6.
- 12) 『阿毘達磨俱舍論』 第4卷 (T29, 19a06-10), “向言心所。何者是邪。頌曰。心所且有五 大地法等異 論曰。諸心所法且有五品。何等為五。一大地法。二大善地法。三大煩惱地法。四大不善地法。五小煩惱地法。”
- 13) 『阿毘達磨俱舍論』 第4卷 (T29, 19b28-c03), “大煩惱地地名大煩惱地。此中若法大煩惱地所有名大煩惱地法。謂法恒於染汚心有。彼法是何。頌曰。癡逸怠不信昏掉恒唯染。”
- 14) 『阿毘達磨俱舍論』 第4卷 (T29, 19c), “掉謂掉擧。令心不靜。”
- 15) 『阿毘達磨俱舍論』 第二十一卷 (T29,110c05-06), “論曰。佛於經中說蓋有五。一欲貪蓋。二瞋 29n1558_p0110c06 || 恚蓋。三昏眠蓋。四掉悔蓋。五疑蓋。”
- 16) 앞에서 논한 초기불교의 오개와 비교해 볼 때, 초기불교의 수면개를 아비달마에서는 혼면개로 표현한 것 이외에는 차이가 없다. 『아비달마구사론』에서는 혼면개와 도회개에서 혼과 면 그리고 도와 회를 합하여 하나로 설정하는 이유에 대해 먹이[食]와 대치[治]와 작용[用]이 동일하기 때문에 [번뇌 자체는 다를지라도] 합하여 하나의 ‘개’로 설정한 것이라고 한다. ‘먹이’란 이를테면 [번뇌에] 먹히는 것[所食]을 말하며, 대치란 이를테면 능히 대치하는 것을 말한다. ‘작용’은 공능(功能)이라고 한다. 도회개의 먹이는 네 종류의 법으로서 다음과 같다. 첫째는 친지에 대해 생각하는 것[親里尋]이며, 둘째는 고국에 대해 생각하는 것[國土尋]이며, 셋째는 죽지 않는 것에 대해 생각하는 것[不死尋]이며, 넷째는 옛날에 겪었던 여러 가지 희롱과 환락과 친구들을 기억하는 것이다. 이를 대치하는 것은 사마타(奢摩他, amatha, 마음의 동요를 가라앉히는 선정, 止로 번역됨)이다(『阿毘達磨俱舍論』 第二十一卷 (T29,110c21-29)).
- 17) 『阿毘達磨品類足論』 (T26, 700b06-700b08), “掉擧云何? 謂心不寂靜。心不懼怕。心不寧謐掉動飄擧。心躁擾性。是名掉擧。”; 『阿毘達磨品類足論』은 부파불교의 설일체유부의 주요 아비달마 논서들 중의 하나로, 설일체유부의 논사인 세우(世友, Vasumitra, 1~2세기)가 저술한 논서이다. 이 논서는 설일체유부의 법유론(法有論)의 입장에서 문답 형식으로 불교 이론을 세밀히 해석하고 있는 논서로서, 부파불교의 교학 연

“도거(掉擧)란 무엇인가? 마음이 고요하지[寂靜] 않고 마음이 담박[愴怕]하지 않고 마음이 평온하지[寧謐] 않으며, 들뜨고[掉動] 흔들리고[飄擧] 마음이 떠들썩한 성품[心躁擾性]이니, 이것을 이름하여 ‘도거’라고 한다.”¹⁸⁾

『아비달마품류족론』은 도거의 특성을 마음이 고요하지 않으며, 깨끗하지 않고, 편안하지 않고, 들뜨고 흔들리며, 마음이 들썩이며 어지럽게 움직이는 현상으로 설명하고 있다. 마음이 작용하는 여러 현상 가운데 수행에 장애가 되는 도거를 세밀하게 논하고 있다는 특징을 보인다.

다른 한편, 설일체유부의 이론을 자세히 논하고 있는 『아비달마대비바사론』에서는 불안을 무명, 혼침과 함께 수행을 방해하는 작용이 강한 것으로 기술하고 있다. 즉 “무명과 혼침과 도거는 번뇌와 전(纏)에 속하면서 통하여 온갖 착하지 않는 마음과 상응하며 또 지(止)·관(觀)을 장애하는 세력과 작용이 강하기 때문에 다시 불선지(不善地)에 세운다.”¹⁹⁾고 한다. 초기불교 경전에서 도거가 아라한이 되어야 풀려나는 미세한 족쇄로 정의되고 있는 점을 생각해 볼 때, 설일체유부 또한 도거가 마음을 어지럽히는 요소로서 완전히 소거하는 것이 매우 어려운 것으로 보고 있음을 알 수 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이 아비달마불교에서 도거는 마음이 안정되지 않은 불안한 상태를 표현하고 있다. 또한, 수행을 장애하는 강력한 요소로 설명되고 있다는 점이 특징이 될 수 있다. 주지하듯이, 설일체유부는 현상의 구성요소를 5위75법으로 분류하고 있으며 법이 실체로서 존재한다는 생각을 보이고 있다. 법의 실체에 대한 이 관점은 이후 용수(龍樹, 150년경-250년경?)에 의해 비판을 받는다. 하지만 마음 현상을 설명하는 이러한 체계는 유식학으로 이어져 5위100법을 완성하는 계기가 된다. 다음은 유식학에서 도거는 어떻게 설명되는지를 살펴보자.

3) 유식학의 불안

주지하듯 유식학은 요가수행자들이 마음을 관찰하여 마음의 작용을 이론적으로 체계화한 것이다. 유식학은 붓다의 무아설을 이어받아 마음의 현상 또한 영원한 것이 아님을 다양한 관점에서 보여주고 있다. 번뇌의 요소인 불안[도거] 또한 영원한 존재가 아니며 단지 인연에 의해 생겨난 마음의 현상이라고 본다.

『유가사지론』에서는 도거를 오개(五蓋)의 하나로 보고 있다. 오개는 초기불교에서 수행을 장애하는 것으로 보고 있음을 앞에서 살펴본 바 있다. 『유가사지론』에는 탐욕개(貪慾蓋), 진에개(瞋恚蓋), 혼침수면개(昏沈睡眠蓋), 도거악작개(掉擧惡作蓋), 의개(疑蓋)로 분류하고 있다.²⁰⁾ 초기

구에서 매우 중요한 위치를 차지한다.

18) 『阿毘達磨品類足論』 第3卷 (T26, 700b06-08), “掉擧云何。謂心不寂靜。心不愴怕。心不寧謐。掉動飄擧。心躁擾性。是名掉擧。”

19) 『阿毘達磨大毘婆沙論』 第42卷 (T27, 220c), “唯有無明昏沈掉擧是煩惱纏。障止觀勝。復建立在不善地中。”

20) 『瑜伽師地論』 第8卷 (T30, 314c21-23), “蓋者五蓋。謂貪慾蓋。瞋恚蓋。昏沈睡眠蓋。掉擧惡作蓋。疑蓋。”

불교와 『아비달마구사론』, 『유가사지론』의 오개와 비교해 볼 때, 차례로 수면, 혼면, 혼침수면으로 도회, 도회, 도거악작으로 표현하고 있다. 도거악작에서 악작(kaukritya)은 이전에 잘못된 행위를 후회한다는 의미에서 회라고도 한다. 『성유식론』에 따르면, 행하지 않은 일[所不作業]에 대해 후회하게 하는 것도 오작(惡作) 또는 회(悔)의 마음작용에 포함된다.²¹⁾ 오개는 초기불교, 『아비달마구사론』, 『유가사지론』에 이르기까지 그 의미하는 바에는 차이가 없어보인다.

한편, 세친의 『유식삼십론송』에서 ‘도거’는 수번뇌심소(隨煩惱心所) 가운데 하나로 분류되고 있다.²²⁾ 수번뇌심소는 근본번뇌인 탐잔치를 따라 일어나는 2차적 번뇌를 일컫는 말이다. 수번뇌는 독립적으로 작용하지 않고, 근본번뇌의 작용에 의해 동류(同類)로서 이끌려 일어나며 근본번뇌와 함께 작용한다. 따라서 어떤 근본번뇌가 끊어질 때 그 근본번뇌와 함께 작용하고 있던 수번뇌도 동시에 끊어진다. 특히 도거(掉擧) 등 8가지 수번뇌심소[도거(掉擧)·혼침(昏沈)·불신(不信)·해태(懈怠)·방일(放逸)·실념(失念)·산란(散亂)·부정지(不正知)]는 오염된 마음 즉 ‘불선심과 유부무기심’에 두루하기 때문에 대수번뇌심소(大隨煩惱心所)라고 부른다.²³⁾ 『아비달마구사론』에서 도거가 대번뇌지법으로 분류된 것처럼 『유식삼십론송』에서는 대수번뇌심소로 분류하고 있다.

『성유식론』에서는 도거를 다음과 같이 정의하고 있다.

무엇이 ‘도거(掉擧)심소’인가? 심왕으로 하여금 대상에 대해서 고요하지 않게 함을 체성으로 삼는다. 능히 행사(行捨)와 사마타(奢舉他)를 장애함을 업으로 삼는다.²⁴⁾

유식학에서 도거는 마음에 나타난 이미지를 인식하는 주체 즉 심왕이 평안하고 고유한 상태를 유지하지 못하게 하는 작용을 하는 것으로 설명하고 있다. 예를 들면 과거에 즐거웠던 일을 기억하고 그것이 마음에 이미지로 떠올랐을 때, 근본번뇌인 탐심이 일어나면서 도거의 작용이 따라 일어나 인식의 주체가 흥분을 하고 들뜨는 상태 즉 불안한 상태가 되도록 한다는 것이다. 도거심소는 적정하지 않게 하는 특징을 지닌다고 본다. 따라서 사마타 수행을 장애하는 역할을 한다는

21) 『成唯識論』 第6卷 (T31, 35c11-14), “悔謂惡作。惡所作業追悔為性。障止為業。此即於果假立因名。先惡所作業後方追悔故。悔先不作亦惡所攝。如追悔言我先不作如是事業。是我惡作。”

22) 『唯識三十論頌』 (T31), 12송-14송, “隨煩惱謂念、恨、覆、惱、嫉、慳、誑、諂與害、憍、無慚及無愧、掉擧與昏沈、不信并懈怠、放逸及失念、散亂、不正知。”; *Triṃśikāvijñaptikārikāḥ*, Digital Sanskrit Buddhist Canon Project of Nagarjuna Institute Nepal and University of the West, Rosemead, California, USA, <http://www.dsbcproject.org/canon-text/content/337/1390> [2021.10.01], “mrakṣaḥ pradāśa īrṣyārtha mātsaryaṃ saha māyayā ||12|| śāṭhyaṃ mado 'vihimsāhrīratrapā styānamuddhavaḥ | āsraddhamatha kausīdyam pramādo muṣitā smṛtiḥ ||13|| vikṣepo 'samprajanyaṃ ca kaukrīyaṃ middhameva ca | vitarkaśca vicāraścetyupakleśā dvaye dvidhā ||14||”

23) 『成唯識論』 第6卷 (T31, 33a28-33b08), “諸隨煩惱其相云何。頌曰。隨煩惱謂念 恨覆惱嫉慳 誑諂與害憍 無慚及無愧 掉擧與昏沈 不信并懈怠 放逸及失念 散亂不正知。論曰。唯是煩惱分位差別。等流性故名隨煩惱。此二十種類別有三。謂念等十各別起故名小隨煩惱。無慚等二遍不善故名中隨煩惱。掉擧等八遍染心故名大隨煩惱。”

24) 『成唯識論』 第6卷 (T31, 34a7-8), “何掉擧? 令心於境不寂靜為性。能障行捨、奢摩他為業。”

것이다.²⁵⁾

『解深密經』에서는 도거가 수행을 하는 데 장애가 된다고 본다. 이를 다음과 같이 표현하고 있다.

“세존이시여, 5개(蓋) 가운데 몇 가지가 사마타의 장애이며, 몇 가지가 비발사나의 장애이며, 몇 가지가 모두의 장애입니까? 선남자여, 도거악작(掉舉惡行)은 사마타의 장애요, 혼침수면(昏沈睡眠)과 의(疑)는 비발사나의 장애요, 탐욕[曠]과 성냄[恚]은 모두의 장애이다.”²⁶⁾

초기불교와 설일체유부에서 도거가 수행을 방해하는 요소로 언급되었듯이 유식학에서도 도거는 사마타 수행을 방해하는 것으로 정의되고 있다.

한편 『성유식론』에서는 선심소인 행사(行捨)심소를 통해 도거를 다스리는 방법을 다음과 같이 설명하고 있다.

무엇이 ‘행사(行捨)심소’인가? 근(勤)과 세 가지 선근이 심왕으로 하여금 평등하고 걱정하며 작용[功用]이 없이 머물게 함을 체성으로 삼는다. 도거(掉舉)를 다스려서 고요히 머물게 함을 업으로 삼는다. 네 가지 법이 심왕에서 도거 등의 장애를 멀리 여의어서 고요히 머물게 하는 것을 행사(行捨)라고 부른다.²⁷⁾

행사심소는 혼침과 도거로 기울지 않은 평정을 이루게 하는 심리작용이다. 행사는 정진[勤]과 무탐, 무진, 무치와 같은 선근(善根)이 마음을 적정하게 하는 작용을 한다. 그리고 들뜨고 불안한 마음의 현상을 의미하는 도거심소를 고요하게 하는 작용을 한다. 불안을 가리앉히는 방법으로서 유식학에서는 행사와 같은 선심소를 언급하고 있다는 것을 주목할 필요가 있다. 또한 『성유식론』에서는 선심소인 불방일이 마음에 있는 오염된 요소를 제거하고 이어서 행사 심소가 인식의 주체가 되는 심왕이 고요하게 머물게 하는 작용을 한다고 설명하고 있기도 하다.²⁸⁾

이상에서 불안[도거]의 의미를 살펴보았다. 불안은 마음이 고요하고 편안하지 않은 상태를 의미하며, 수행의 장애가 되는 요소로 정의되고 있다. 특히 유식학은 도거작용이 심소법으로서 심왕이 고요한 상태로 유지하지 못하도록 한다고 분석하고 있으며, 선심소를 통해 도거작용을 다스린다고 보고 있다는 것 또한 특기할 만하다.

다음은 유식학에서 수행계위로 제시하고 있는 수행5위 가운데 가행위 과정에서 인식의 대상

25) 『成唯識論』 第6卷 (T31, 34a7-19).

26) 『解深密經』 第3卷 (T16, 701c06-12), “世尊! 於五蓋中, 幾是奢摩他障? 幾是毘鉢舍那障? 幾是俱障? 善男子! 掉舉惡作是奢摩他障; 昏沈睡眠、疑, 是毘鉢舍那障.”

27) 『成唯識論』 第6卷 (T31, 30b21-24), “云何行捨? 精進、三根令心平等, 正直無功用住爲性。對治掉舉靜住爲業。謂即四法令心遠離掉舉等障, 靜住名捨。”

28) 『成唯識論』 第6卷 (T31, 30b24-28), “平等正直無功用住, 初中後位辯捨差別。由不放逸先除雜染, 捨復令心, 寂靜而住。此無別體。如不放逸, 離彼四法無相、用故 能令寂靜即四法故。所令寂靜即心等故。”

의 본질을 통찰하여 번뇌를 소멸하는 과정을 구체적으로 보여주는 사심사관을 살펴보고 특히 불안의 해소방법을 탐색하고자 한다.

Ⅲ. 사심사관(四尋伺觀)

1. 사심사관의 의미와 기원

사심사관이란 명(名)·의(義)·자성(自性)·차별(差別)의 4가지를 일컫는 말이다. 즉, 마음에 떠오른 이미지[義]와 그것을 표현한 명칭[名], 그 이미지만의 특성[自性], 다른 것과의 차별(差別)은 영원한 존재 즉 실체로서 존재하지 않음을 통찰하는 관법을 말한다.²⁹⁾

이것은 유식학의 수행5위 가운데 가행위에서 이루어진다. 수행5위는 자량위(資糧位), 가행위(加行位), 통달위(通達位), 수습위(修習位), 구경위(究竟位)를 말한다.³⁰⁾ 자량위는 선근과 공덕을 쌓아 수행에 필요한 자질을 함양하는 단계이다. 그리고 가행위는 수행에 힘을 가하여 정진하는 단계이다. 이어서 통달위는 무루지(無漏智)를 얻어 진여를 체득하는 단계이다. 다음 단계인 수습 위에서는 아직 미세하게 남아 있는 번뇌의 습기(習氣)를 제거하게 된다. 마지막으로 구경위는 붓다의 경지를 증득하는 단계이다.

가행위에서 이루어지는 “사심사관은 명칭·대상·자성·차별이 가유(假有)이며 실체로서 존재하는 것이 아님을 관찰하는 것이다. 그리고 이 네 가지도 식(識)을 떠나 있거나 식으로서 실재하는 것도 아님을 사실 그대로 두루 아는 것을 여실지(如實智)라고 부른다.”³¹⁾ 사심사관은 마음에 떠오른 이미지, 그것을 표현한 언어, 이미지의 본성, 그리고 차별이 모두 무아(無我)임을 바르게 보는 것을 말한다. 그리고 사여실지관은 이미지가 마음과 분리된 것도 아니고 그렇다고 마음 그 자체도 아님을 있는 그대로 통찰하고 이를 통해 인식하는 주관 그 자체도 무아임을 증득(證得)하는 것을 말한다.³²⁾ 유식학은 수행을 통해 마음에 떠오른 이미지[所緣]를 실마리로 하여 가행위 그리고 수행위를 거쳐 번뇌를 소멸하는 과정을 조명하고 있다.

이상의 의미를 가진 사심사관의 기원은 『유가사지론(瑜伽師地論)』 「본지분」의 〈문소성지(問所成地)〉에서 찾을 수 있다.³³⁾ 이 문헌에서 사심사관이 처음 나타난다. 그런데 여기서의 사심사관의 의미에 대해 자세한 설명을 하지 않고 다만 그 요소만을 소개하고 있을 뿐이다.³⁴⁾

29) 사심사관 가운데 의(義)는 『대승장엄경론』과 『섭대승론』에서 수행대상으로 정착되어 이후 『성유식론』에 그대로 이어져 유식 5위 중 가행위의 수행법으로 전승된 것으로 볼 수 있다(김성철, 2004).

30) 『成唯識論』(T31, 48b11-49a22).

31) 『成唯識論』(T31.0049b02-03), “四尋思者尋思名義自性差別假有實無。如實遍知此四離識及識非有名如實智。”

32) 안환기(2021), 앞의 논문.

33) 『瑜伽師地論』(T30, 345b).

34) 『瑜伽師地論』(T30, 345b26-345c01), “復有四尋思。謂名尋思。事尋思。自性假立尋思。差別假立尋思。復

사심사관을 구체적으로 설명하는 문헌은 『유가사지론』 「본지분」의 〈보살지(菩薩地)〉이다. 〈보살지〉에서는 우리가 행하는 잘못된 분별을 8가지로 분류하여 설명한다. 그리고 각 분별을 이해하고[了知] 없애는 방법으로 사심사관과 사여실지관을 제시하고 있다. 8가지 분별은 자성분별(自性分別), 차별분별(差別分別), 총집분별(總執分別), 아분별(我分別), 아소분별(我所分別), 애분별(愛分別), 비애분별(非愛分別), 피구상위분별(彼俱相違分別)을 말한다.³⁵⁾

자성분별은 인식의 대상으로 나타나는 책상을 ‘이것은 책상이다’라고 파악하는 것과 같이 어떤 것[책상]을 어떤 자성[책상의 자성]을 가진 것으로 확정하여 파악하는 것이다. 차별분별은 인식의 대상인 책상이 사각형 또는 원형으로 이루어진 것이며 나무 또는 철로 만들어진 것이라고 구분하는 것을 말한다. 즉 자성분별을 근거로 하여 그것의 특수한 의미를 분별하는 것을 말한다. 총집분별이란 집합적인 사물에 대하여 개념을 매개로 하여 단일한 것으로 인식하는 것이다. 예컨대 군사가 모인 집합인 군대, 나무와 풀 등으로 이루어진 숲과 같이 많은 것이 모여져서 만들어진 집합을 군대나 숲과 같은 개념을 통해 단일한 것으로 인식하는 것을 말한다. 아분별은 ‘이것은 나이다’라고 생각하는 것을 말하며, 아소분별은 ‘이것은 나의 것이다’라고 분별하는 것이다. 아분별과 아소분별은 각각 유신견과 아만이라는 사태를 낳는다고 한다. 그리고 애분별은 좋아하는 것에 대한 분별을 말하며, 비애분별은 좋아하지 않는 것에 대한 분별을 말한다. 구상위분별은 좋아하거나 좋아하지 않는 그 양자가 없는 것을 인식대상으로 하는 분별이다. 애분별은 탐, 비애분별은 진, 구상위분별은 치를 산출한다고 한다. 『유가사지론』에서는 이 여덟 가지 분별로부터 염오(染汚)가 생겨나며, 이 염오에 의해 인간은 윤회의 세계를 맴돈다고 한다.³⁶⁾

유식학은 이와 같은 분별을 통해 인간이 자신의 삶을 만들어간다고 본다. 그리고 자신과 자신이 만들어내는 현상을 정확히 알도록 사심사관을 제시하고 있다.

2. 사심사관에 의한 불안[도거] 통찰

현재 코로나-19 감염이 계속 이어지고 있는 상황에서 우리 마음에 존재하는 불안[도거]을 불교는 어떻게 정의하고 소멸시키고자 했는지를 고찰하였다. 본 논의에서는 사심사관에 초점을 맞추어 불안증의 해결방안을 탐색하고자 한다.

앞에서 살펴본 바로는 불교문헌에서 불안은 마음이 고요하지 않은 상태에서 비롯되는 것으로

有四如實遍智。謂名尋思所引如實遍智。事尋思所引如實遍智。自性假立尋思所引如實遍智。差別假立尋思所引如實遍智。”

35) 『瑜伽師地論』(T30, 489c-490c).

36) 『瑜伽師地論』(T30, 489c-490c); 『瑜伽師地論』의 분별개념은 세간의 유전문(流轉門)을 설명하는 데 국한되지만, 본지분 「유심유사 등 삼지」를 거치면서 분별개념은 출세간지를 제외한 삼계의 삼심소라는 개념으로 확대된다. 나아가 『瑜伽師地論』 〈五事章〉 단계에서는 『瑜伽師地論』에서 분별 개념에 포함되지 않았던 사심사를 분별의 범주에 포함한다. 이 사심사는 여러작의와 상응하는 분별로 간주한다. 분별이 일상적 대상에 대해 작용할 때는 염오와 윤회 등 유전문을 이루지만, 법의 수습이라는 유가행의 과정에서는 그것을 극복하는 역할을 하기도 하는 것이다. 이로써 환멸문의 측면도 가진다(김성철, 2004).

보고 있다. 특히 초기불교 문헌, 아비달마문헌, 유식학에서 불안은 오개 가운데 도회로 표현되었다. 도회는 마음이 초조하고 불안하여 어찌할 바를 모르는 도와 지난 일에 대해 후회를 하는 회[악작]가 결합한 것으로 마음을 어지럽히는 번뇌 가운데 하나이다. 아비달마와 유식학에서는 각각 대번뇌지법, 대수번뇌심소의 요소로 언급되며 도거로 표현되고 있다. 모두 마음이 편안하지 않으며 불안한 상태를 의미한다.

불안은 고대뿐만 아니라 현대인에게도 중요한 문제이다. 특히 코로나-19가 장기화하면서 자신도 감염될지 모른다는 두려움은 전 인류의 문제가 되었다. 감염자의 현황을 알려주는 뉴스나 인터넷에 올라온 글을 보고 그 사태의 심각성을 인지한 우리의 마음에는 불안이 생겨난다. 예컨대 감염되면 고립되어 치료를 받아야 하고 죽음에 이를 수 있다는 생각은 마음을 불편하게 한다. TV를 통해 타인의 경험을 알게 되고 그 내용이 자신의 마음에 이미지로 떠오르게 된다. 그리고 그 이미지에 부정적인 해석을 하면서 불안감이 더욱 커지게 된다.

이러한 마음 현상은 분별에 의한 것으로 해석될 수 있다. 앞에서 살펴본 『유가사지론』의 8종 분별은 마음의 분별현상을 구체적으로 분류하여 어떻게 번뇌가 되는지를 보여준다. 불안은 번뇌로서 편안한 생활을 하는 데 장애가 된다. 불안은 감각기관을 통해 수용된 정보에 대해 자신이 기억하고 있던 내용으로 분별하는 과정에서 더욱 증대되는 것이라고 할 수 있다. 예를 들면, 코로나-19 감염 증상에 대한 정보를 듣게 되었을 때, 나 자신도 감염되어 격리될 수 있으며 더 나아가 나 자신이 이 세상에서 사라질지도 모른다는 생각은 불안감을 증대시킨다. 나는 언제나 지금의 모습으로 존재할 것이라는 아분별에 의해 일상생활을 하던 중, 나 자체가 사라질 지도 모른다는 생각은 나를 불안하게 한다. 또한, 코로나-19 감염으로 나의 것[아소분별]으로 생각하고 있던 나만의 공간을 떠나야 하고 나의 일이 중단되어 경제적 어려움에 봉착할지도 모른다는 생각이 불안을 일으키는 요인이 된다. 내가 사랑하는[애분별] 가족, 친구가 나에게서 멀어질 것 같은 두려움, 일상의 스트레스를 잠재울 수 있는 취미나 여행을 자유롭게 하지 못함으로써 자신이 하고자 하는 일이 잘 이루어지지 않아 그 파급효과가 클 것 같다는 불안은 모두 분별로부터 생겨나는 것이라고 할 수 있다.

유식학의 사심사관은 마음에 떠오르는 이미지에 집중하고 그것의 본성을 통찰하여 불안과 같은 번뇌를 소멸하고자 하는 방법이다. 즉 사심사관은 마음에 떠오른 이미지[義]와 그것을 표현하는 이름[名]이 영원하지 않음을 통찰하는 방법이다. 유식학에서는 이미지를 언어로 표현하고 그것이 실체로서 영원히 존재한다는 인지왜곡이 불안감을 더욱 가중시킨다고 본다. 따라서 사심사관을 통해 이미지와 그것을 표현하는 언어가 허망하다는 것을 관찰함으로써 여실지를 깨달아 얻고자 한다. 이를 구체적으로 살펴보자.

우선 사심사관의 명심사는 명칭에 의식을 집중해서 다만 명칭일 뿐 그것은 영원하지 않음을 통찰하는 것이다. 예를 들면, 코로나-19 때문에 생겨난 스트레스를 해결하지 못해 일의 성과가 제대로 나오지 않았을 때, 내가 소속한 공동체 속에서 나의 명예가 실추되지 않을까 하는 불안이 생겨날 수 있다. 이때 내가 중요시했던 명예라는 명칭은 다만 이름일 뿐이며 그것에 집착해서 번

뇌가 생겨난다는 것을 통찰하는 것을 말한다. 이를 통해 불안은 불안의 감정일 뿐임을 관찰[명심 사]한 후 그 감정은 경험한 그 사건을 나타낸 하나의 방편이었음을 아는 지혜[名尋思所引如實智]를 얻고자 하는 것이다.³⁷⁾

사심사는 명칭이 붙여진 인식의 대상 또한 영원히 존재하는 것이 아님을 관하는 것이다. 일상 생활 속에서 우리는 인식의 대상이 나의 것이라는 착각, 그리고 그것에 대해 집착을 하면서 살아 간다. 내가 좋아하는 사람을 내가 원할 때마다 만나고 싶고 그를 나만의 존재로 여기고 싶지만, 현재 코로나-19 팬데믹 상황에서는 그렇게 하지 못한다. 감염의 위험이 있기 때문이다. 이 때문에 그가 나를 떠날 것 같은 불안감이 생겨날 수 있다. 사심사는 인식의 대상 또한 영원한 존재가 아님을 통찰하고 그것에 대한 집착을 없애는 방법이다. 불안감은 영원히 나의 것으로 만들려고 하는 욕망에서 비롯되며 그러한 마음은 인식의 대상을 있는 그대로 통찰함으로써 사라진다는 것이다. 즉 사심사는 불안이 생겨나게 하는 그 사건은 그 사건일 뿐이라고 관찰한 후[事尋思], 그 사건은 표현될 수 있는 것이 아닌 오직 사건일 뿐임을 사실대로 아는 지혜[事尋思所引如實智]를 얻고자 하는 것이다.³⁸⁾

자성심사는 모든 존재의 본성은 실체로 존재하는 것이 아닌데, 소통을 위해 말로 표현한 것이라는 것을 사실대로 보는 것이다[自性假立尋思]. 즉 불안과 불안을 생겨나게 하는 사건의 본래 모습은 실체가 없는 것이며 언어로 가립한[임시로 세운] 것임을 통찰하는 것을 말한다. 예컨대 내가 중요하게 여겼던 나의 공간이 경제적 어려움으로 사라질지도 모른다는 불안감이 생겨날 수 있다. 이 때 내가 집착한 공간 자체도 영원한 것이 아니며 그로 인해 생겨난 불안 또한 내 마음에 나타난 하나의 현상에 불과할 뿐 모든 것은 계속해서 변하고 있다는 것을 통찰하여 사실대로 아는 지혜[自性假立尋思所引如實智]를 얻고자 하는 것이 자성심사이다.³⁹⁾ 내가 그 사건을 불안하게 느낀 것은 그러한 사건이 항상 불안한 것이라고 믿고 있었기 때문이다. 하지만 사실 내 마음과 그 사건의 본래 모습은 지속해서 변하는[공] 것일 뿐이다.

차별심사는 차별을 가설로 세움을 알아 차별 또한 영원한 것이 아니며 변화[공]하는 것임을 관하는 방법이다[差別假立尋思]. 예컨대 나는 의자에 대해 ‘이것은 나무로 되어 있으며, 바닥이 딱딱하고 다리에 바퀴가 달려 있다.’라고 분류하고 그것을 말로 표현한다. 하지만 이러한 차별 또한 주관적인 해석이며 다른 사람은 다른 측면에서 의자에 대해 분류할 수 있음을 관하는 방법이 차별심사이다. 차별심사는 나 자신이 나의 마음에 떠오른 이미지에 대해 차별화하고 그 가운데 자신이 선호하는 것에 대해 집착하는 현상을 사실대로 아는 지혜[差別假立尋思所引如實智]를 얻고자 하는 것이다.⁴⁰⁾ 이를 통해 그렇게 느꼈던 내 느낌이 변하였고, 그 사건도 변하였으며, 나와 그 사건의 만남도 변했으므로 나는 더는 그 사건을 불안하게 느낄 필요성이 없음을 안다.

37) 『顯揚聖教論』(T31, 507c26-508a03).

38) 『顯揚聖教論』(T31, 508a03-06).

39) 『顯揚聖教論』(T31, 508a07-13).

40) 『顯揚聖教論』(T31, 508a14-23).

사심사관은 불안과 불안하게 한 사건이 서로 다른 것이며, 불안하다고 인식하는 마음과 그 사건 또한 계속 변화하며, 단지 임시로 가립된 것임을 깨닫게 하는 것이다. 즉 불안하다고 표현하는 언어와 그 사건의 본질이 모두 공(空)함을 깨닫게 하는 방법이라 할 수 있다.

3. 사심사관과 탈중심화

이상에서 사심사관을 통해 불안의 본성을 통찰하는 수행과정을 살펴보았다. 앞에서 언급한 바와 같이 사심사관은 수행오위 중 가행위에서 행해지는 것으로 관찰과 분석을 통해 불안을 잠재우고 평정한 마음의 상태로 이끄는 관법이다. 사심사관은 고대에 형성된 것이지만, 세밀한 과정을 보여주고 있어서 현대인의 심리치유에도 유용할 것으로 생각된다. 이 일환으로 우선 유식학의 사심사관과 유사한 면을 보이고 있는 현대 서양 심리치료 이론의 탈중심화(decentering)를 살펴보고자 한다.

탈중심화는 자신의 주관적 관점에서 사물을 보는 것에서 벗어나 객관적으로 파악할 수 있는 능력을 의미한다.⁴¹⁾ 현대 심리학은 탈중심화를 탈동일화, 반응의 탈자동화, 그리고 자기수용 등으로 분류하여 설명하고 있다.⁴²⁾ 탈동일화는 현실 자체와 그것에 대해 자신이 해석한 생각 및 감정 사이의 차이를 알아차리는 과정을 말한다. 즉 자신이 경험한 현실과 이에 대해 자신이 해석한 것 사이의 틈을 인식하고 그 경험을 해석하는 과정에서 자신이 개입하고 있다는 것을 관찰하는 과정이다.⁴³⁾ 이것은 특정한 생각, 감정, 욕구 등과 같은 자기 경험을 사실 자체와 동일시하는 것에서 탈피하는 것을 말한다. 이를 통해 감정이나 생각에 묶여 있던 에너지가 해방되어 고통에서 벗어날 수 있게 된다는 것이다. 따라서 탈동일화는 상담에서 중요한 치료기제가 된다고 한다.⁴⁴⁾ 자기경험에 휘말리지 않고 거리를 두고 바라보는 것은 사실 자체와 그것을 해석한 생각을 분리해 인식하는 과정이라 할 수 있다. 사심사관에서 사실 자체를 사(事)로 그리고 이것[사]을 해석한 생각과 감정을 명(名)이라 일컬으며, 현실과 이를 해석한 생각이 서로 일치하는 것이 아님을 통찰한다는 점을 고려해 볼 때, 탈동일화는 사심사관의 수행법과 유사한 면이 있다. 하지만 사심사관은 사실 자체도 변화하며 이것을 해석한 생각 자체도 변화하는 것임을 통찰함으로써, 사실과 그것을 해석한 언어[생각, 감정]의 관계 또한 영원한 것이 아님을 깨닫는 것을 목표로 하고 있다는 점을 주목할 필요가 있다. 사심사관은 근원적인 통찰을 기반으로 마음의 변화를 추구하고 있다.

한편, 비판단적인 자기 수용은 판단하지 않고 그대로 수용하면서 관찰하는 것을 말한다. 여기에는 마음을 성찰하고 알아차리는 마음챙김과 상당히 유사한 측면이 있어 보인다.⁴⁵⁾ 마음챙김은

41) <https://terms.naver.com/entry.naver?docId=5675052&cid=62841&categoryId=62841> [2021.10.01.].

42) Fresco et al.(2007), "Initial psychometric properties of the Experiences Questionnaire: Validation of a self-report measure of decentering," *Behavior Therapy*, 10.

43) Safran & Segal(1990), *Interpersonal processes in cognitive therapy*, Northvale, NJ: Jason Aronson.

44) 성승연(2006), 「상담 장면에서의 탈동일시 현상」, 카톨릭대학교 박사학위 청구논문.

45) 김빛나(2008), 「탈중심화가 내부초점적 반응양식과 우울증상에 미치는 영향」, 서울대 대학원 석사학위논문.

불교 위빠사나의 핵심적 수행방법으로서, 현재의 경험을 수용적으로 자각하여 알아차리는 것을 말한다.⁴⁶⁾ 사실, 유식학은 수행자들이 수행경험을 체계화한 것으로서 사심사관은 지관수행을 기반으로 진행된다. 즉 사심사관이 진행되려면 마음에 떠오른 대상과 그것을 해석하는 생각, 그리고 그러한 것의 자성과 차별을 있는 그대로 보는 여실지견의 태도가 기본적으로 요청된다. 이 점에서 볼 때 사심사관은 탈중심화의 자기수용과 유사하다고 할 수 있다.

탈중심화의 또 다른 요소인 탈자동화는 습관이 된 부정적 반응을 세밀한 관찰을 통해 의식적으로 전환하여 약화시키는 것을 말한다. 탈자동화는 자기수용을 기반으로 한다. 즉 마음에 나타나는 부정적 반응양상에 어떤 판단을 가하지 않고 있는 그대로 관찰한 다음 의식적으로 전환하여 치유하는 방법이다. 사심사관 또한 굳어진 마음의 패턴을 정견하고 그것의 허망함을 깨달아 긍정적인 마음의 상태로 전환하는 방법을 제안하고 있다는 점에서 탈자동화와 유사하다고 할 수 있다.

탈중심화 이론의 마음을 있는 그대로 관찰한다는 점[자기수용], 사실과 그것을 해석한 생각을 분리하고자 한다는 점[탈동일시], 고착화된 부정적 패턴을 약화시키고자 한다는 점[탈자동화]은 사심사관에서 진행하고 있는 수행관과 유사하다고 할 수 있다. 하지만 사심사관은 마음에 나타난 이미지와 그것을 표현한 언어의 본성을 고찰하고 그것들[이미지와 언어]은 모두 변한다는 것을 통찰하여, 마음의 질적인 변화를 추구하고자 한다. 이 방법은 이미지와 그것을 표현하는 언어가 영원히 존재한다고 착각하고 집착하는 것에서 번뇌가 생겨난다는 것을 정견(正見)함으로써 번뇌를 소멸하고자 하는 수행법이다. 사심사관은 마음에 떠오른 이미지와 그것을 해석한 생각 모두 변하므로 그 관계 또한 변화한다고 통찰한 점, 통찰하는 마음 자체도 변하고 있음을 여실지견하여 마음을 완전히 변화시키고자 한다는 점에서 탈중심화 이론과 차별화 된다.

불교는 사심사관의 대상이 되는 번뇌를 다양하게 분류하고 그 본성이 영원하지 않음을 통찰함으로써 편안하고 건강한 마음으로 변화하는 것을 추구한다. 특히 사심사관은 마음에 대해 근원적으로 통찰하는 방법을 제시하고 있기 때문에, 현대인의 관심을 받고 있는 탈중심화 이론을 넘어서는 깊이 있는 치유의 방법이 될 것으로 생각한다.

IV. 맺음말

본 논문은 코로나-19 팬데믹이 지속하는 상황에서 이 때문에 생겨난 여러 심리문제 가운데 불안을 불교의 관점에서 모색하였다. 불교는 일찍이 마음을 어지럽히는 요소를 번뇌로 파악하고 그것을 소멸하는 방법으로 수행을 제시하였다. 앞에서 살펴본 바처럼, 불교문헌에는 다양한 관점에서 번뇌를 분류하고 있다. 본 논문은 불교문헌에 나타난 불안에 대한 깊이 있는 분석을 고찰함으로써 현 코로나 상황을 극복할 방안을 탐색하고자 하였다.

46) Germer, C. K.(2005), "Mindfulness: What is it? What does it mean?" In C. K. Germer, R. D. Siegel, & P. R. Fulton(Eds), *Mindfulness and psychotherapy*, New York: Guilford Press.

이를 위해 우선 초기불교경전, 아비달마 논서, 유식학 논서에 나타난 불안의 의미를 살펴보았다. 초기불교 문헌에서 불안은 오개와 열 가지 족쇄의 요소로 분류되고 있다. 불안은 번뇌 가운데 하나로서 수행을 통해 제거해야 할 대상으로 간주된다. 불안은 마음이 안정되지 않을 때 그것에 주의를 올바르게 기울이지 않아서 생겨나는 것이며, 생겨난 불안도 더욱 커진다고 여겨지고 있다. 한편 아비달마 논서에서 불안[도거]은 초기불교의 연장선에서 마음이 안정되지 않고 들뜬 상태를 의미한다. 또한, 수행을 장애하는 강력한 요소로 설명한다. 유식학 문헌에서도 도거는 마음이 고요하고 편안하지 않은 상태를 의미하며, 수행의 장애가 되는 요소로 정의되고 있다. 특기할 점은 유식학에서 도거는 심소법으로서 심왕이 고요한 상태로 유지하지 못하도록 하는 작용으로 분석하고 있다는 것이다. 또한, 행사와 같은 선심소를 통해 도거심소를 다스린다고 보고 있다는 것도 주목할 만하다.

다음은 유식학의 사심사관에 입각하여 불안의 문제를 해결하는 방식을 탐색하였다. 사심사관이란 명(名)·의(義)·자성(自性)·차별(差別)의 4가지를 일컫는 말로서, 유식학의 수행5위 가운데 수행 과정 중에서 인식의 대상의 본질을 통찰하여 번뇌를 소멸하는 과정을 구체적으로 보여주는 관법이다. 유식학 문헌인 『유가사지론』에서 인간이 만들어 내는 분별의 종류를 8가지로 분류하고 있으며 이 8종 분별 때문에 번뇌를 일으키는 사유가 생겨난다고 본다. 사심사관은 자신과 자신이 만들어내는 현상을 정확히 파악하는 방법이다.

이어서 본 논문은 마음에 떠오르는 이미지에 집중하고 그것의 본성을 통찰하여 불안과 같은 번뇌를 소멸하는 과정을 사심사관의 견지에서 살펴보았다. 사심사관은 이미지와 그것을 표현하는 언어가 허망하다는 것을 관찰함으로써 불안을 근본적으로 약화시키는 과정이라 할 수 있다. 이를 기반으로 불안이나 우울증과 같은 심리적 병리현상을 치유하는 서양의 심리학 이론 가운데 탈중심화가 사심사관과 유사한 측면이 있음을 확인하기도 했다. 또한 필자는 사심사관은 탈중심화와 비교하면 보다 근원적인 측면에서 심리현상을 분석하고 있다는 점을 부각하였다.

본 논문에서는 불안에 초점을 맞추어 논의하였지만, 사심사관에 기반을 둔 치유방법은 마음 현상에 대해 세밀하게 분석하고, 번뇌를 소멸해 가는 과정을 구체적으로 제시하고 있어서 현대인의 마음을 치유하는 데 좋은 자료로 활용될 수 있을 것으로 생각한다.

AN: AṅgSociety PTS, 1985–1990

SN: Saṃyuttanikāya, 6 vols. ed. M. Leon Feer, London: PTS, 1884–1904.

Triṃśikāvijñaptikārikāḥ, Digital Sanskrit Buddhist Canon Project of Nagarjuna Institute Nepal and University of the West, Rosemead, California, USA.

『成唯識論』 第6卷 (T31) T: 大正新修大藏經

『阿毘達磨俱舍論』 (T29)

『阿毘達磨品類足論』 (T26)

『瑜伽師地論』 (T30)

『唯識三十論頌』 (T31)

『雜阿含經』 (T02).

『解深密經』 第3卷 (T16)

『顯揚聖教論』 (T31)

Anālyo(2007), “Uddhaccakukkucca,” ed. W.G Weeraratne, Encycloepadia of Buddhism, vol. VIII, Colombo: Government of Sri Lanka.

Fresco, D. M., Moore, M. T., van Dulmen, M. H., M., Segal Z. V., Ma, S. H. Teasdale J. D., & Williams, J. M. G. (2007). “Initial psychometric properties of the Experiences Questionnaire: Validation of a self-report measure of decentering,” Behavior Therapy, 10, pp.1–13.

Germer, C. K.(2005), “Mindfulness: What is it? What does it mean?” In C. K Germer, R. D. Siegel, & P. R. Fulton(Eds), Mindfulneses and psychotherapy, New York: Guilford Press, pp.3–27.

Safran, J. D., & Segal, Z. V. (1990), Interpersonal processes in cognitive therapy, Northvale, NJ: Jason Aronson.

김빛나(2008), 「탈중심화가 내부초점적 반응양식과 우울증상에 미치는 영향」, 서울대 대학원 석사학위논문.

김성철(2004), 「유가행파 수행에서 의언의 역할과 의의」, 『보조사상』 21집, pp.139–170.

김성철(2003), 「초기 유식학파의 분별 개념」, 『인도철학』 Vol.12, No.1, pp.231–259.

대림스님(2007), 『양긱따라니까야』, 서울: 초기불전연구원.

성승연(2006), 「상담 장면에서의 탈동일시 현상」, 카톨릭대학교 박사학위 청구논문.

슬라보예 지젝(2020), 『팬더믹 패닉』, 강우성 역, 서울: 북하우스.

안환기(2021), 「‘번뇌’의 관점에서 본 ‘트라우마’ 증상: ‘도거(掉擧)’와 ‘혼침(昏沈)’을 중심으로」, 『인문사회21』 제12권4호, pp.2477–2490.

이종철(2015), 『구사론 계품·근품·파아품 - 신도 영혼도 없는 삶』, 한국학중앙연구원출판부.

전재성(2014), 『쌍웃따라니까야』, 서울: 한국빠알리성전협회.

전재성(2018), 『양긱따라니까야』, 서울: 한국빠알리성전협회.

정민선·정준영(2020), 「초기불교 수행의 불안 제거 연구-우땃짜(uddhacca)와 마음챙김(mindfulness)의 제한적 상호관계-」, 『동아시아불교문화』 42집, pp.43–68.

<https://www.joongang.co.kr/article/24131753#home> [2021.09.22].

<http://www.dailymedi.com/detail.php?number=867762> [2021.09.22].

<http://www.monews.co.kr> [2021.09.19.].

<http://www.dsbcproject.org/canon-text/content/337/1390> [2021.10.01.]

<https://terms.naver.com/entry.naver?docId=5675052&cid=62841&categoryId=62841>[2021.10.01.].

「코로나-19 팬데믹 시대, 정서불안에 대한 불교적 모색 - 사심사관을 중심으로」에 대한 논평

김명우 / 동의대

먼저 이런 뜻깊은 학술대회에 초대해주신 반야불교문화연구원 원장이신 지안 스님과 재단법인 은암문화재단 이사장이자 동림선원 주지스님이신 신공 스님께 감사드립니다.

이 논문은 크게 3가지 내용을 담고 있다. 본 논문은 논자가 밝히고 있듯이, 첫째, 도거[불안]에 대해 초기불교, 아비달마 논서 및 유식 논서를 중심으로 그 의미와 명칭을 살펴보고 있다. 둘째, 도거[불안]가 수행을 통해 어떻게 해소될 수 있는지를 분석하고 있는데, 특히 유가행파의 수행론인 ‘사심사관’을 통해 마음의 변화 가능성을 탐색하고 있다. 셋째, 이를 토대로 현대 심리학에서 제시하고 있는 탈중심화와의 비교분석을 통해 사심사관의 현대적 의미에 대해 고찰하고 있다.

안환기 교수님께서 발표하신 논문을 읽고서 큰 의견의 차이는 없지만, 논평자의 본분을 다하기 위해, 그리고 개인적으로 궁금한 몇 가지를 질문하고자 한다.

1. 논자는 도거(掉舉, auddhatya)와 불안을 동일한 용어로 사용하여 논지를 전개하고 있다. (불안=도거) 일반적으로 ‘불안’이란 미래에 대한 걱정이나 두려움 때문에 생기는 것으로 알고 있다. 그런데 논자는 도거란 “과거에 즐거웠던 일을 기억하고 그것이 마음에 이미지로 떠올랐을 때, 근본번뇌인 탐심이 일어나면서 도거의 작용이 따라 일어나 인식의 주체가 흥분을 하고 들뜨는 상태”(발표문, p.7)라고 정의하고 있듯이, 도거는 ‘욕망에 따라 과거에 즐겁게 경험했던 놀이, 도박, 마약 등을 떠올려 마음이 들뜬 상태[적정하지 않은 상태]가 되는 것’이라고 할 수 있다. 이처럼 도거와 불안은 과거와 미래라는 시점이 다르다. 그럼에도 불구하고 도거와 불안을 동일한 개념으로 사용해도 무방한지 묻고 싶다. 게다가 도거는 ‘수행 중에 생긴 번뇌’이고, 불안은 일상생활 중에 생긴 것인데, 같은 맥락으로 접근해도 되는 것인지 묻고 싶다.

첨언하자면, 논자는 유식 논서를 인용하면서, 도거를 ‘마음이 고요하지 못한 상태[적정하지 못한 상태]’라고 정의하고 있다. 그런데 유식 논서에서는 도거와 마찬가지로 대수번뇌인 ‘산란(散亂, vikṣepa)’을 “마음이 안정되지 않고 산만한 상태[마음이 흩어지는 상태]”라고 정의하고 있다. 이

렇게 보면 ‘불안=도거’보다는 오히려 산란을 ‘불안, 정서불안’[산란=불안]과 같은 개념으로 사용하는 것이 적절하다고 생각하는데, 논자의 의견은 어떤지 듣고 싶다.

그리고 앞에서 논자가 제시한 도거의 정의[과거에 즐거웠던 일을 기억하고 그것이 마음에 이 미지로 떠올랐을 때, 근본번뇌인 탐심이 일어나면서 도거의 작용이 따라 일어나 인식의 주체가 흥분을 하고 들뜨는 상태]는 유식 문헌을 인용한 것인지 논자의 독자적인 표현인지 듣고 싶다.

2. “도거 등은 … 오염된 마음[染心: 번뇌에 의해 더럽혀진 마음] 즉 ‘불선심과 유부무기심’에 두루하기 때문에 대수번뇌심소(大隨煩惱心所)라고 부른다.”(p.6)라고 기술하고 있는데, 어떤 의미인지 자세한 설명을 부탁드린다. 더불어 도거가 의식뿐만 아니라 ‘말나식’과 함께 작용하는 메커니즘을 설명해주었으면 감사하겠다.

3. 논자는 경전을 인용하여, 작의란 ‘마음의 불안정(cetaso avūpasamo)에 대해 이치에 맞게 주의를 기울이지(ayoniso manasikāra) 못하는 것’이라고 하고, “불안한 마음의 현상에 대해 ‘올바르게’ 주의를 기울이는 것[manasikāra, 作意, attention]”라고 정의하고 있는데, 여기서 ‘올바르게 [이치에 맞게]’란 어떤 의미인가요?

참고로 『구사론』에서는 “작의란 <특정한 것에 대해 향하게> 유도하는 것[ābhoga]이다.”¹⁾라고 정의한다. 세친의 『오온론』(한역본)에서는 작의를 “능히 마음을 발오(發悟)하게 하는 것을 본성으로 한다.”라고 하였고, 범본에서는 “<작의는 대상에> 마음(cetasa)을 유도[發悟, ābhoga]하는 것이다.”²⁾라고 기술하고 있다.³⁾ 여기서 ‘발오(發悟), 즉 아보가(ābhoga)’는 특정한 대상으로 ‘마음을 유도하다[이끌다]’는 의미이다. 이처럼 작의는 대상에 집중하게 하는 마음작용이다. 그리고 『유식삼십송』에서는 “작의란 <어떤 대상에 대해> 마음을 오로지 이끄는 것[ābhoga]이다. <마음을 어떤 대상으로 향하여> 오로지 이끈다는 것은 <마음을 어떤 대상에> 오로지 집중시키는 것으로, 이것에 의해 마음이 소연[대상]에 향하게 되는 것이다. 또한 이것[작의]은 대상에 마음을 유지시키는 작용을 한다. 또한 여기서 ‘마음을 유지시킨다는 것’은 동일한 대상[소연]에 마음을 반복해서 이끄는 것이다. <다만> 이 <작의의> 작용은 <선정 중인 사람의 동일한> 마음의 상속에 있어서 정해진 대상[소연]에 의한 특수한 작의이지, <중생의> 마음에 순간순간[찰나] 존재하는 <작의>를

1) manaskāraś cetasa ābhogaḥ/(AKBh, p.54, 22)

한역: “작의란 능히 마음을 경각시키는 것이다.”(『구사론』, T29, 19a21. “作意爲能令心警覺”)

2) 『오온론(PS)』, T31, 848c12-13. “謂能令心發悟爲性.”, “manaskāraḥ katamaḥ/cetasa ābhogaḥ”.(Li and Steinkellner, p.5, 5)

3) 『집론(AS)』에서는 “작의란 무엇인가? <특정한 대상에> 마음을 유도하는 것[ābhoga]이다. 대상에 대해 마음을 유지하게[dhāraṇa] 하는 작용을 한다.”라고 정의한다.(“manaskāraḥ/cetasa ābhogaḥ/ālabane cittadhāraṇakarmakaḥ/Gokhale, p.15, 38”) 한역에서는 “무엇을 작의라고 하는가? 발동심을 본질적 성질로 삼는다. 소연의 대상에 대해 마음을 지니도록 하는 것을 작용으로 삼는다.(T31, 664a25-26. “何等作意. 謂發動心爲體. 於所緣境持心爲業.”)

말하는 것이 아니다. 왜냐하면 그것[마음의 순간순간 존재하는 작의]는 그때그때 그 순간에만 작용을 하지, 다음[다른] 순간에는 없기 때문이다.”⁴⁾

『성유식론』에서는 “마음을 경각(警覺)시키는 것[警心]을 본성으로 하고, 마음을 대상에 이끄는 것을 작용[業]으로 한다. 이것은 마땅히 일으켜야 할 마음의 종자를 경각시키고 이끌어서 대상으로 가게 하기 때문에 작의라고 한다.”⁵⁾라고 주석하고 있다. 또한 지옥도 “마음의 종자를 경각시켜 현행을 일으키는 것을 본성[체성]으로 하며, 마음을 이끌어 현기시켜 대상의 조건으로 나아가게 하는 것을 작용으로 한다.”⁶⁾라고 주석한다. 여기서 경각[경심]이란 잠자고 있는 마음[아뢰야식에 저장되어 있는 종자]을 놀라게 하고 깨워서, 깨어난 그 마음을 대상[새소리, 노을]에 향하게 한다는 뜻이다. 중국문헌에서는 경각심[경각시키는 마음] 또는 경심[일깨우는 마음을 발동(發動), 동(動), 발오(發悟), 경각(警覺), 경(警), 경동(警動) 등으로 한역한다.

두 주석을 요약하자면, 작의란 ‘아뢰야식에서 잠자고 있는 마음의 종자를 놀라게 하여 깨우는 것’이 본질적인 성질[性]이고, 마음을 특정한 방향으로 향하여 집중하게 하는 것[心一境性], 즉 동일한 대상에 대해 언제나 반복해서 마음을 고정하게 하는 것이 부수적인 성질[業]이라고 할 수 있다.

그런데 감산이 『백법논의』에서 작의를 “지금 참선을 하고 화두를 관찰하여[看] 의식이 <선으로 흐르게 하여 불선으로> 작동하지 않도록 막고 끊어야 한다.[堵截]”⁷⁾라고 주석하고 있듯이, 작의의 역할은 선한 쪽으로 마음을 이끌 것인가, 아니면 불선 쪽으로 마음을 이끌게 할 것인가가 중요하다. 다시 말해 작의는 우리의 마음을 선한 방향으로 향하게 할 수도 있고, 나쁜 방향으로 향하게 할 수도 있다는 것이다.

한편 퇴옹 성철은 『백일법문(중)』(p.313)에서 ‘작의[意]’를 “마음이 생기고 생각이 움직이는 시작이다.(生心動念之始)”라는 감산의 주석을 인용하여 정의한다. 그리고 “작의는 최초의 생각이 일어날 때를 말하는 것입니다. 한 생각이 일어났다고 해서 중생이 알 수 있는 그런 생각이 아닙니다. 자재보살 이상의 보살들도 이것을 무심인 줄 알지 실제로는 모릅니다. 그 정도로 미세하기 때문에 저 깊은 데에서 하는 말입니다.”라고 풀이한다. 즉 작의는 그 작용이 미세하기 때문에 그 생각이 움직이는 것을 알지 못한다고 하는 감산의 주석을 충실하게 반영하여 해설하고 있다.

이처럼 유식 논서에서의 ‘작의’를, 범본에서는 ‘마음을 이끌다[유도하다]’, 한역에서는 ‘경각심’으로 정의하고 있는데, 초기경전과 유식 논서에서의 차이점을 듣고 싶다.

4) manaskāraḥ cetasa ābhogaḥ/ābhujunam ābhogaḥ/ālabane yena cittam abhimukhikrīyate/sa punar ālabane cittadhāraṇakarmakaḥ/cittadhāraṇam punas tatraiva ālabane punaḥ punaścittasyāvarjana m/etac ca karma cittasantater ālambananiyamena viśiṣṭaṃ manaskāram adhikrīyoktaṃ na tu yaḥ praticittakṣaṇam /tasya hi pratikṣaṇam eva vyāpāro na kṣāntare/”(TV)

5) 『성유식론』, T31, 11c7. “作意謂能警心為性。於所緣境引心為業。謂此警覺應起心種引令趣境故名作意。”

6) 『직해』, X48, 342c5. “警覺心種。令起現行。以為體性。引現起心。趣所緣境。以為業用。”

7) 『백법논의』, X48, 310a5. “故今參禪看話頭。堵截意識不行。便是不容作意耳。”

4. 코로나 19로 인한 정서불안을 치유하는 방법으로 논자는 ‘사심사관’을 제시하고 있다. 그런데 마음챙김 명상(존 카바진)에서는 지혜롭게 사는 방법으로 1) 판단하지 말라(non-judging: 현재 순간순간의 경험을 평가하지도 않고, 범주화하지도 않고 그대로 관찰하기), 2) 인내심을 가져라(patience: 때가 되어 자연스럽게 일이 되도록 허용하는 것. 자신, 타인 그리고 현재 순간에 인내하는 것), 3) 처음 할 때의 마음[초심]을 간직하라(beginner's mind: 처음인 것처럼 대상을 보는 것), ... 6) 수용하라(acceptance: 있는 그대로의 현상을 매 순간 있는 그대로 수용하는 것), 7) 내려놓아라(letting-go: 무집착, 생각, 느낌, 경험을 붙들지 않는 것)라는 7가지를 이미 구체적으로 제시하고 있다. 그렇다면 사심사관을 통한 불안의 제거 방법과 오늘날 명상에서 구체적으로 실천하는 불안의 제거 방법과는 어떤 차이가 있는가?

첨언하자면 논자는 사심사관은 “근원적인 통찰을 기반으로 마음의 질적인 변화”를 추구한다고 했는데, 마음챙김 명상에서도 ‘마음의 근본적인 변화’를 통해 불안 등을 제거하는 것을 목적으로 하고 있다. 둘의 차이점이 무엇인지 듣고 싶다.

5. 논자는 사심사관은 “변화한다고 통찰한 점, 통찰하는 마음 자체도 변하고 있음을 여실지 견하여 마음을 완전히 변화시키고자 한다는 점에서 탈중심화 이론과 차별화 된다. 불교는 사심사관의 대상이 되는 번뇌를 다양하게 분류하고 그 본성이 영원하지 않음을 통찰함으로써 편안하고 건강한 마음으로 변화하는 것을 추구한다. 특히 사심사관은 마음에 대해 근원적으로 통찰하는 방법을 제시하고 있기 때문에, 현대인의 관심을 받고 있는 탈중심화 이론을 넘어서는 깊이 있는 치유의 방법이 될 것으로 생각한다.”라고 주장한다. 논자도 언급했지만 현대 심리학이나 마음챙김 명상에서도 ‘탈 둔감화, 탈자동화, 탈동일화, 마음을 있는 그대로 관찰한다는 점[자기수용]’이라고 하여 ‘심리적 치유’뿐만 아니라 ‘물리적 치유’도 가능하다고 하며, 임상의료에도 도입하고 있다. 논자의 주장대로[사심사관은 현대인의 관심을 받고 있는 탈중심화 이론을 넘어서는 깊이 있는 치유의 방법이 될 것으로 생각한다.] 코로나 19로 인한 심리불안을 사심사관을 통해 치유할 수 있다고 한다면, 보다 구체적인 방법이 제시해야 된다고 생각한다. 그 구체적인 방법이 있다면 밝혀주었으면 한다.

수정사항

1. “대지법(大地法), 대선지법(大善地法), 대번뇌지법(大煩惱地法), 대불선지법(大不善地法), 소번뇌지법(小煩惱地法)이 부정지법(不定地法)이 그것이다.”

2. 논자는 p.10 ‘사심사(事尋思)’= p.8 ‘의심사(義尋思)’를 같은 의미로 사용하고 있는데, 용어를 통일했으면 한다.

제 3주제

역사 속의 전염병과 불교의례
- 한국전근대 시기를 중심으로 -

강 호 선 / 성신여대

역사 속의 전염병과 불교의례

- 한국전근대 시기를 중심으로 -

강 호 선 / 성신여대

머리말

이번 발표에서는 한국 전근대 시기 전염병과 불교의 관계를 살펴보려 하는데, 특히 전염병과 관련된 불교의례의 측면을 중심으로 고찰하려 한다. 이를 통해 전염병이라는 국가사회적인 위기가 닥쳤을 때 불교가 담당했던 역할을 살펴봄으로써 전근대시기 한국사에서 불교의 사회적 존재 의미의 한 측면을 설명해 볼 것이다. 무엇보다도 전염병의 발생과 불교의례에 대한 기록 자체가 고려시대부터 구체적으로 확인할 수 있고, 고려시대 이래의 경향은 조선초 까지 확인되기 때문에 이번 발표 역시 고려시대를 중심으로 이루어지게 되었다. 특히 고려~조선초는 역병에 대응한 불교의례를 국가적인 차원에서 공식적으로 개최하고 있다는 점에서도 주목된다고 하겠다. 즉 전염병 극복을 위한 국가공동체의 절실한 노력이 불교의례 개최의 배경이 되고 있기 때문이다. 고대사와 조선시대후기의 경우에는 선행연구에 의지하여 간략하게 살펴본 뒤 추후 더 내용을 더 보완하고자 한다.¹⁾

1. 한국 고대사회의 전염병과 불교

한국 고대사를 이해하는 문헌자료인 『삼국사기』와 『삼국유사』는 질병이나 전염병을 기록한 양상이 상이하다. 『삼국사기』는 질병과 관련한 기록이 영성한데 疾疫이 돌았다고 하는 기록이 전부이다. 다만 이러한 질병과 관련된 기록이 대개 가뭄이나 홍수 또는 蝗蟲으로 인해 피해를 입었다

1) 한국사에서 질병과 불교 혹은 승려의 관계에 대해 많은 연구자가 주목한 것은 아니지만 불교사, 고대 혹은 고려시대사, 그리고 의학사의 측면에서 연구성과는 지속적으로 쌓여오던 중 2020년 코로나-19의 팬더믹 사태를 맞이하면서 질병 특히 전염병과 불교의 관계에 대한 발표나 연구논문이 폭발적으로 증가하는 추세이다.

는 기사와 같은 해에 나오는 경우가 많아 결국 자연재해가 전염병의 중요한 원인이었음을 짐작케 한다. 그러나 질역이 돌 때 그에 대한 대응에 대한 기록은 질병 관련 기록보다도 영성하여 관련 의례나 불교 관련 내용은 확인하기가 어렵다. 『삼국유사』의 경우에는 질병 치료와 관련된 기록이 있지만 이러한 기록들은 질역에 대한 관심보다는 승려의 주문이나 신통력으로 병이 나았다는 것이어서 불교적인 영험을 기록하기 위한 것이었다.²⁾ 비슷한 시기의 중국과 일본 기록에서 전염병의 유행 및 그와 관련되어 개최된 불교의례 기록을 찾아 삼국 및 통일신라 시기와 맞춰볼 수도 있지만, 중국이나 일본에서 전염병이 유행했다 하여 그것이 꼭 삼국이나 통일신라에서 확인되는 것도 아니고 동일하게 불교를 신앙한다 하여 삼국이 동일한 의례를 개최하는 것도 아니어서 국가 별 편차가 분명히 존재한다. 현재 한국고대사에서 전염병 연구는 시기적으로는 통일기를 중심으로 이루어지고 있는 편이다.³⁾

한국고대사에서 전염병과 관련하여 주목하는 시기는 통일신라시기 즉 7~9세기이다. 『삼국유사』에 전하는 승려의 치병사례 역시 통일신라시기에 집중된 편인 것 역시 이러한 전염병이 유행하던 시대적 상황이 반영된 것으로도 볼 수 있다. 주지하다싶이 전쟁은 전염병을 일으키고 확산시키는 대표적이 기제이다. 이미 당나라에는 서역에서 두창이 들어와 유행하고 있었던 상황에서 삼국통일전쟁기 파병된 당군을 통해 두창이 한반도에 전파되었을 가능성은 매우 크다. 또한 나당전쟁 이후 신라와 당나라는 긴밀하게 관계 속에서 대규모 사절단이 빈번하게 파견되었고 사적인 왕래도 이루어지고 있었기 때문에 두창과 같이 당에서 유행하던 전염병은 여러 경로를 통해 신라사회로 유입되었을 것이다. 연구에 의하면 735년과 737년 일본 인구의 반이 죽었다는 두창은 신라에서 전해진 것이라 한다.⁴⁾ 고대사회에서도 전쟁을 비롯한 사람간의 이동은 서역에서 중국으로 그리고 한반도를 거쳐 일본으로의 전염병의 유행과 전파를 낳았던 것이다.⁵⁾

한국고대사회에서의 전염병이 창궐했을 때 불교가 어떤 역할을 했는지는 다음의 몇가지 사례를 통해 유추해 볼 수 있다. 고려의 경우처럼 역병이 돌았을 때 혹은 역병이나 재난을 막기 위해 정기적으로 개최하는 불교의례가 있었는지는 알기 어렵지만 다만 『삼국유사』에 전하는 몇가지 기사를 통해 醫僧의 존재와 활동을 살펴볼 수 있고, 『삼국사기』를 통해 백고좌회가 신라에서는 치병의례로 개최되었음을 확인할 수 있다. 우선 백고좌회를 보도록 하자.

2) 노중국, 2011, 「『삼국유사』 해통항룡조의 검토-질병철의 관점에서」 『신라문화재학술발표논문집』 32, 29~30쪽

3) 한국고대사에서 전염병에 대해서는 이현숙의 일련의 연구가 있으며, 이현숙의 연구를 포함한 그동안의 한국고대 질병사에 대한 연구는 최근 이현숙의 논문에 소개가 되어 있다. 이현숙, 2021, 「한국고대 질병연구의 궤적과 과제」 『한국고대사연구』 102

4) 이현숙, 2021, 「한국고대 질병연구의 궤적과 과제」 『한국고대사연구』 102, 12~13쪽

5) 다음의 연구에서 한국의 삼국 및 통일기에 해당하는 시기 중국에서 발병한 전염병에 대해 살펴볼 수 있다. 이현숙, 2003, 「7세기 신라 통일전쟁과 전염병」 『역사와현실』 7; 2003, 「신라 통일기 전염병의 유행과 대응책」 『한국고대사연구』 31; 2017, 「당 고조연간(618-626)의 골증병」 『연세의사학』 20(2); 2021, 「중국 남북조의 전염병에 대한 시론」 『의료사회사연구』 7집

3월에 왕이 병이 들었는데 의술과 기도로 효과가 없었으므로 황룡사에서 백고좌회를 열어 승려들을 모아 『인왕경』을 강론하게 하고 100명에게 승려가 되는 것을 허락하였다(『삼국사기』 권5 신라본기 선덕왕 5년)

여름 6월에 왕이 병이 들자 나라 안의 죄수를 사면하였다. 또 황룡사에서 백고좌를 설치하고 경론을 강하였다.(『삼국사기』 권11 신라본기 헌강왕 12)

위의 두 기록은 백고좌회를 치병의례로 개최한 기록이다. 백고좌회의 근거가 되는 경전은 『인왕경』 「호국품」이다. 나라가 어지럽고 도적이 들끓을 때 백고좌회를 열고 하루에 경전을 강설하면 나라 안의 귀신들이 나라를 보호한다고 하는 내용으로 질병과 관련된 내용이 직접 언급되지는 않았다. 그러나 국왕의 안위는 나라의 안녕과 직결되는 것이어서 호국의례인 백고좌회는 국왕의 치병의례로 개최되었던 것이다. 이러한 정황으로 미루어 역질이 크게 유행하여 어려움에 처하게 될 경우 백고좌회와 같은 성격의 호국법회를 열어 재난 즉 역질이 소멸되기를 바랬을 가능성도 있으나 현존하는 자료에서 그 이상을 확인하기 어렵다.

한편, 승려들의 개별적인 활동에서 주목되는 것은 『삼국유사』의 혜통항룡조인데, 고려 이전 기록으로는 드물게 전염병의 확산과 승려에 의한 치료를 보여주는 기록이다. 대개 혜통이 독룡을 물리친 이 기사는 신라시대 밀교의 전래 및 확산과 관련하여 주목해온 기사이지만 한편으로는 전염병 그리고 醫僧의 활동이라는 측면에서도 연구가 진행되었다.

당 황실의 공주가 병에 걸려 고종이 삼장에게 구해주기를 청하였는데 혜통을 추천하여 자기를 대신하게 하였다. 혜통은 교지를 받고 별도로 거처하면서 흰 콩 1두를 가지고 은 그릇 속에 넣고 주문을 외우니 흰 갑옷을 입은 神兵으로 변하여 쫓았으나 이기지 못하였다. 또 검은 콩 1두를 가지고 금 그릇에 넣고 주문을 외우니 검은 갑옷을 입은 신병으로 변하였고, 두 색이 함께 병을 쫓게 하니 갑자기 蛟龍이 달아나서 병이 마침내 나았다. 용은 혜통이 자기를 쫓아낸 것을 원망하여 본국의 文仍林에 와서 인명을 더욱 해쳤다. 이때에 鄭恭이 당에 사신으로 갔는데 혜통을 보고 일러 말하기를 “법사가 쫓은 毒龍이 본국으로 돌아와 害가 심하니 빨리 가서 그것을 없애 주시오”라고 하였다. 이에 정공과 함께 麟德 2년 을축에 본국으로 돌아와 그것을 쫓아버렸다. <중략> 왕녀가 갑자기 병이 들자 서를 내려 혜통이 치료하게 하였는데 병이 나아지니 왕이 크게 기뻐하였다. 혜통은 인하여 말하였다. “정공은 독룡의 해를 입어 죄 없이 나라의 형벌을 받았습시다.” 왕이 그것을 듣고 마음으로 후회하고 이에 정공의 처자를 면죄하고, 혜통을 국사로 삼았다. 용은 이미 정공에게 원수를 갚고 기장산에 가서 熊神이 되었는데 해독을 끼치는 것이 더욱 심하여 백성들이 매우 괴로워했다. 혜통은 산 속에 가서 용을 깨우쳐 不殺戒를 주었고, 용신의 해가 이에 그쳤다.⁶⁾

위의 인용문을 보면 당에서 유학하던 혜통이 당나라 고종의 공주의 병을 고쳐주었다. 공주의 병은 몸에 교룡이 들어가서 발생한 것인데 교룡은 전설상의 용으로 실존하지 않는 존재이다. 옛날 사람들은 악한 기운 혹은 존재가 몸에 들어가 병을 일으킨 것으로 생각했기 때문에 병을 야기

6) 『삼국유사』 권6 신주 혜통항룡

한 이러한 악한 존재를 몸에서 몰아내면 병이 낫는다고 생각했다. 해통이 교룡을 몰아내자 공주의 병이 나았다고 하는 것도 그러한 연유이다. 그런데 이 용은 바다를 건너 경주에 출몰하여 사람들에게 고통을 주었고, 다시 기장산으로 들어가 그 지역 사람들을 심하게 괴롭혔다. 신라에 출몰하여 경주 사람들과 기장 사람들에게 고통을 안긴 독룡은 당 고종의 공주를 아프게 했던 교룡인데 이는 당에서 시작된 질병이 신라 경주를 거쳐 기장⁷⁾으로 전파되었고, 지역을 이동하며 전파되는 과정에서 고통은 더 심해진 것으로 묘사되고 있다.⁸⁾ 당과 신라 사이를 오가던 사신이나 상인들을 통해 疾疫이 신라로 들어왔던 것이다. 사람의 이동에 의해 새로운 전염병이 전래되는 전형적인 양상이라고 하겠다. 당에서도 그리고 신라의 경주와 기장 모두에서 교룡에 의한 질병은 해통의 교화를 통해 퇴치되었다. 해통은 교룡으로 인해 일어난 질병을 고칠 때 당나라 공주에게는 신병을 만들어 퇴치했고, 신라에 들어와서는 불살개로 교룡을 교화시켜 물리쳤다고 한다. 또한 이후 그는 신문왕의 등창도 고쳐주고 효소왕의 병도 고쳐주었는데 이러한 정황으로 보아 밀교승려인 해통은 병을 치료할 수 있는 醫僧이기도 했던 것으로 보인다.

『삼국유사』에는 주술로 병이나 재난을 물리치는 승려들에 대한 기록 뿐만 아니라 실제 의술을 통해 질병을 낫게 한 것으로 추정되는 승려들에 대한 기록도 나오고 있다. 동아시아에 불교가 전래되면서 인도의 의술이 전래되었던 것처럼 삼국으로의 불교전래 역시 의약과 의술의 전래가 수반되었던 것이다. 또한 승려들은 경향을 두루 다니며 활동을 하는 경우가 많았기 때문에 해통이 기장에서 독룡을 교화했던 것처럼 지방에서의 치료도 담당했을 것으로 추정되며, 기록에서 확인되지는 않지만 역질이 돌면 승려들 역시 의술을 담당하거나 혹은 주문(다라니)이나 의례를 통해 역질을 이겨내고자 했을 것임은 충분히 추정할 수 있다.

선덕여왕의 치병을 담은 「밀본최사」조 역시 역시 승려의 주술을 이용한 치병을 보여주는 기사이다.

선덕왕 덕만이 병에 걸린 지 오래되었는데, 興輪寺의 중 法揚이 조칙에 응하여 병시중을 들어 오래 되었으나 효험이 없었다. 이때에 密本法師가 德行으로써 나라에 명성이 높아서 좌우에서 그를 대신할 것을 청하니 왕이 조서를 내려 궁궐 안으로 맞아 들였다. 밀본은 宸仗 밖에서 『약사경』을 읽었다. 卷軸이 한번 돌아, 가지고 있던 육환장이 침전 안으로 날아 들어가서 한 마리 늙은 여우와 법척을 찢러 뜯 아래로 거꾸로 내던졌다. 왕의 병이 이에 나았는데, 이때 밀본의 정수리 위에 오색의 신광이 발하니 보는 사람이 다 놀랐다.⁹⁾

밀교 승려인 밀본이 『약사경』을 읽어 법척과 선덕여왕의 병의 원인인 여우를 찢러 여왕의 병을

7) 현재 부산광역시 기장군 지역이다.

8) 『삼국유사』에서는 교룡이 기장에 이르면 웅신이 되었다고 하였는데, 이를 돌연변이로 해석하기도 한다. (노중국, 2011, 「『삼국유사』 해통항룡조의 검토-질병치료의 관점에서-」 『신라문화재학술발표논문집』 31, 52쪽; 이강엽, 2015, 「〈해통항룡〉의 치병과 구제」 『문학치료연구』 37, 48쪽)

9) 『삼국유사』 권6 「密本摧邪」

낮게 했다는 것이다.¹⁰⁾ 『약사경』에는 질병으로부터의 구제가 소개되어 있다. 병자가 있다면 병자를 깨끗이 목욕시키고 음식이나 약이나 깨끗한 물에 108번 주문을 외게 한 다음 먹게 하면 모든 병이 다 사라진다는 것이다.¹¹⁾ 약사신앙에서는 질병 치료와 수명연장을 위해 燃燈과 懸幡같은 공덕신앙을 명시했지만 신라에서는 이보다는 약사불상이 조성되어 약사신앙의 성행을 보여준다. 특히 8세기 말이 되면 왕경인 경주보다는 지방에서 많이 조성되는데 8세기 이후 지속된 천재지변과 기근 및 질병에서 벗어나기 위한 것이었다. 천재지변과 질병이 만연하고 정치적인 혼란이 가중되던 시기 약사신앙이 널리 유행했던 것이다.

2. 고려시대 역병극복과 관련된 불교의례

1) 고려중기 위기론과 역병

서경[西都]에 행차하였다. 지나가는 길에 있는 州縣의 父老들 중 소와 술을 가지고 와서 바치는 자들이 있었는데, 술은 군사들에게 내려주고 소는 돌려주었다. 民戶 중 병에 걸려서 농업에 종사할 수 없는 자가 있으면 그 조세를 면제하여 주고, 篤疾·廢疾에게는 약을 지급하여 주었다¹²⁾

성종이 서경에 행차했다는 위의 991년(성종 10) 10월 기사는 고려시대 역병의 유행과 관련되어 구체적으로 확인되는 가장 이른 기록이다. 성종은 제사를 지내기 위해 西都(평양)에 행차하여 백성들을 진휼하고 지방의 사정을 돌아보는 과정에서 백성들을 위한 여러 가지 조치를 취했는데 그 중에는 疾疫에 걸려 농사를 지을 수 없는 자가 있으면 조세를 면제해 주고, 毒疾이나 廢疾의 경우에는 약을 주었다. 이러한 조치는 고려시대 뿐만 아니라 전근대 시기 역질이 돌거나 자연재해로 인한 기근이 심각할 경우 일반적으로 취하는 조치이기도 하다. 현종대에는 개경에서 발생한 전염병과 관련된 기록이 2건 확인된다. 1018년(현종 9) 4월 나흘 동안 누런 안개가 자욱하게 낀

10) 밑본이 읽은 『약사경』을 『관정경』의 제 12권인 『관정발제과죄생사득도경』으로 보고 있는 것이 일반적이다(김수연, 2021, 「한국 고대의 질병관과 불교적 치유 방식」 『한국고대사연구』 102, 91쪽), 수대 達摩笈다가 번역한 『불설약사여래본원경』일 것으로 보는 연구도 있다.(김연민, 2021, 「일본의 『약사경』 신앙과 그 의미」 『한국고대사연구』 65, 219~221쪽)

11) 약사신앙의 다양한 측면 -수명 연장, 정도왕생 등-에 대해서도 선행연구에서는 다루고 있지만 이번 발표에서는 질병치유 라는 측면에 초점을 맞추어 볼 것이다. 한편 신라의 약사경신앙에 대해서는 다음의 연구가 주목된다.

김혜완, 1985, 「신라의 약사신앙; 약사여래 조상을 중심으로」 『천관우선생활력기념 한국사학논총』; 조원영, 1999, 「신라 중고기 불교의 밀교적 성격과 약사경」 『부대사학』 23; 김연민, 2012, 「밀존의 약사경 신앙과 그 의미」 『한국고대사연구』 65; 정병삼, 2013, 「신라 약사신앙의 성격-교리적 해석과 신앙활동-」 『불교연구』 39;

12) 이 글의 모든 낱자는 음력이다. 이를 밝히는 이유는 특정 전염병의 유행은 계절 즉 더위나 추위와 밀접한 관련이 있기 때문에 전염병 발생과 대한 이해를 돕기 위해서이다.

뒤 개경에 瘴疫이 유행하자 왕이 의원을 나누어 파견하여 치료하게 하였다.¹³⁾ 장역은 고온다습한 지역에서 생기는 유행성 열병인데, 이 시기 중국에서도 장역과 같은 열병이 유행하고 있었던 것도 주목된다.¹⁴⁾ 이때 門下侍中 劉璿 등은 때에 맞지 않게 刑政을 집행했기 때문에 전염병이 발생했다며 중앙과 지방 관청에서 月습에 따라 형정을 시행할 것을 건의하였다.¹⁵⁾ 1030년(현종 21) 12월에도 개경에 역질이 돌아 사람들이 많이 죽었다.¹⁶⁾ 이상이 『고려사』와 『고려사절요』 등을 통해 확인되는 11세기까지의 전염병 기록으로 이후 시기에 비하면 매우 소략한 편이다. 고려 전기 기록물의 양이 많지 않은 것도 원인일 수 있지만 실제로 전염병 자체가 많이 발생하지 않았을 가능성이 더 높다.

그런데 고려사에서 역병 및 역병관련 의례와 관련하여 주목되는 시기는 숙종 이후인 12세기부터이다. 바로 이때부터 역병 기사가 증가할 뿐만 아니라 역병과 관련된 의례도 본격적으로 기록에서 확인할 수 있다.¹⁷⁾ 1100년(숙종 5) 6월과 1101년(숙종 6) 2월 溫疫¹⁸⁾이 돌아 개경 5부에서 五瘟神에 제사를 지냈다.¹⁹⁾ 1109년(예종 4) 4월의 사례는 역병을 물리치기 위해 불교의례를 개최한 것이 구체적으로 확인되는 첫 번째 사례이다. 4월 가뭄과 함께 역병이 돌아 예종은 박연폭포와 여러 神廟에 근신을 보내 비를 빌게 하고, 개경의 5부에서는 瘟神에게 제사를 지내게 하였으며, 般若道場을 열어 돌림병을 물리치고자 하였다.²⁰⁾ 같은해 5월 개경에서 전염병에 걸려 죽는 이가 많아 구제도감을 설치하고 시체와 유골을 수습 매장하여 길에 시신이 보이지 않게 하라²¹⁾는 왕명이 있었을만큼 1109년은 개경에서 역병이 심각하게 돌았던 해로 추정된다. 이러한 노력에도 예종 4년 초여름 무렵부터 시작된 역병은 해를 넘겨서도 계속되었다. 12월 송악 및 모든 신사에서 疾疫이 가시도록 제사하게 하였²²⁾ 이듬해인 1110년(예종 5) 4월에도 疫癘가 극심하여 시체와 해골이 길에 찻으니 거두어 매장케 하자고 司天臺에서 요청하였다.²³⁾ 1120년(예종 15)에는

13) 『高麗史』 卷4, 世家 4 顯宗 9년 4월 庚午

14) 이현숙, 2010, 「전염병, 치료, 권력 -고려시대 전염병의 유행과 치료」 『전염병의 문화사』 해안, 30~31쪽.

15) 『高麗史』 卷85, 刑法志, 恤刑; 『高麗史』 卷94, 列傳7, 劉璿; 『高麗史節要』 卷3, 顯宗 9년 윤4월

16) 『高麗史』 卷5, 世家 5 顯宗 21년 12월

17) 12세기와 13세기 전염병이 빈번히 발생했는데, 각처에서 제사를 지내는 등의 관념적이고 의례적인 대응이 주를 이루었고, 역귀를 구축하기 위한 초제가 자주 등장하는 것도 이 시기 질병 대처 양상과 관련하여 주목되는 변화라고 한다. 강도현, 2009) 「고려후기 성리학 수용과 질병 대처 양상의 변화」, 『도시인문학연구』 제1권 제1호, 149쪽

18) 溫疫[瘟疫]은 대체로 전염성이 강한 열성 감염병을 통칭하는 병명으로 사용되었으나 조선전기에는 傷寒 즉 추위로 인한 병이나 감기, 겨울철의 유행성 전염병과 혼용되기도 했다고 한다(국립중앙박물관2020, 『테마전-조선, 역병에 맞서다』, 33쪽). 『고려사』에서도 온역은 여름과 겨울 모두에서 확인된다.

19) 『高麗史』 卷63, 禮志, 吉禮小祀

20) 『高麗史』 卷13 世家13 睿宗 4년 4월

21) 『高麗史節要』 卷7 睿宗 4년 5월. 당시 조정에서는 동북9성을 여진에게 다시 돌려주자는 논의가 진행되고 있었는데, 당시 극심했던 가뭄과 전염병 역시 9성 환부의 이유로 언급되었을 정도였다.

22) 『高麗史』 卷13 世家13 睿宗 4년 12월 乙酉

23) 『高麗史』 卷13 世家13 睿宗 5년 4월 甲戌

여름 가뭄 끝에 8월이 되어도 곡식이 여물지 않고 전염병이 크게 돌자²⁴⁾ 예종은 外帝釋院에 행차하고, 5부에 명하여 3일간 『반야경』을 읽어 전염병[疫癘]을 물리치도록 하였다.²⁵⁾ 1152년(의종 6)에도 역질이 돌아 의종은 개경의 開國寺에서 기근에 시달리는 자와 疫疾에 걸린 자들에게 음식을 대접하였고, 3일 뒤에는 妙通寺에 행차하여 摩利支天道場을 열고 壽昌宮으로 돌아와 72星에 醮祭를 지내고, 天皇大帝와 太一 및 16神에게 초제를 올려 역질을 물리쳐 달라 기도하였다.²⁶⁾ 1162년(의종 16) 3월 가뭄과 전염병이 심각하여 길거리에 굶어 죽는 자가 즐비했을 정도였는데,²⁷⁾ 5월 왕이 사면령과 구휼을 행하였다.²⁸⁾ 다시 10년 뒤인 1173년(명종 3)에는 정월부터 4월이 될 때까지 비가 내리지 않는 심각한 가뭄이 들었다. 냇물과 우물이 모두 마르고 벼와 보리가 마를 정도로 심했던 가뭄은 기근으로 연결되었고, 여기에 전염병까지 같이 돌면서 많은 이가 굶어 죽고 인육을 파는 사람들까지 있었던 참혹한 상황이 벌어졌다.²⁹⁾ 1187년(명종 17) 5월 개경에 전염병이 크게 발발하여 5부에 명하여 道符神醮祭를 개최하였다.³⁰⁾ 명종대의 전염병은 지방에까지 확산되었던 것으로 보인다. 1189년(명종 19) 황려현(경기도 여주) 현감으로 부임한 임익돈은 관내에 역병이 돌자 승려와 도사들로 하여금 『大般若經』을 읽으며 閭巷을 돌게 하여 질병이 퇴치했다고 한다.³¹⁾ 또한 1202년 연말~1203년 봄까지 경주지역 민란을 진압하러 파견된 토벌군 군영에서 역병이 돌았다. 이때의 역병관련 기록은 東京招討兵馬로 토벌군에 참여한 이규보의 글에서 잘 살필 수 있다. 1202년 연말 경북 선산에 군대가 주둔하고 있을 무렵 統軍尙書 金陟侯가 병이 나자 副使이하를 보내 지리산신에게 병이 낫기를 빌었는데,³²⁾ 병의 원인을 몰라 군대에 두려움이 퍼지고 있었다. 이어 상주로 행군했는데, 이 무렵부터 군영에 병이 돌기 시작하여³³⁾ 이듬해인 1203년 3월 무렵에도 계속하여 전염병이 돌고 있어 결국 반야법석³⁴⁾과 칠귀·오온신에게 제사지내는 초례³⁵⁾를 열어 군중에 유행하고 있던 大疫의 퇴치를 간절히 기원하였다. 전쟁이나 반란 토벌에서 가장 두려운 것은 전염병이었다. 야외에서 생활하는 군대에 전염병이 발생하면 급속도로 퍼지게 되는데, 경주 민란을 진압하기 위해 출동한 군대도 이러한 상황에 처했던 것이다.

12세기 역병발생이 집중된 것은 당시의 기상이변과 관련된 것으로 보기도 한다. 12세기 무렵 동아시아에는 장기간에 걸친 저온현상이 지속되어 기후가 상당히 냉랭해지고 수재와 한재도 자주

24) 『高麗史』 卷13 世家14 睿宗 15년 8월

25) 『高麗史節要』 卷8 睿宗 15년 8월

26) 『高麗史』 卷17, 世家17, 毅宗 6년 6월 庚辰; 癸卯

27) 『高麗史』 卷18, 世家18, 毅宗 16년 3월 丙寅

28) 『高麗史』 卷18, 世家18, 毅宗 16년 5월 丁巳

29) 『高麗史』 卷19, 世家19, 明宗 3년 4월

30) 『高麗史』 卷55 五行志

31) 「任益惇墓誌銘」 김용선(1997), 347.

32) 이규보, 「智異山大王前願文」 『동국이상국집』 권38

33) 이규보, 「更行尙州離營祭文」 『동국이상국집』 권38

34) 이규보, 「疾疫祈禳般若法席文」 『동국이상국집』 권38

35) 이규보, 「七鬼五溫神醮禮文」 『동국이상국집』 권38

발생했다고 한다. 이러한 기상이변이 재해와 기근으로 이어지고 다시 역병의 발병과 확산을 야기 하였던 것이다. 고려시대 역병관련 기록이 12세기에 집중되는 것은 이러한 기후의 원인이 컸다. 뿐만 아니라 숙종과 예종대 적극적으로 추진했던 여진정벌 역시 전염병 발생의 원인이었다. 특히 1110년(예종 5) 발생한 심각한 전염병은 여진정벌에서 돌아온 병사들로 인해전파되었을 가능성이 크다. 그리고 이와같이 장기간 반복되는 기상이변과 역병의 발생은 고려중기 고려 지방사회가 동요하는 원인이 되었으니 앞서 살펴본 것처럼 이규보가 토벌군으로 참여한 경주민란과 같은 민란발생의 한 원인이 되었다.

13세기가 되면 12세기보다는 역병관련 기록이 현격히 감소하지만 여전히 역병은 발생하고 있었다. 대몽항쟁기에도 역병 기사는 계속된다. 강화 천도 직전인 1232년(고종 19) 4월 기근과 전염병으로 죽은 이들이 많았고³⁶⁾, 1254년(고종 41) 6월에는 서울 즉 강화도에 크게 전염병이 돌았으며,³⁷⁾ 이듬해 12월과 그 이듬해에도 겨울에 눈이 오지 않아 강화도에 크게 전염병이 돌았다.³⁸⁾ 1262년(원종 3) 10월도 강화도에는 크게 전염병이 돌았다.³⁹⁾ 원간섭기 이후가 되면 상대적으로 발생빈도는 더 떨어지지만 고려말까지도 전염병은 꾸준히 발생하였다. 1281년(충렬왕 7) 한해는 봄부터 겨울까지 전국에 전염병이 크게 돌아 사망자가 많이 나왔는데,⁴⁰⁾ 일본 원정을 준비하던 여몽연합군의 군중에서도 전염병이 발생하여 수천 명이 죽었다.⁴¹⁾ 1348년(충목왕 4) 4월 개경에 대기근과 전염병이 돌아 나라에서 진흙하였으며⁴²⁾, 1374년(공민왕 23) 3월 개경에 전염병이 돌았고⁴³⁾, 1391년(공양왕 3)에도 수해 및 기상이변과 함께 기근과 전염병이 발생하였다.⁴⁴⁾

전근대 시기 역병의 원인이 어디에 있던 역병이 돌기 시작하면 의약이나 구휼에만 의지할 수 없는 환경이었다. 고려시대 사람들은 인간의 억울함이 쌓이거나 時수에 어긋나는 무언가 때문에 역병이 발생한다고 보았다. 그러므로 그들은 이러한 역병을 이겨내기 위해 할 수 있는 모든 것들을 했는데, 신앙에 의지하게 되면서 고려중기 불교나 도교를 포함한 다양한 의례가 성행하는 배경이 되었다. 특히 고려불교에 깔려 있던 호국과 호법의 관념 즉 불교를 믿는(호국)하는 나라에 위기가 닥치면 제불다천이 도와줄 것이라는 믿음은 역병이 유행할 때 이를 극복하기 위한 의례로 불교의례를 선행하는 바탕이 되었다. ⁴⁵⁾

36) 『고려사』 권23 세가23 고종 19년 4월 임술

37) 『고려사』 권24 세가24 고종 41년 6월

38) 『고려사』 권24 세가24 고종 42년 12월; 고종 43년 12월

39) 『고려사』 권55 지9 오행 3

40) 『고려사』 권29 세가29 충렬왕 7년 12월

41) 『고려사절요』 권20 충렬왕 7년 6월 임신

42) 『고려사』 권37 세가37 충목왕 4년 4월; 『고려사』 권80 지34 식화

43) 『고려사』 권55 지5 오행3

44) 『고려사』 권46 세가46 공양왕 3년 9월 갑진

45) 강호선, 2020, 「역병과 불교의례: 고려~조선전기를 중심으로」 『불교의례와 국가(1)-국가 재난에 대한 불교의 의례적 대응』 대안불교조계종 백년대계본부 불교사회연구소

2) 역병퇴치를 위한 고려시대의 불교의례

(1) 경행과 『반야경』

고려시대 역병과 관련하여 가장 주목되는 의례는 경행이다.⁴⁶⁾ 경행은 고려시대 처음 등장하는 의례인데, 『반야경』을 신고 독송하며 거리를 다니는 가구경행을 일컫는다. 이 의례는 조선초까지 개최되다가 폐지되었다.

가구경행은 1046년(정종 12) 월 신축일에 재상인 최제안이 왕명을 받아 실시하면서 상례화된 의례로 이후 매년 3월마다 정기적으로 개최되었다. 경행은 왕명으로 재상이 주관하는 의례로 『대반야경』을 채색한 가마나 수레에 신고서 궁궐의 구정에서 출발하여 개경의 거리거리를 다니며 백성을 위해 복을 빌었는데, 승려 뿐만 아니라 관료들이 公服을 입고 뒤따르던 행사였다.⁴⁷⁾ 특히 경행을 시작하는 날에는 새벽에 景靈殿의 태조진영에 고하는 의식을 행한 뒤 행사가 시작되었다.⁴⁸⁾ 경행의 주된 목적은 질병을 막는 것이었으며, 역병 기양을 목적으로 하는 경행은 지방에서는 지방관의 주도로 개최되었다.⁴⁹⁾

경행과 관련하여 주목되는 것은 『반야경』에 대한 신앙이다. 경행은 『반야경』 공덕을 통한 소재도량의 성격을 가지고 있기 때문이다.⁵⁰⁾

가) 운운. 삼천대천 세계의 자비하신 분은 우리 석가세존만한 분이 없으시고 十二部 중의 가장 훌륭한 經은 바로 이 『般若』를 말하는 것이니, 선양을 진실로 절실히 한다면 많은 도움이 있을 것입니다. 지금 우리의 군사들이 다 종군하고 있는데 어느 한 사졸인들 공을 세우려 노력하지 않겠습니까. 화는 소홀한 데서 생기는 것인데 군사들이 병들어 일어날 수 없으니, 통솔의 책임을 맡고 있는 사람으로서 당연히 물리칠 계책을 서둘러야 하겠습니다. 그래서 성대하게 불교의 의식을 갖추고 이름 있는 승려들을 소집하여, 특별히 重疊의 네 모퉁이에서 이 眞誑을 7일 동안 열람하오니, 조금이라도 막힌 것이 있으면 원만히 살피시어 바로 통하게 하여 주십시오. 삼가 바라건대 신음 소리가 노래로 변하여 약을 안 써도 병이 낫고, 지친 말은 한번 채찍을 가하면 금방 재빨라져 향하는 곳에 대적하는 자가 없게 되고, 적의 소굴을 모두 뒤엎고 빨리 서울로 돌아가게 하여 주소서. 운운.⁵¹⁾

나) 都城 안에서 행하는 經行을 폐지하였다. 前朝 때로부터 매년 봄 가을의 仲月에 각 종파의 중들을 모아서, 『大般若經』을 외게 하고, 螺鉢을 울리고, 幡과 蓋를 늘어세우고 향불을 들고 앞에서 인도하여 길거리를 돌아다니면서 질병과 재액을 물리친다고 하는데, 2품 이

46) 경행에 대한 연구로는 다음이 있다. 安田純也, 2010, 「高麗經行考」 『朝鮮學報』 215; 강호선, 2019, 「고려 국가불교의례와 經行」 『한국사상사학』 62

47) 『고려사』 권6, 세가 6, 정종 12년 3월,

48) 이규보, 『동국이상국집』 권40, 「經行日景靈殿告事祝」

49) 「任益惇墓誌銘」.(김용선, 『고려묘지명집성』, 한림대출판부)

50) 역질에 대한 사례는 아니지만, 「보원사지 탄문비」에도 “942년(태조 25) 7월 鹽州[황해 연백]와 白州[황해 배천]에 해충이 기승하여 곡식을 해치자, 탄문을 法주로 모시고 『大般若經』을 강설했더니 모든 해충들이 물러가고 풍년이 들었다.”고 하여 『대반야경』은 재해를 물리치는 경전으로 이해되었음을 알 수 있다.

51) 이규보, 「疾疫祈禱般若法席文」 『동국이상국집』 권38

상의 관원이 명령을 받아 향불을 피우고, 監察이 이를 살피고 모두 걸어서 따라다니게 되니, 이를 경행이라 불렀다. 이 때에 와서 임금이 특명으로 이를 폐지하게 하였다.⁵²⁾

가)는 이규보가 지은 글인데, 1202년 경주에서 반란이 일어나자 반란을 진압하려 간 군대에서 역병이 발생하면서 역병을 물리치기 위해 열었던 반야도량의 모습을 보여주는 자료이다. 이처럼 『반야경』 공덕으로 역병을 이기기 위한 기양의례로는 경행 외에 반야도량도 열렸다. 반야도량은 경행보다 개최 사례가 많이 전하고 있는데 『반야경』을 독송하는 般若道場은 고려시대 전염병을 물리치기 위한 대표적인 기양의례였다. 반야도량은 典獄署⁵³⁾나 選軍廳⁵⁴⁾ 등에서 개설하는 경우도 있었지만 현재 확인되는 반야도량의 장소는 대개 乾德殿⁵⁵⁾이나 會慶殿 같은 궁궐이며 임금이 행하는 의례로 5일간 개최하는 경우가 가장 많으나 3일 혹은 길게는 14일, 27일까지도 개최되었다. 또한 현재까지 확인되는 반야도량은 대개 전염병이 돌 때 개설되었다는 특징이 있다.⁵⁶⁾

그렇다면 고려시대 사람들은 왜 역병에 대응하여 『반야경』을 독송하였을까. 空을 설하는 『반야경』은 대승불교의 가장 대표적인 경전이기도 하면서 『반야경』을 독송하는 공덕으로 낫지 않는 병이 없고, 뱀의 독도 없앨 수 있고, 身嬰, 癩疾, 惡瘡腫 등도 모두 낫는다고 했는데 이는 고려시대 역병이 돌 때 반야도량을 개최하는 이유가 되었다. 『반야경』 관련 소재도량들은 경행과 달리 대개 궁궐 전각 혹은 재난이 발생한 곳에서 왕명에 의해 개최되었다. 궁궐에서 개최될 때에는 국왕이 친행하는 경우도 많았고, 정기의례가 아닌 임시의례였다. 경행과 『반야경』 도량은 개최되는 모습은 다르지만 기본적으로는 『반야경』 독송 공덕을 통한 기양을 목적으로 한다는 점에서는 같은 성격을 가진 의례였다.

반야도량 및 경행은 개경 뿐만 아니라 지방에서도 개최되었다. 황려현의 지방관으로 파견되었던 임익돈의 사례처럼 지방관이 주관하는 경행이 있었을 뿐만 아니라 1087년(선종4년) 광주목에서 제작된 청동바라⁵⁷⁾의 명문에서는 지방관의 주관하에 정기의례로서의 반야도량이 봄과 가을에 개최되었음을 보여준다. 『삼국유사』의 「善律還生」에도 東都 즉 경주의 僧司에 『大般若經』이 있어서 매년 봄과 가을에 轉讀하며 재앙을 물리친다⁵⁸⁾ 하여 일연 당시 경주에서 봄 가을에 반야도량이 개최되었고 그 목적은 기양에 있었음을 전하고 있다.

한편 이처럼 『반야경』이 기양의례의 경전으로 전독되는 모습은 고대 일본에서도 확인되어 흥미롭다. 일본의 경우 발생한 재해를 없앨 뿐만 아니라 미래에 발생할 수 있는 재해를 방지하고자

52) 『세종실록』 권15, 세종 4년 2월 19일 병오

53) 이규보, 『東國李相國集』 「典獄行空獄後 般若道場文」

54) 『고려사』 권16 세가16 인종 8년 8월; 권17 세가17 의종 2년 8월 기축

55) 『고려사』 권7 세가 7 문종 원년 3월 계미

56) 고려시대 전염병 기양의례로서의 반야도량에 대해서는 다음의 논문을 참조.

김영미, 2010, 「고려시대 불교와 전염병 치유문화」 『전염병의 문화사』 해안

57) 동국대학교 박물관에 소장. 黃壽永, 1999, 『黃壽永全集 4(금석유문)』, 해안 및 許興植, 1984, 『韓國金石全文』中世上, 亞細亞文化社.

58) 『삼국유사』 권7 감통 「善律還生」 “其經秩今在東都僧司藏中 每年春秋披轉禳災焉”

하는 목적으로 봄과 가을의 두 차례 궁중에서 승려들이 『大般若經』을 전독하는 季御讀經이라는 불교의례를 열었다. 『대반야경』을 전독함으로써 국토에 닥칠 자연재해와 천황에게 닥칠 병이나 죽음을 방지하고자 했던 것인데,⁵⁹⁾ 고려 뿐만 아니라 일본에서도 기양의례를 위한 경전으로 『반야경』이 사용되었던 것은 『반야경』 신앙과 관련하여 앞으로 주목할 부분이라고 생각된다.

(2) 가뭄에 의한 역병을 물리치기 위한 召龍道場

소릉도량도 고려시대 역병기양과 관련하여 그 개설이 확인되는 의례이다. 역병을 기양하기 위해 “召龍” 즉 용을 부르는 불교의례를 했음을 짐작할 수 있는데, 『천수경』에 기반한 의례로 보기도 한다. 『천안천비관세음보살다라니신주경』에는 관세음보살의 ‘呼召天龍八部鬼神印’이 제시되어 있는데 疫癘가 유행하여 사망자가 많을 때 왕이 연못에서 연꽃 108가지를 취하여 연꽃 한가지를 던질 때마다 주문을 한번 외우며 던지면 災疫이 소멸한다고 한다.⁶⁰⁾ 이를 통해 볼 때 소릉도량에는 연못이 필요한 셈인데 고려 명종대를 전후하여 활동한 김극기의가 동림사를 방문하고 남긴 시에는 동림사에 못과 샘이 있었다고 한다.⁶¹⁾

(가) 眞乘은 가장 오묘하여 부처님과 부처님이 서로 護持하시고 잘 付囑함이 있어, 사람이나 사람 아닌 것이나 모두 기뻐하는 바이니 진실로 부지런히 받들면 바로 자비의 은혜를 입나이다. 돌아보건대 時壽이 화기를 상하여 온 백성들이 疫疾에 걸렸나이다. 임금은 백성들이 아니면 국토를 지킬 수 없으니 불쌍히 여겨서 구원하려는 마음을 어찌 감히 늦추겠습니까. 하늘이 내린 재앙은 오히려 피할 수 있는 것이므로 가만히 기도할 要所를 헤아려 보니, 마땅히 法寶에 의탁하여 부처님의 음덕을 빌어야 하겠나이다. 이에 覺席을 절에 베풀고 虵藏의 靈文을 부연하나이다. 원컨대 진리의 바람이 일어나서 천하가 다 함께 즐겁고 편안하여 陰陽의 재앙이 없고 백성이 번영하여 모두 仁壽의 지역에 오르게 하소서.⁶²⁾

(나) 운운. 여래께서는 전염병을 攝受하시어 질병에 응하여 약을 써 주시며 어진 임금은 사람을 구원하는 정사를 베풀되 마치 자기가 구렁에 빠진 것처럼 간절하게 여기나이다. 진실로 높이고 받들어 행하면 즉시 신령스러운 가호를 받게 되나이다. 생각건대 박덕한 사람이 외람되게 중대하고 어려운 자리를 이어받아 항상 백성에게 마음을 써서 한 사람이라도 제자리를 잃은 이가 없게 하려 하나이다. 흉년이 들면 추鄴 나라 백성들이 죽어서 구렁에 구르는 것과 같이 될까 염려하고, 더위가 찌는 듯하면 周后가 더위 먹은 이를 부채질해 준 일과 같이할 것을 기하러 하는데, 하물며 질병에 걸린 사람들을 차마 잠시라도 그냥 보고만 있을 수 있겠습니까. 부처님의 자비에 의탁하여 잘 구원해 주실 것을 빌며 가장 수승한 진 眞眞諡을 선양하여 靈府로 하여금 함께 기뻐하게 하여 주시기를 바라오니, 앞드려 바라옵건

59) 內田敦土, 2016, 「季御讀經の成立と防災方針の變化」 『待兼山論叢-史學篇』 50, 43쪽

60) 김영미외, 『전염병의 문화사』, 해안, 181~191쪽

61) 『신증동국여지승람』 권12 경기, 장단도호부

62) 이구보, 『東國李相國集』 권39, 「東林寺行疫病祈禱召龍道場文」, “眞乘最妙 佛與佛以護持 善囑猶存 人非人而歡喜 苟勤熏奉 尋沐恩慈 顧時令之傷和 巨民居而被疫 后非衆罔與守 敢寬矜恤之心 天作擘猶可違 竊計禱禳之要 宜投法寶 用丐梵麻 陳覺席於鴛廬 演靈文於虵藏 伏願眞風所作 環宇同加 將樂將安 永絕陰陽之寇 既繁既庶 咸躋仁壽之鄉” (한국고전종합 DB)

대 大和의 부채로 오래된 병을 쓸어버리시고, 순수한 복을 독실하게 하시어 국가의 안녕을 이루게 하소서.⁶³⁾

(가)와 (나) 모두 이규보가 소릉도량을 개설하기 위해 왕명을 받들어 지은 글로, 이러한 정황은 소릉도량이 국가의례였음을 짐작케 한다. 이 두 편의 기도문을 보면 당시 심각한 역병이 돌았으며 부처의 외호에 의지하여 역병을 몰아내고자 하는 간절한 바람이 담겨 있다. 무엇보다도 소릉도량이라는 이름은 앞서 살펴본 『천수경』 과의 관련성 외에도 龍과 관련성이 있는 의례로 추정된다. 용과 관련된 의례는 祈雨의례와도 관련이 있으며, 역병구병을 위해서도 개최되었다는 점이 흥미롭다. 한편으로는 고려중기 용왕과 관련된 의례들이 개최되었는데 이규보가 찬술한 글만 살펴 보아도 제사, 불사 등 종류가 다양하며 목적도 기우 외에 국가의 안녕을 바라는 의례나 진병의례 등 다양하다.⁶⁴⁾ 기우의례나 국가의 평안을 바라는 의례, 진병의례 등은 결국 부처 그리고 용의 힘을 빌어 고려라는 공동체의 안녕과 평안을 기원하는 것으로 역병을 물리치기 위한 소릉도량 역시 이러한 맥락에서 이해할 수 있을 것이다. 용은 비를 내리게 하는 신령한 존재이기도 한데, 동림사가 깃들어 있던 용암산자락은 오관산과 천마산, 성거산으로 연결되는 곳이다. 박연폭포가 있는 곳이기도 한데, 유호인의 「유송도록」에 의하면 근처에 龍王堂이 있어 가뭄이 들었을 때 빌면 영험함이 있다고 하였다.⁶⁵⁾ 아마도 이러한 조건들이 동림사에서 소릉도량을 개설하게 된 배경이 된 것으로 보인다. 한편, 역병과 관련된 고려시대의 여러 불교의례들이 역병기양 외의 다른 목적에서도 개최되었던 것과 달리 현존하는 소릉도량 기록은 역병관련 개설만 확인되는 것도 특징이다. 아무튼 이러한 기우와 관련된 장소에서 개최한 소릉도량은 역병을 기양하기 위한 불교의례가 나름 그 시절의 합리적 행위였음도 보여준다. 즉 역병의 원인이 가뭄에 있었으므로 원인인 가뭄이 해결되면 역병도 자연히 해결될 것으로 역병을 물리치기 위한 의례로 기우와 관련된 의례를 지냈던 것이다. 역병에 대한 불교의례가 특정한 종류로 고정되어 있지 않고 다양하게 개최되었던 것은 이렇게 역병의 원인에 대응하는 불교의례를 개설했던 것도 이유가 되었다.

(3) 마리지천도량

摩利支天道場도 역병을 기양하기 위해 개최되었던 의례이다. 마리지천도량은 『摩利支天經』과 그 다라니를 독송하며 재난이 없어지기를 기원하는 의식이다.⁶⁶⁾ 마리지천도량은 대몽항쟁기 국

63) 이규보, 『동국이상국집』 권39, 「疾疫祈禳召龍道場文」 “云云。如來攝疫之門。應病投藥。仁主恤人之政。若已納隍。苟尊閣以奉行。卽靈承於護蔭。念循涼薄。叨襲重艱。常以百姓而爲心。庶無一物之失所。年其饑嗷。猶恐鄰民之轉溝。暑或敲蒸。尙期周后之扇喝。況復有罹於疾病。可能忍視於須臾。期託等慈。仰祈善救。俾暢眞詮之最勝。庶令靈府以同歡。伏願扇以大和。掃里閭之沈頓。篤于純嘏。致家國之寧安”

64) 「全州祭龍王祈雨文」 「臨津沙平通行龍王祭文」 「黃池院龍王祭文」 「祭一善津龍王文」 「同京重興寺說金經 龍王歡喜願」 「龍王祭祀」

65) 유호인 「遊松都錄」 『속동문선』 21. 또한 『고려세계』나 광명사 창건에서처럼 고려왕실은 용왕과의 연관성을 강조하고 있다는 점도 생각해볼 필요가 있다.

난극복을 위해 자주 개최되었던 불교의례였으나 질역을 기양하기 위한 즉 전염병을 극복하기 위해 개최되기도 하였다. 의종 6년 전염병이 돌자 왕이 妙通寺에 행차하여 摩利支天道場을 연 것이 역병과 마리지천도량의 관계를 보여주는 유일한 사례이다.⁶⁷⁾

마리치(Marici)라고 부르는 마리지천은 불교의 여신으로 주요 호법신이며, 밀교신앙과 관련이 있다.⁶⁸⁾ 특히 전쟁과 관련된 호법신으로 고려시대에는 마리지상을 작게 만들어 호지불로 갖는 것이 성행하기도 했다. 역병과 관련하여 마리지천도량이 개최된 사례는 1건밖에 없지만, 역병을 비롯한 각종 재난에서 보호받고 싶었던 마음이 마리지천에 대한 신앙으로 이어졌던 것이다.

(4) 점찰법회

점찰회란 『占察善惡業報經』에 의거하여 숙세의 업과 과보를 점치고 이를 참회함으로써 미래의 복을 닦는 행사였다. 그런데 『삼국유사』 권4 「사복불언」에서 보이듯 점찰회는 일찍부터 위령제의 성격을 가지고 있었고, 고려시대 위령제로서의 점찰회를 국가적으로 개최한 사례도 확인된다. 김부식이 지은 「俗離寺占察會疏」와 유희가 지은 「兜率院占察會疏」를 들 수 있다.⁶⁹⁾ 「속리산점찰회소」는 인종을 대신하여 김부식이 지은 것인데 인종이 역질에 걸리자 조부인 숙종과 이자점이 정권을 잡고 있던 시기에 억울하게 죽은 원혼에 역질에 원인이 있다고 생각하여 그들을 천도하기 위해 거행한 점찰회에서의 기도문이었다. 「도솔원점찰회소」는 의종을 대신하여 지은 것으로 생각되는데, 의종대에 역병이 창궐했던 정황은 「도솔원점찰회소」가 지어지게 된 배경으로 추정된다. 조정에서는 역병이 억울하게 죽은 원혼에 의해 발생한다고 생각하여 그들을 천도하기 위해 점찰회를 거행하여 물리치려 했던 것이다. 흥미로운 것은 두건의 점찰소가 작성된 시기가 바로 고려사에서 가장 역병관련 기사가 증가하던 고려중기였다는 점이다. 고려시대에는 역병이 발생했을 때 혹은 역병의 방지만을 위해 개최되는 특별한 의례는 없었다. 역병 역시 기양의 측면에서 의례로 극복하려 했기 때문에 기양에 효험이 있는 혹은 영험이 있는 여러 신들이 의례의 대상이 되었다. 불교의례 역시 경행, 반야도량, 점찰회, 마리지천도량, 소룡도량 등 다양한 의례의 양상을 볼 수 있는데, 현존하는 기록으로 볼 때 『반야경』의 공덕이 중시되면서 역병과 관련해서는 『반야경』 신앙에 바탕한 경행과 반야도량(반야법석)이 가장 대표적인 의례로 개최되었고, 경행의 경우 정기 의례로서 개최되었던 것을 알 수 있다.

66) 안지원, 2005, 『고려의 국가불교의례와 문화-연등·팔관회와 제석도량을 중심으로』, 서울대 출판부, 304쪽.

67) 『고려사』 권17, 세가 17, 의종 6년 6월 경진, 계묘

68) 마리지천에 대해서는 다음의 연구가 있다.

안지원, 1997, 「고려시대 제석신앙의 양상과 그 변화」 『국사관논총』 78; 최성은, 2008, 「고려시대 호지불과 마리지천상에 대한 고찰」 『불교연구』 29; 조승미, 2016, 「불교의 여신 마리지천에 대한 동아시아의 신앙문화」 『불교학보』 75

69) 두 편 모두 『동문선』 권110에 수록되어 있다.

(5) 진언과 관음신앙

의례를 개설한 것은 아니지만 역병이 돌 때 승려들이 진언을 외워 전염병을 치료하는 방식으로 직접 대응하기도 했다.⁷⁰⁾ 이러한 모습은 고려 후기 많이 보이는데, 밀교승려인 持念業의 祖猷가 대선사에 임명되며 받은 관고⁷¹⁾나 수선사 승려인 혼원을 대선사에 제수하며 내린 관고⁷²⁾에는 이들이 전염병을 사라지게 한 공덕이 있음을 강조하였다. 이렇게 승려들이 직접 관여하여 질병을 치료하는 것은 진언 뿐만 아니라 관음신앙을 통해 이루어지기도 했다고 한다.⁷³⁾ 혜영은 『백의해』에서 『금강정경』의 관자재보살 진언을 칭송하면 질병을 없애준다고 하였고, 백의관음이 들고 있는 버드나무를 꺾은 정병이 전염병을 치유해준다고 설명하였다. 충렬왕때 활동한 원참은 『현행서방경』에서 열병이 유행하는 곳에서 관세음보살과 대세지보살을 녀하면 영험이 있을 것이라 하였다. 또 한편 주술적 처방도 제시되었는데 온역을 끊을 수 있다고 알려져 있는 「斷瘟眞言」을 인쇄해 나누어 지고 지니게 하였다.⁷⁴⁾

3. 조선시대 유교사회 속에서의 역병과 불교

1) 15세기 후반 황해도 지역의 역병과 수록재-여제의 관계

소룡도량, 점찰법회, 마리지천도량 등 고려시대 역병이 발생했을 때 국가적으로 개최하던 여러 불교의례들은 조선건국 후에는 개최되었던 기록이 보이지 않는다. 의도적인 기록 누락이라기보다 실제로 국가의례로서는 개최되지 않았기 때문이다. 경행의 경우에도 폐지와 복설이 반복되다가 1422년(세종 4) 결국 중지되었다. 『대반야경』의 위력으로 역병을 물리치고자 하던 고려불교의 전통도 중지된 셈이었다. 또한 전염병이 발생했을 때 조정의 논의에서 불교의례는 공식적으로 배제되었다. 고려와 달리 조선에서는 국가운영 혹은 국왕과 관련된 공식 의례들을 유교의례로 정비하는 과정에서 새로 수록재가 국행의례로 수용되었을 뿐이었고, 수록재 역시 오래지 않아 국행이 폐지되었다. 조선시대 불교의례는 공적 의례에서 배제되었기 때문인데 그럼에도 불구하고 고려에서는 역병과 관련하여 개최되었던 것이 확인되지 않던 수록재가 조선시대에는 역병과 관련된 대표적인 불교의례가 되었다.

70) 진언을 비롯한 고려시대 밀교와 질병치유의 관계는 다음의 연구가 있다.

김수연, 2021, 「고려시대 밀교 치유 문화의 양상과 특징」 『의사학』 30(1)

71) 최자, 「持念業禪師祖猷爲大禪師官誥」 『동문선』 권27, “선사가 법력으로써 사나운 癩鬼를 구제하여 사람을 구할한 것이 무릇 얼마인가. 더구나 우리 사직의 중신이 바야흐로 병에 걸렸는데, 禪師의 한 번 외침으로 병이 회복되었다.”

72) 최자, 「曹溪宗禪師混元爲大禪師官誥」 『동문선』 권27, “한 번 祖燈과 佛燈을 쳐들자 곧 天火와 人火가 둘 다 없어졌다. 光明이 미치는 바에 疫疾이 또한 사라졌다.”

73) 김영미, 「고려시대 불교와 전염병 치유문화」 『전염병의 문화사』 혜안, 171~172쪽

74) 김영미, 「고려시대 불교와 전염병 치유문화」 『전염병의 문화사』 혜안, 172~177쪽

그렇다면 조선전기 국행불교의례로 유일하게 개최된 수륙재는 역병과 관련해서는 어떤 의미가 있을까? 조선시대에도 원기가 쌓여 역질이 발생한다고 생각했기 때문에 원기를 풀어 주는 것은 이미 발생한 역질을 물러나게 하는 것 뿐만 아니라 역질이 발생하지 않도록 사전에 예방하는 방법이기도 했다. 그런데 원기가 쌓여 역질이 발생한다는 관념은 수륙재 뿐만 아니라 유교의례인 여제에서도 동일하였다.

1401년(태종 1) 권근이 태종에게 올린 상서 가운데 洪武禮制에 의거하여 여제를 개최할 것을 주장하는 내용이 포함된 것⁷⁵⁾은 이후 조선시대 여기를 달래기 위한 국가제사가 수륙재에서 여제로 전환되는 계기를 만들었다는 점에서 주목된다. 권근의 상서를 기점으로 1404년(태종 4) 6월 홍무예제에 의거하여 여제를 올릴 수 있도록 전국에 厲壇을 세우고⁷⁶⁾ 여제와 관련된 의례를 규정한 「厲祭儀」가 상정되었다.⁷⁷⁾ 권근은 이 상서에서 怨氣가 쌓여 疾疫이 생기고, 和氣를 상하여 變怪를 가져오기 때문에 ‘無祀之鬼’에 대해 여제를 올려주자고 제안하였다. 그런데 권근이 말한 여제 개최의 이유는 무주고혼을 위한 齋儀를 설행하여 현재의 질병이나 재해에서 벗어나거나 혹은 앞으로 닥칠지 모르는 각종 재해들을 방지하고자 했던 수륙재 설행 동기와 거의 동일하였다.⁷⁸⁾ 여제의 설행은 기양의례로서의 수륙재와 중첩되는 기능이 있었고, 조선전기 수륙재를 국가에서 설행했으므로, 15세기 조선의 기양의례는 수륙재와 여제 두 가지 방식으로 전개되었으나 점차 국가의례정비과정에서 공적인 기양의례 영역도 불교는 유교의례인 여제에 그 자리를 내 주기 시작하였다. 동일한 목적을 갖는 유교와 불교의례의 혼재는 세종대 이후 본격적인 문제로 대두되었다. 15세기 후반 황해도 지역을 중심으로 발생한 역병은 조선전기를 대표하는 역병사례이자 불교에서 유교로의 의례교체와 이를 둘러싼 지방민과 조정대신간의 갈등을 보여주는 사건이기도 했다. 이 점에서 이번 발표와 관련하여 주목되는 사례이다. 1442년(세종 20) 무렵부터 황해도 지역을 중심으로 발생한 역병은 사그라들 듯 사그라들지 않으면서 성종대까지 간헐적으로 계속되었다. 이 역병과 관련하여 수륙재 설행을 가운데 두고 벌어진 조정에서의 논란은 세종, 문종, 성종대 각기 다르게 전개되는데 이러한 변화는 불교의례(수륙재)에서 유교의례(여제)로의 전환과 함께 조선의 유교화가 진척되는 상황과 궤를 같이 한다. 아래의 실록 기록은 그러한 변화를 잘 반영하고

75) 『태종실록』 권1, 1년 1월 甲戌, “여섯째는 厲祭를 행하는 것입니다. 옛날부터 무릇 백성에게 功이 있거나 죽음으로써 일을 부지런히 한 사람은 제사를 지내지 않는 일이 없습니다. 사당이 없는 귀신도 또한 泰厲의 법이 있습니다. 지금 洪武禮制에 그 법이 매우 잘 갖추어져 있습니다. 우리 국가의 朝禮와 祭禮가 모두 明나라 법을 따르고 있사온데, 오직 이 여제 한 가지 일만이 거행되지 않사오니, 冥冥한 가운데 어찌 원통하고 억울함을 안고 혹은 憤恨을 품어서 마음속에 맺히어 흠어지지 않고, 배를 주리어 먹기를 구하는 자가 없겠습니까. 이것이 죽히 怨氣가 쌓여 疾疫이 생기고, 和氣를 상하여 變怪를 가져오는 것입니다. 또 禮曹로 하여금 前朝 이후 우리 國初까지 공이 있어 제사할 만한 사람을 追錄하여 致祭하는 법을 詳定하게 하고, 州郡의 수령으로 백성에게 사랑을 남긴 자도 또한 그 고을에서 사당을 세워 제사하는 것을 들어주고, 모든 제사를 지내지 않는 귀신의 여제의 법은 일체 홍무예제에 의하여 시행하소서”

76) 홍무예제 도입과 여단 설치에 대해서는 다음을 참조. 최종석, 2008, 「조선시기 城隍祠 입지를 둘러싼 양상과 그 배경」, 『한국사연구』143

77) 『태종실록』 권 7, 4년 6월 9일 戊寅

78) 강호선, 2017, 「조선전기 국가의례 정비와 ‘국행’수륙재의 변화」 『한국학연구』 44, 501~502쪽

있어 다소 장황하지만 이해를 돕기 위해 옮겨보도록 하겠다.

가) 황해도 관찰사에게 전지하기를, "지금 경이 아뢰기를, '道内の 나쁜 병에 걸린 사람들은 모두 鳳山·棘城의 해골이 빌미인 것으로 생각하여 妖邪한 의심이 마음속에 가득하게 되므로, 점차 心勞의 병을 일으켜서 스스로 죽기에 이르게 되는 것이 틀림없습니다.'고 하니, 모름지기 중을 모아 해골을 주어 태워버리어 의혹을 풀어 주라. 또 수륙재는 여제의 한 例로서 또한 백성을 구제하는 일이니, 우선 백성들의 소원에 좇아 무오년의 前例에 의하여 다시 거행하는 것이 어떻겠는가. 경은 事宜에 좇아 편의대로 조치하라." 고 하였다.⁷⁹⁾

나-1) 지금 佛法이 사람들의 이목 속에 깊숙이 들어가 마치 취한 것같이 되어 있어 수륙재의 설시가 그곳 인심을 반드시 기쁘게 하고 편케 하여 이에 의뢰할 것이다. <이렇게 볼 때> 천지의 화기가 비록 일신의 병에까지 응한다고는 할 수 없으나 간혹은 이에서 치유되는 이치도 있는 것이다. 또 마음이 허망하면 쓸데가 없어 목적과 동일하지만 誠이란 純一한 것이며 순일하면 통하지 않는 바가 없다. 그러한 까닭으로 水陸之法이 비록 이단이라고 하나 정성을 드리는 것은 하나 같아서 유익한 것일는지 그 이치를 혹시 알 수 없는 일이다. 더욱이 박절한 일은 본래 신이 들지 않는 것이 없으니 교하·원평 등지에 수륙재를 베푸는 것이 어떠하겠는가? 같이 협의하여 가하다 생각되면 속히 수륙재를 행하여 그곳 인심을 편케해 주어야 할 것이다. 그러나 이 일이 괴탄한 데 간섭되므로 비록 장차 행한다 할지라도 임금으로부터 이 말이 나와서는 안되니 은밀히 예조로 하여금 이를 의정부에 통보한 뒤에 계문하여 행하도록 하라⁸⁰⁾

나-2) 경기감사가 아뢰기를, "도내 原平·交河 등지에 모든 잡된 질병이 전전해 전염되어 인근 군읍까지 침투되고 있는데, 비록 의약으로 치료하여도 즉시 효력을 보지 못하고 있습니다. 신이 주야로 생각하여도 救療의 방책을 얻지 못하여 향촌을 순회하면서 父老들에게 물었더니, 모두 말하기를, '지난번에 황해도 황주 등지에 악질이 한창 치성하여 사람들이 이르기를, 「제사 없는 冤魂들의 빌미」라 하여 水陸齋를 베풀고 기도를 드린 연후에야 厲氣가 점차 그치게 되었으니, 이제 원컨대 수륙재를 황주에서 베풀것과 같이 실시하고 지성으로 기도하면, 병기운이 조금은 그치게 될 것입니다.'라고 하였습니다. 父老들의 말이 비록 탄망하나 그 습속이 이미 오래되어 이같이 하고자 하는 것도 그들 마음 가운데에서 우리나라 온 것이니, 원평 등지에 어느 산수승은 곳을 택하여 지계승으로 하여금 수륙재를 주관하여 행하게 함으로써 민간의 희망에 좇도록 하소서."⁸¹⁾하니, 임금이 그대로 따랐다.

나-3) 백성을 구제하기 위하여 수륙재를 설행하면 이는 곧 好生之德이며 또한 후한 뜻이라 할 것이다. 더욱이 이 법은 유래가 오래 된 것으로서 역대의 제왕도 능히 다 배척한 자가 없으며, 우리 나라 조종 에 이르러서도 어찌 도를 밝게 보지 못하고 학술이 精하지 못하셨겠느냐? 그러나

79) 『세종실록』 권97, 24년 8월 4일 辛卯

80) 『문종실록』 권9, 1년 9월 5일 庚子

81) 『문종실록』 권9, 문종 1년 9월 15일 경술

우리 태조 때에도 자못 수륙의 범회가 있었으니, 대체로 어찌 모르고 하신 일이라 하겠느냐? 疏章 속에 또 말하기를, ‘이 백성을 무마하여 감화를 가져와 大和의 세상을 이루면 천지의 화기가 이에 응한다.’고 하였는데, 대저 병이란 심리의 작용으로 짓는 것이 많다. 궁벽한 향리의 백성들이 서로 전염되어 죽어간 나머지에 이러한 거조를 보게 되면, 그들은 반드시 국가에서 우리들을 위하여 기도하는 것이라 생각하고 장차 마음속에 위안을 얻어 병기도 따라서 그치게 되고 화기도 또한 자연히 응해 올 것이다. 또 報應說에 대하여도 나 역시 이러한 이치가 없다고는 말할 수 없지 않을까 생각한다. 가령 이 일이 곧 이치에 어긋난다 하더라도 백성을 위하여 거행하는데 오히려 무엇이 부끄러우랴⁸²⁾

다-1) 兵曹參知 崔灝元이 厲祭獻官으로서 棘城으로부터 돌아와서 아홉 가지 일을 진언하기를, 1. 황해도는 惡病이 있는데, 北道는 鳳山·黃州, 南道는 文化·豐川이 더욱 심하며 그 사이에 安岳·信川은 이 병이 없습니다. 신이 가만히 산천 형세를 살피건대, 안악·신천은 모두 土山으로서 형세가 단정하고 두터우며, 支壠이 빙 두르고 산천이 둘러쌓였으니 악질이 나지 아니함이 마땅하나, 황주와 봉산은 石山이 높게 솟아서 모두 廉貞·獨火의 형상이며, 支壠이 나누어지고 水破가 거두지 아니하여 모두 鬼劫의 모양이므로, 산천에 독기가 없을 수 없어 질병과 여기가 생김은 마땅한 것입니다. 우리 나라는 산이 높고 물이 아름다워서 길하고, 흥한 그 반응이 가장 빠릅니다. 도선이 삼천비보를 설치하고, 또 經祝鎮禳法이 있었는데, 현재 裨補한 곳의 절이나 탑, 그리고 못과 숲을 거의 다 허물어뜨려서 없어졌으니, 산천의 독기가 흘러 모여서 병이 되는 것인지도 알 수 없습니다. 신은 그옥이 의심하건대 악질이 유행하는 것은 비록 전쟁에 죽은 외로운 냇의 억울함이 맺힌 까닭이라고 하나, 또한 산천의 독기가 흘러 모여서 禍를 빚은 소치로 그러한 것이 아닌가 여겨지기도 합니다. 청컨대 도선의 산천비보하는 글에 의거하여 鎮禳하는 법을 거듭 밝히소서... 1. 황해도의 惡疾이 평안도에 흘러 들어와서 中和郡 일대에 사람이 죽어서 거의 없어졌으니, 청컨대 중화군 지역에도 厲祭를 마련하게 하소서. 1. 황해도와 평안도 백성은 赴防과 물건 실어나르고 사람을 호송하기에 시달려서 富實한 자가 적고 빈궁한 자가 많으며, 죽은 사람은 대개 장사하지 못하였는데, 신축년·임인년에는 연달아 흉년이 들어서 굶어 죽는 자가 잇대어 생겼으며, 대다수가 구령을 메워서 뼈가 모래 자갈에 드러 났습니다. 사람의 뼈를 덮고 묻는 것은 月令에 실려 있는 어진 정치의 하나이니, 청컨대 여러 고을 수령으로 하여금 아내가 있는 중을 뽑아서 作作的 役을 정하여 춘추로 거두어 묻게 하고, 또 행실이 있는 僧徒로 하여금 수륙재를 베풀기를 권하여 굶주리고 목마른 냇을 위로하소서.⁸³⁾

다-2) 임금이 말하기를, "수륙재 등의 일은 바르고 뿔뿔한 道가 아니며, 이제 최호원이 말한 도선 탑묘의 일은 불경함이 심한 것으로서 임금 앞에 아뢰 수 없는 것인데도 <거리낌 없이 말했으니,> 이런 일로 보건대, 심술이 바르지 못함을 알 수가 있다.⁸⁴⁾

82) 『문종실록』 권9 문종 1년 9월 19일 갑인

83) 『성종실록』 권174, 성종 16년 1월 5일 戊子

84) 『성종실록』 권174, 성종 16년 1월 6일 기축

가)는 세종, 나)는 문종, 다)는 성종대의 기사이며 모두 황해도 지역에서 발생한 역병과 수륙재 설행을 둘러싼 논란과 그에 대한 임금의 결정을 보여준다. 주목되는 것은 역병이 발생한 지역의 지방관이나 혹은 여제를 봉행하기 위해 파견되어 현장을 보고 돌아온 관료의 입장과 조정대신들의 입장에는 상당한 온도차가 있다는 것이다. 가)의 황해도관찰사나 나)의 경기감사 그리고 다)의 여제현관 최호원 모두 과거를 보고 관료가 된 사대부들이다. 그럼에도 불구하고 이들은 수륙재가 가지고 있는 민심의 위무라는 측면에 주목하였다. 수륙재가 유자로서 이치에 어긋나는지의 여부보다 민심의 위무가 더 시급했던 것이다. 가)에서 세종은 1442년(세종 24) 황해도에서 역병이 돌아 황해도 관찰사의 청을 받아들여 봉산과 극성에 흩어져 있던 시신을 수습하고 백성들의 소원을 따라 수륙재를 열도록 하였는데, 수륙재를 여제의 한 예라고 하고 있어 의례에 밝았던 세종조차도 양자를 분명하게 구분하지 않았던 것을 알 수 있다. 그러나 문종은 세종과는 다소 다른 입장에 서게 된다. 나)는 문종대의 이러한 변화를 보여준다. 문종은 수륙재와 여제의 차이를 분명히 인식하면서도 나-2)에서처럼 천인감응설의 입장에서 조정대신들의 반대를 묵살하며 수륙재의 설행을 허락하였다. 1453년(단종 1)에도 황해도 황주에서 역병을 물리치기 위한 수륙재를 설행했는데,⁸⁵⁾ 이렇게 황해도 지역에 역병이 지속적으로 발병함에도 그때마다 수륙재를 개최했던 것은 수륙재가 역질 구제에 효험이 있다고 믿었던 당시 백성들의 믿음 때문이었다. 그리고 국왕은 비록 수륙재가 효험이 없더라도 백성들을 위로할 수 있다면 백성들의 믿음을 인정해 주어 수륙재 개설을 허락하곤 하였다. 그러나 다)에서 성종은 앞의 세종이나 문종과는 전혀 다른 입장을 보여준다. 1485년(성종 16) 황해도의 역병을 기양하기 위한 여제를 올리고 돌아온 최호원은 수륙재를 베푸자는 건의를 올린다. 세종대 황해도 역병이 보고된 이후 불과 40년이 지난 시점이었다. 최호원의 건의에 대해 대간을 비롯한 조정대신들은 잇달아 최호원을 비난하는 상소와 주장을 펼치며 수륙재를 열며 도선의 비보설을 받아들여자는 최호원의 주장을 허탄하고 망령되었다고 비판하는데 성종 역시 공감하고 있으며 최호원의 마음이 바르지 못하다는 인격적인 모욕까지 거침없이 하여 세종이나 문종과는 전혀 다른 모습을 보이고 있다. 이는 이미 성종대 공식적인 기양의례로서의 자리를 여제에게 넘겨주었던 상황을 반영하는 것이다. 그럼에도 불구하고 수륙재는 여전히 역병에 대처하는 불교의례로 민간 사찰에서 개최되었다.

2) 조선후기 이상기후로 인한 전염병 빈발과 불교의 대응

16세기 말의 임진왜란과 17세기의 병자호란의 양란으로 인한 사회적 혼란과 고통, 그리고 ‘소빙기’에 해당하는 16~18세기 초의 이상기후는 자연재해의 만연과 함께 기근과 전염병도 빈번하게 발생하였다.⁸⁶⁾ 조선후기 양대 대기근인 현종대의 경신대기근(1670~1671)과 숙종대의 을병대

85) 『단종실록』 권5 단종 1년 1월 21일 기묘

86) 16~17세기 소빙기의 자연재해로 인한 조선후기 사회 위기에 대한 연구는 이태진이 본격적으로 제기한 이후 (이태진, 1996, 「소빙기(1500~1750년)의 천체 현상적 원인 - 『조선왕조실록』의 관련 기록 분석」, 『국사관논

기근(1695~1699), 그리고 숙종 30년(1704) 무렵 발생한 재난 등이 모두 이 시기에 일어난 것으로, 재난으로 발생한 조선의 17세기 위기론은 앞서 살펴본 고려중기 위기론을 떠올리게도 한다.

이 시기 사찰에서는 수륙재 관련 불교의식집과 위경, 영험담 등이 많이 간행되었다.⁸⁷⁾ 특히 수륙재 관련 불교의식집의 간행이 16~17세기 집중된 것은 양란을 겪으며 불교계가 위령을 위한 불교의식을 활발하게 개최했던 것과 관련이 있을 뿐만 아니라 소빙기의 이상기후로 인해 발생한 장기적인 피해 때문이었다. 이 시기를 살았던 승려들의 문집 속에 수록된 齋疏文은 당시의 참혹한 상황을 적나라하게 전하고 있으며, 이들을 천도하고 위로하기 위해 수륙재를 개설하고 있음을 볼 수 있어 수륙재는 조선후기 전쟁, 자연재해, 전염병 등에 대응하는 불교의례였음을 알 수 있다. 당시의 불교의례는 조선후기 실록이나 사대부들의 문집에는 수록되어 있지 않지만 승려문집과 간행된 불서들을 통해 조선후기에도 국가가 하지 못하는 민심위무를 불교가 담당하고 있었음을 볼 수 있다. 그리고 이러한 불교의식이 성행하면서 의식에 필요한 진언 다라니가 유행하여 진언집도 활발하게 간행된 것이다.⁸⁸⁾

1670~1671년(현종 11~12) 발생한 경신대기근은 현종 즉위 후 계속된 이상저온현상에 기인하였다. 현종 8~9년에 전국을 강타한 재난은 현종 10년까지도 그 여파가 지속되고 있었다. 계속된 냉해는 흉년으로 이어지고, 이는 또다시 기근발생과 전염병의 확산으로 이어졌다. 소빙기에 의한 이상기후로 인한 재난은 1670년(현종 11) 본격적으로 심해지면서 전국적으로 확산되었다. 우역(牛疫)을 동반한 천연두와 홍역에 의한 피해는 삼남지역에까지 확대되었으며 현종 12년까지 대흥년이 3년에 동안 계속되면서 기근은 점차 전 계층으로 확산되고 서울까지 심각한 기근을 겪게 되었다. 특히 현종 12년 봄 이후에는 장티푸스와 같은 수인성 급성전염병이 돌면서 여름까지 사망자가 속출하다 가을 대풍이 들면서 10월 이후 소멸되기 시작했다.⁸⁹⁾ 숙종 24~25년 무렵 발생한 ‘을병대기근’에서도 장티푸스가 창궐하면서⁹⁰⁾ 숙종 24년 한해동안 기근과 전염병으로 사망한 숫자는 도성 1,582명, 8도 21,546명이었다고 하는데 지방의 경우 사망자 숫자가 완전하게 보고가 된 것도 아니었다고 한다.⁹¹⁾ 현종대부터 숙종대에 걸쳐 계속된 일련의 재난은 소빙기의 현상 즉 이상기후에 의한 것이어서 국가에서도 제대로 대응할 수 없는 시기였다. 기민들에 대해 구휼을 하고, 죄수들에 대한 疏決, 기우제 실행, 조세감면 등의 대책을 시행했지만 이러한 것들이 대재난을 억제하거나 전염병의 발발을 막을 수는 없었다. 수년에 걸쳐 자연재해-기근-전염병 유행의 악순환이 반복되었고, 이러한 악순환은 주기적으로 발생하였다. 이러한 상황에서 각 지역의 사찰에서 개최되었던 수륙재는 사람들을 심리적으로 위로하며 사회적 존재 의미를 확인하였다. 또한 아

충』 72) 조선후기사 연구에 많은 영향을 주었을 뿐만 아니라 조선후기 불교사 연구에도 영향을 미치고 있다.

87) 조명제, 2009, 「조선후기 송광사의 전적간행과 사상적 경향」 『보조사상』 32

88) 남희숙, 「16~18세기 불교의식집의 간행과 불교대중화」 『한국문화』 34

89) 김성우, 1997, 「17세기 위기와 숙종대 사회상」 『역사와현실』 25, 23~32쪽

90) 김성우, 1997, 「17세기 위기와 숙종대 사회상」 『역사와현실』 25, 35~39쪽

91) 『숙종실록』 권32 하 숙종 24년 12월 무진

래 기록에서 보듯 경신대기근이 끝나갈 무렵 승려들은 장사지내지 못하고 있던 시신들을 거두어 묻는 일도 담당하여 재난을 수습하는 과정에도 참여하고 있었다.

A) 도성 근처의 주인이 없는 藁葬된 주검을 교외의 10리 떨어진 곳에 묻게 하고 측근의 신하를 보내어 제사를 지내게 하였다. 鄭致和가 아뢰기를, "올해 죽은 무리를 外南山과 慕華館 뒤 여러 곳에 묻은 숫자가 헤아릴 수 없이 많습니다. 일가붙이가 있어서 다시 장사지낼 수 있는 것을 제외하고는 관가에서 거두어 묻지 않을 수 없습니다. 그러니 柳赫然으로 하여금 그 일을 관장하게 하되, 샅을 받고 주검을 묻을 자 수십 인을 구하고 또 경기 고을의 僧軍 2백 명을 징발하여 힘을 합해 옮겨 묻게 하고, 또 호조에 있는 헌 무명을 가져다가 얼굴을 가리게 하소서. 그리하여 다 묻었으면 측근의 신하를 보내어 壇을 설치하고 제사지내게 하소서." 하니, 상이 따랐다. 드디어 동서남 세 곳의 교외에다 거두어 묻었는데, 임자없는 주검이 모두 6천 9백 69구이었고, 이 밖에 구덩이에 굴러 죽어 거둘 수 없는 해골이 또 얼마나 되는지 알 수 없었다.⁹²⁾

17세기 당시 각 지역에서 불교계가 수륙재를 개최하며 전쟁과 역병에 고통을 겪는 민심을 위로 했음은 다음의 소문으로 확인된다.

B) 소문만 듣고서 모두 무너지고 말았습니다. 적들이 승승장구하여 곧장 三京에 들어오는데, 임금의 가마는 피난을 가고 백성은 도탄에 빠지면서, 시체는 구렁에 쌓이고 피는 도성에 흘러 넘쳤습니다. 그리고 兵戈를 피했다고 하더라도 굶주려 죽음을 또 면하지 못하였으므로, 이어진 시체가 들판에 가득하여 눈으로 보기에 참혹하고 마음이 아프기만 하였습니다. 그리하여 흰백의 원한이 맺혀서 하늘도 칙칙하고 귀신이 한테 영겨서 구름도 암담하였는데, 하늘이 높은 곳에서 내려다보며 죄 없는 그들을 안타깝게 여긴 나머지, 산림에 綸音을 내려서, 유골을 수습해 들판에 묻어 주게 하고 醮祭를 올려 그들을 천도하게 하였습니다. 이 때문에 산야에서 눈물을 흘리며 下教를 봉행하여 유골을 수습해서 일단 안장을 한 뒤에, 깊이 원혼을 구제하려는 서원을 세우고 널리 단월에게 좋은 인연을 맺기를 권유하게 되었습니다. <중략> 삼가 바라옵건대, 주상 전하께서 龍樓에서 만세를 누리시고 鳳閣에서 천추를 누리실 가운데 干戈가 영원히 소멸되어 나라의 운명이 다시 융성해지도록 해 주소서. 그리고 다음으로 바라옵건대, 전사한 망령들이 속히 원한에 맺힌 마음을 풀고 길이 윤회를 면하도록 해주시고, 남은 은택의 물결에 젖어서 고통 받는 무리도 똑같이 구제받게끔 해 주소서.⁹³⁾

C) 아, 지난 시대에 사람이 살다가 이 세상을 떠날 적에 몸을 온전히 하여 돌아간 자는 한둘에 불과하였고 참혹한 죽음을 맞은 자는 천만이나 되었습니다. 이를 자세히 설명할 수는 없으나 근세의 비통한 일을 대략 거론하면서 눈물을 닦고 씨 볼까 합니다. 임진왜란 때에는 三京을 지키지 못한 채 만백성이 어육이 되었고 또 정묘호란 때에는 서쪽 변방이 함락되어 역조 창생이 결판이 났습니다. 그리하여 해골이 들판을 덮고 핏물이 시내에 넘칠 정도가 되었는데, 부자가 모두 죽었으니 누가 장사 지내고 누가 매장할 것이며 부처가 모두 죽었으니 누가 봉분하고 누가 제사 지낸단 말입니까. 아, 이것이 하늘 탓입니까 사람 탓입니

92) 『현종실록』 권19, 현종 12년 9월 30일 무인

93) 『부휴당대사집』 권5, 「薦戰死亡靈疏」(ABC, H0149 v8, p.21b17), 불교기록문화유산아카이브 <https://kabc.dongguk.edu/>

까. 아니면 명운입니까 운수입니까. 어찌하여 사람이 도탄에 빠진 것이 이와 같이 극도의 지경에 이르렀단 말입니까. 애달프게 살아서 죽은 이를 슬퍼하며 흐느끼는 소리가 天陰 月夕 아래에 뒤섞여 들리는데, 저 창천은 죽이는 것을 싫어하니 음양의 조화를 해쳐 재앙이 일어날까 두렵습니다. 만약 방외의 神力을 의지하지 않는다면 원혼을 해탈하게 하기 어렵겠기에, 山野에서 무궁한 大願을 세워 有情의 孤魂을 구제하려고 하니, 부모와 처자를 천도하려는 마음을 지닌 사람들 모두가 이 글을 읽고서 동참해 주시면 매우 다행이겠습니다. <후략>⁹⁴⁾

B)는 부휴선수(1543~1615)가 전쟁으로 죽은 이들을 천도하는 수록재를 지내며 지은 소문이다. C)는 奇巖法堅(1552~1634)이 지은 권선문이다. 금강사 유점사 보광전의 기단을 개축하는 낙성식에서 수록재를 개최하기 위한 비용을 시주하기를 단월들에게 권하기 위해 지은 글이다. 기암의 경우 그가 지은 권선문이나 경찬소 중에는 유점사, 장안사, 표훈사와 같이 금강산 사찰과 관련된 것이 많다. 이러한 권선문이나 경찬소는 대개 사찰 공사와 관련되어 수록재를 열며 양란으로 희생된 고훈들이 재앙을 가져오지 않게 고훈들을 천도하면 이들로부터 보답을 받을 수 있다고 하였다. 사찰 중수와 관련된 글이 많은 것은 양란 이후 훼손된 사찰을 중창하는 불사가 활발하게 개최되었던 17세기 상황을 반영하는 것이다. 이러한 현상은 기암집 뿐만 아니라 부휴선수의 문집이나 사명당의 문집에서도 기와를 굽는 등 건물공사와 관련된 불사에서 수록재를 지내며 무주고혼의 극락왕생을 기원하는 글이 여러 편 있어 수록재가 가장 익숙한 의례로 개최되고 있음을 보여준다. 이처럼 양란이 끝난 직후에 활동했던 승려들은 전쟁 수 사찰복구에 필요한 각종 불사에서 수록재를 설행함으로써 전쟁으로 인한 백성들의 고통을 위로하고 있었다.

한편, 위에서 살펴본 것처럼 현종대와 숙종대 소빙기로 인한 역병이 창궐하면서 수록재를 열어 사방을 떠도는 원혼들이 구제되어 여러가지 惡死가 소멸되기를 바라는 등 수록재를 크게 여겼던 사례도 볼 수 있어 수록재가 향촌사회의 안정화에 심적으로 기여할 수 있었음을 짐작케 한다. 일례로 1690년(숙종 16) 3월 삼짓날 평양의 천변에서 월저도안은 대규모의 수록재를 열어 국외의 장수와 함께 전쟁에서 죽은 원혼들과 사방을 떠도는 원혼들이 구제되어 89종의 夭亡과 15가지의 惡死가 해소되기를 기원하였다.⁹⁵⁾ 또한 평안도 三和府의 천변에서 올린 수록재의 소문 중 하나인 「夜上疏」에서는 전염병의 참상을 전하고 있다. 이에 의하면 전염병이 더욱 심해져 거리에는 곡성만 들려 馬站 천변에 수록무차대재를 열고 다라니를 암송함으로써 부처님의 불가사의한 힘을 빌어 어려움을 해소하려 한다고 하였다.⁹⁶⁾

D) 임진년 왜란에는 임금께서 잠시 이 성에 머물렀고, 정묘년 호란에는 백성들이 성곽 밖에서 모조리 몰살당했기에 蒿里的 묵은 달빛은 암담하고 참혹하며, 棘林의 슬픈 바람은 쓸

94) 『기암집』권3, 「楡岾寺普光殿基陞改築落成水陸勸善文」(ABC, H0156 v8, p.180a12-a13)

95) 『월저당대사집』 권하 「平壤川邊水陸疏」(ABC, H0181 v9, p.104b23)

96) 『월저당대사집』 권하 「三和府川邊水陸疏」(ABC, H0181 v9, p.105a18)

쓸하기 그지없습니다. 이에 누차 홍수와 가뭄과 병충해의 재앙을 초래하고 혹은 질병과 역병과 창질이 창궐하기도 하였으며, 요망한 귀신이 곡을 하고 샷된 귀신이 원한을 품어 흉하게 죽는 일이 빈번하고 나쁘게 죽는 일이 많았습니다. <중략> 만약 신과 귀신이 교대로 침범하는 일을 없애고자 한다면 반드시 널리 구제하시는 부처님과 성인의 힘을 빌려야만 하니, 아난다는 法食을 베풀었고, 焦面鬼는 허기를 면하게 해 주었습니다. 그러나 부처님의 공덕이 가득한 하늘의 오랏한 달은 그 그림자가 암담하기만 하고, 인생살이는 죽음의 바다와 같아 온갖 귀신들의 곡소리만 시끄럽습니다. 근간에 산승 瑞益이란 자가 한 조각 구름과 같은 몸에 천 리를 나는 학의 뜻을 품고서 표연히 仙界의 신선을 방문했다가 우연히 이곳 息城에 머물게 되었습니다. 그는 네거리에서 물 향아리 하나를 짚어지고 목마른 자들을 구제하였고, 여러 발두독에 온갖 곡식을 심어 굶주린 자들을 구제하였습니다. 더불어 또 흉한 귀신과 악한 신들의 외로운 혼백을 구제하고자 발원하여, 부처님께 기도하고 임금을 위해 축원하는 대회를 마련하고자 모연하게 되었습니다.⁹⁷⁾

D)는 虛靜法宗(1670~1733)가 청천강 천변에서 수륙재를 개설하면서 시주를 권하기 위해 쓴 권선문이다. 이 글에서도 양난 이후의 자연재해와 전염병의 참상과 함께 수륙재를 열어 이러한 전염병과 자연재해를 일으키는 악신이나 고힌을 천도해야 한다고 하였다. 조선후기 이러한 기도 문은 이외에도 여러편이 더 전하는데, 이처럼 양란 뿐만 아니라 소빙기 이상기후로 인한 재난과 전염병으로 고통받던 16~17세기 국가가 하지 못하던 사회적 위로를 불교계가 적극적으로 담당함으로써 이후 불교는 대중화, 서민화를 이룰 수 있었다.⁹⁸⁾ 이러한 글에서 공통적으로 보이는 인식은 조선전기 이래의 수륙재 개설 이유이다. 자연재해나 천재지변을 일으키는 원인으로 꼽는 여기는 역병의 원인이기도 했는데, 전쟁으로 억울하게 죽은 많은 사람들이 있는 이상 조선후기 사람들에게 있어 17세기의 대재난은 어찌보면 당연한 결과로 여겨졌던 듯 하다. 여기가 많이 쌓여 있으니 그로 인해 혹독한 역병이 자주 발생할 수 밖에 없을 뿐만 아니라 역병으로 또다시 무주고혼들이 많이 생겨나면서 이들이 또다른 재해와 역병을 불러오는 악순환이 계속된다고 여겼던 것이다. 이러한 때 무주고혼을 천도하는 의례인 수륙재를 낙성식을 비롯한 사찰의 여러 행사에서 개최하면서 무주고혼을 천도해 줌으로써 이를 접하는 일반 백성들의 마음이 곧 역병과 재난이 물러가리라는 기대와 마음의 평안을 주었던 것이다. 감로탕과 같은 수륙재 의식화가 조선후기 많이 그려지는 것도 이러한 상황을 반영하는 것이다.

조선시대 불교는 국초부터 국가의 공식적인 영역에서 배제당했지만, 유교나 정치로 충족시킬 수 없는 민심의 불안함을 달래는 것은 불교의 여전한 기능이였다. 수륙재는 역병과 같은 재난에 대한 불교계의 대응이었던 것이다.

97) 『虛靜集』 권하 「安州川邊水陸勸文」 (ABC, H0196 v9, p.515a07)

98) 남희숙, 「16~18세기 불교의식집의 간행과 불교대중화」 『한국문화』34, 140쪽

맺음말

불교에서는 실존적 질병이 신체적 질병보다 더 근본적이라고 본다. 그리고 신체를 비롯한 모든 물질을 구성하는 네가지 요소의 성질이 서로 충돌하기 때문에 그리고 계절과 절기의 변화에 따라 신체적 질병이 일어난다고 보았다.⁹⁹⁾ 그런데 고대~조선시대 불교관련 자료에서는 전염병의 원인으로 주로 꼽는 것은 ‘원혼’의 작용이다. 고려시대 역병을 기양하기 위해 개최된 점찰법회에서도, 그리고 조선시대 가장 성행한 수륙재에서도 모두 원혼을 달래 역병을 방지하거나 없애고자 하고 있다. 이렇게 원혼이 질병을 야기한다는 관념은 이들을 달래기 위한 의례를 개최하게 하고, 의례에서 다라니 염송을 수반하게 했다. 중국, 한국, 일본 등에서 볼 수 있는, 원혼이라 볼 수 있는 여기의 작용으로 질병이나 전염병이 발생한다는 관념은 불교의 동아시아화의 한 단면이 아닌가 하는 생각도 해 보게 된다. 한편, 전근대 시기 인간의 힘으로 어찌할 수 없는 역병이 발발했을 때, 불교 그리고 승려들은 직접 치료를 하거나 혹은 수술적 처방, 또는 국가적 혹은 개별 사찰에서의 치병의례를 포함한 불교의례를 통해 직접 역병에 대응하며 민심을 위로하는 역할을 하였다. 이러한 역할은 국가가 미치지 못하는 부분이기도 했으며, 불교가 긍정적인 對사회적 기능이자 가치이기도 했다. 이러한 위로의 기능은 정치사상이나 제도가 아닌 신앙과 종교이기에 가능했던 부분이기도 하다.

전근대 시기에도 역병에 대한 기본적인 대처는 의원을 통한 치료와 국가적 구휼정책에 있었다. 그러나 원인도 알 수 없고 얼마나 확산될지 그리고 언제 끝날지도 알 수 없으며 전염력도 강하고 치명률이 높은 전염병은 의원과 약을 통한 치료와 국가적 구휼만으로는 극복할 수 없는 대상이었다. 무엇보다도 이러한 역병으로 인한 사회혼란은 위정자에 입장에서 가장 큰 고민거리였을 것이다. 그러므로 역병이 돌면 의례의 측면에서도 할 수 있는 모든 것을 해 보았던 것이다. 유교의례 뿐만 아니라 불교나 도교 심지어 무속에까지도 의존하였던 것은 역병을 극복하고자 하는 당시의 절실함을 보여주는 것이다. 특히 불교와 연결된 이러한 정황은 고려시대 가장 두드러지게 나타나며, 이는 고대~조선시대 불교가 가지고 있던 사회적 역할이자 존재 의미이자 긍정적 기능이기도 했다.

99) 이은영, 2021, 「불교의학의 질병관」 『선학』 59, 196~201쪽

「역사 속의 전염병과 불교의례 - 한국전근대 시기를 중심으로」에 대한 논평

윤종갑 / 동아대

인간은 본질적으로 생노병사에 매인 고통의 존재이다. 인간의 실상을 생노병사로 파악한 붓다의 진단과 그 극복 과정이 바로 불교의 탄생과 불법의 시작이다. 그러한 의미에서 불교는 생노병사를 벗어나기 위한 처방[요법]인 동시에 가르침[지혜]이다. 생노병사의 인간은 인류역사와 함께 질병의 고통을 겪어 왔다. 즉 인류역사는 끊임없는 문명의 발전을 구가해 왔음에도 불구하고 오늘날의 코로나 사태가 보여주듯이 여전히 질병에 시달리고 있다. 인류역사는 곧 질병의 역사인 것이다.

본 발표문은 한국의 고대부터 조선에 이르는 질병의 발생에 대해 불교가 어떻게 대처해 왔는가를 『삼국유사』와 『고려사』 그리고 조선실록 등 여러 경전의 문헌에 근거해 실증적으로 접근하고 있다. 그 결과 “인간의 힘으로 어찌할 수 없는 역병이 발발했을 때, 불교 그리고 승려들은 직접 치료를 하거나 혹은 주술적 처방, 또는 국가적 혹은 개별 사찰에서의 치병의례를 포함한 불교의례를 통해 직접 역병에 대응하며 민심을 위로하는 역할을 하였”음을 밝히고 있다. 따라서 우리는 본 논문을 통해 고대 삼국시대부터 조선에 이르는 한국의 역사에서 질병에 대한 불교적 진단과 대책이 어떠한지를 전체적으로 파악할 수 있다.

발표 내용이 대부분 역사적 사료에 근거해 서술되었기 때문에 발표자의 관점과는 별다른 이견은 없다. 주로 역사적인 관점에서 서술되었기 때문에 질병에 대한 시대적 상황과 대처 방안이 연대순으로 잘 정리되어 있어 일목요연하게 질병과 불교와의 관계를 알 수 있었다. 따라서 전체의 내용을 따로 요약하기보다는 질문과 함께 중요한 내용은 서술하겠다. 질문은 다음과 같이 다섯 가지이다.

첫째, 제목에서도 드러나듯이 본 발표문은 전염병과 불교의례에 관한 내용이 대부분을 차지한다. 이렇게 발표문을 불교의례로 접근한 것은 당시의 전염병에 대한 불교적 진단과 대책이 불교의례에 의해 이루어졌기 때문인지, 아니면 발표자의 관심이 불교의례에 두었기 때문인지 알고 싶다. 발표자는 “실제 의술을 통해 질병을 낮게 한 것으로 추정되는 승려들에 대한 기록”(4쪽)도 있

다고 하였는데, 그 의술 치료에 대한 구체적인 내용이 무엇인지 궁금하다. 질병(전염병)은 실제 의술적 치료가 중요하기 때문에 불교적 치료 의술이 어떻게 행해졌는지 알고 싶은 것이다. 본문에는 불교 의술에 대한 내용이 거의 없는데, 이에 대한 보다 상세한 설명을 해주었으면 한다.

둘째, 각 시대별 질병 치료를 위한 의례에서 사용되는 경전이 서로 다른데, 이것은 그 시대에 유행한 불경이 달라졌기 때문인지 아니면 질병에 대한 인식이 달라져 처방이 변화되었기 때문인지 알고 싶다. 예를 들면, 고대 삼국시대에는 『인왕경』 「호국품」과 『약사경』이 암송되고, 고려시대에는 『반야경』과 『금강정경』, 그리고 조선시대에는 불교의식집과 위경, 영험담이 사용되었다고 하는데, 이러한 경전의 교체 원인이 무엇인지 궁금하다.

셋째, 불교사상적으로 볼 때, 질병 치료는 주로 『약사경』 그리고 국가 환란에는 『인왕경』과 『금강명경』이 사용되는데, 고려시대에는 역병에 대응하여 왜 『반야경』이 사용된 것인지 궁금하다. 물론 발표자는 “空空을 설하는 『반야경』은 대승불교의 가장 대표적인 경전이기도 하면서 『반야경』을 독송하는 공덕으로 낫지 않는 병이 없고, 뱀의 독도 없앨 수 있고, 身嬰, 癩疾, 惡瘡腫 등도 모두 낫는다고 했는데 이는 고려시대 역병이 돌 때 반야도량을 개최하는 이유가 되었다.”고 설명하고 있다. 그러나 『반야경』은 공의 지혜와 깨달음을 지향하는 것을 주된 목적으로 하는 경전으로, 발표자가 설명하였듯이 질병치료를 위한 1차적인 경전은 아니다. 물론 불교의 모든 경전이 그러하듯이 경전 그 자체의 위력은 지혜와 깨달음뿐만 아니라 질병과 환란을 극복하는 공덕은 어느 경전이나 갖고 있다. 그러나 질병과 환란을 목적으로 하는 경전이 있고 이미 삼국시대에 사용되어 왔는데, 왜 고려시대에는 『반야경』으로 대체되었으며, 또 발표자가 설명한 내용처럼 질병치료를 『반야경』이 가장 수승한 것으로 간주되었는지 그 이유와 배경을 알고 싶은 것이다. 인용한 발표자의 설명이 어떤 문헌에 근거한 것인지 아니면 발표자의 설명인지 그 근거를 구체적으로 제시해 주었으면 한다.

넷째, 발표자는 용을 질병의 원인과 해결사라는 이중적 의미로 설명하고 있다. 즉 삼국시대에는 용이 질병의 원인이 되고 있음에 반해 조선시대에는 ‘가뭄에 의한 역병을 물리치기 위한 용’ [召龍道場]으로 설명하고 있다. 일반적으로 용은 신성함의 상징으로 간주되는데, 악한 기운과 질병을 일으키는 악한 존재로 묘사하는 그 이유가 무엇인지 궁금하다. 의상대사와 선묘의 설화에서 나타나듯이 용은 불교에서도 일찍이 길상한 존재로 여겨왔는데, 왜 질병을 일으키는 악한 존재로 기술되었는지 그 이유에 대해 설명을 해 주었으면 한다.

다섯째, 발표자는 질병의 발생 원인으로 이상 기온과 기후 변화, 그리고 전쟁과 교역에 의한 인적 이동에 의한 것으로 파악하고 있다. 특히 인적 이동에 의한 질병의 전염은 당시의 교역과 외교 등 국제적 관계와 문화사 연구에 있어 매우 중요한 자료가 될 것이다. 이러한 연구는 한중일 질병(전염병)의 역사와 외교 관계, 그리고 불교의 대처 방안을 비교론적으로 파악할 수 있는 좋은

자료가 될 것 같은데, 실제 이와 관련된 연구가 있는지 그리고 발표자가 파악한 한중일 질병과 불교의 대처 방안에 대한 차이점이 있다면 그 핵심만 설명해 주었으면 한다.

여섯째, 질병과 그 대응은 비단 불교뿐만 아니라 유교와 도교에서도 이루어졌을 것인데, 어떠한 차이점이 있는 것인지 궁금하다. 이 질문은 본 발표문의 내용을 넘어서는 것이지만 혹시 발표자가 본 연구를 진행하면서 이와 관련해 파악한 내용이 있다면 간단하게 설명해 주었으면 한다.

제 4주제

코로나 시대의 불교 포교의 활성화 방안

김 영 미 / 동국대

코로나 시대의 불교 포교의 활성화 방안

김 영 미 / 동국대

I. 들어가는 말

현재 코로나 팬데믹 현상으로 인해 전 세계인이 정치, 경제, 문화, 의료 등의 모든 전반에 걸쳐 큰 불안과 우울이 가중되고 있다. 전염병의 장기화로 인해 사람들은 경제적인 손실과 오랜 거리 두기 때문에 외로움과 고통에 갇혀 있고, 스트레스를 견디지 못해서 극단적인 자살이나 살인까지도 일어나고 있다.

코로나 같은 감염병은 인간이나 동물에 침입한 병원체가 그 장기에 증식하는 감염에 의하여 발현하는 감염증을 말한다.¹⁾ 감염병은 어떤 특정 병원체나 독성물질 때문에 일어나는 질병으로 병원체 혹은 독성 물질에 감염된 사람이나 동물 또는 기타 병원소로부터 감수성 있는 사람(숙주)에게 전파되는 질환이다. 감염병과 혼동하여 사용하는 개념으로서 전염병은 인간이나 동물에게 발생하는 질병 중에서, 병원체가 인간과 인간 또는 인간과 동물 사이에 직·간접적으로 전파되는 질병을 말한다.²⁾ 이처럼 감염병으로 인해 심리적으로 불안한 사람들에게 가장 필요한 것은 ‘마음 다스리기’에 대한 방안을 제시하는 것이다. 불교를 마음의 종교라고 할 만큼 ‘마음 다스리기와 치유’에 있어서는 타종교보다 이론과 수행력이 월등하고 탁월하기 때문이다.

깨달음을 성취한 붓다가 가장 먼저 한 일은 전법(傳法)이었으며, 비구들에게 중생들을 위해 전도하러 떠나라고 했다. 전법은 중생을 행복하게 하는 실천이며, 중생을 이롭게 하는 길이고 세상을 완성하는 실천이다.³⁾ 이러한 붓다를 악의 속박에 갇혀 고통스러워하는 중생의 현실을 냉철하게 직시하는 지혜의 눈을 가졌고, 무한한 자비심을 동시에 지닌 존재로 이해할 수 있다.⁴⁾ 붓다는 자비심으로 중생들을 불쌍히 여겨서 전법을 하라고 하셨다. 그러나 지금은 사람을 만나서 전법을 할 수 없기 때문에, 전법의 형태를 비대면으로 바꿀 수밖에 없다.

1) 이평수(2015), 26.

2) 박진아(2012), 9.

3) 서재영(2020), 152.

4) 장규언(2017), 283.

바이러스 질환이 일어난 현 시기에는 불교계가 그동안 사이버 환경에 소극적이었음을 자각하고, 대면 법회를 유동적으로 지속하면서 사이버 법회가 법회의 한 유형으로 정착되도록 해야 한다.⁵⁾ 불교인들은 코로나 시대에 전법을 어떻게 할 것인가에 대해 진지한 고민을 해야 할 시점이다. 현재의 코로나처럼 다양한 바이러스 질환은 앞으로도 다시 창궐할 가능성이 크기 때문에 불교계의 다양한 비대면 포교 전법 방법에 대한 연구가 반드시 필요하다. 이에 불교 포교를 코로나-19의 상황에 적합하게 하기 위해서, 코로나에 대해 알아보고 불교학계의 시각으로 사이버화 방법으로 전법 방안들을 제안하려고 한다.

II. 바이러스

1. 코로나-19 바이러스

인류는 엄청난 파급력을 가진 각종 바이러스와 전쟁 중이다. 2013년 발생한 사스(SARS, 중증 급성호흡기증후군)와 2015년 발생한 메르스(MERS, 중동호흡기증후군) 사례에서 알 수 있듯이 감염병은 발생 지역을 넘어 다른 지역과 국가로 빠르게 전파된다.⁶⁾ 현재 전 세계에 빠르게 퍼진 코로나 바이러스 감염증-19[COVID-19, corona virus disease 19]는 2019년 12월 중국 후베이 성 우한시에서 발생하여 세계적으로 확산되었고, 새로 발견된 신종 코로나바이러스(SARS CoV-2)에 의한 호흡기 감염질환이다. 집단 폐렴 증세의 원인을 찾는 과정에서 2020년 1월 7일 신종 코로나바이러스가 분리되었다.⁷⁾ 코로나-19는 감염 후 증상이 발현되기 2-3일 전부터 전염성을 가지고, 증상이 나타나기 1-2일 전 최대량의 바이러스를 배출한다.⁸⁾ 인류에게 발견된 순서로 정리하면, HCoV-229E(1966), HCoV-OC43(1967), 사스 바이러스(SARS-CoV, 2003), HCoV-NL63(2004), HCoV-HKU1(2005), 메르스바이러스(MERS-CoV, 2012), 그리고 코로나-19(SARS-CoV-2, 2019)이다. 1960년대 항생제로 치료되지 않는 폐렴의 원인을 찾는 과정에서 HCoV-229E가 최초 분리되었다. 현재까지 확인된 코로나바이러스 중 사람에게 감염되는 코로나 바이러스는 총 7종이다. 코로나19는 인류에게 감염되는 7번째 코로나바이러스다.⁹⁾ 코로나바이러스 가운데 HCoV-229E(1966), HCoV-OC43(1967), HCoV-NL63(2004), HCoV-HKU1(2005) 4가지는 감기를 일으키고, 사스 바이러스와 메르스바이러스는 중증 호흡기질환을 일으킨다.

코로나-19는 염기서열분석 결과 2003-2004년 동아시아 지역에서 창궐했던 사스 바이러스보

5) 조기룡(2020), 34.

6) 조숙정(2016), 77.

7) World Health Organization(2021), "Novel Coronavirus-hina", <https://www.who.int/csr/don/12-january-2020-novel-coronavirus-china/en/>(검색일: 2021.8.3).

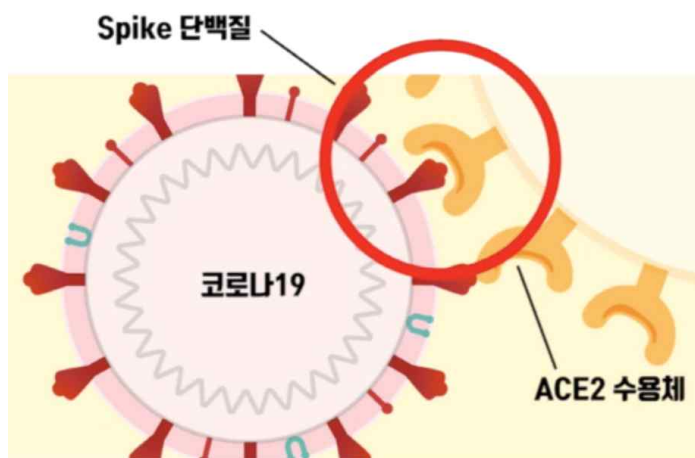
8) Xi He et al.(2020), 673-674.

9) Dorothy Hamre and John J. Procknow(1966), 190-193.

다는 박쥐와 천산갑을 감염시키는 박쥐코로나바이러스(Bat-CoV-RaTG13)에 가장 근접하다는 사실이 확인되었다.¹⁰⁾ 박쥐에 기생하는 코로나바이러스 공통 균주, 일부 동물에 기생하는 코로나 바이러스 균주 등을 비교 분석하면, HCoV-OC43은 소, 사스 바이러스는 사향고양이, 메르스 바이러스는 낙타를 경유하여 사람에게 감염되었다.¹¹⁾

코로나바이러스의 감염 상황을 살펴보면, 항원이 세포 안으로 들어오기 위해서 세포막에 결합되어야 하는데, 이때 코로나-19는 ACE2를 활용한다. 코로나-19의 수용체가 ‘안지오텐신 전환효소-2’(angiotensin-converting enzyme 2, ACE2)이다.

다음 그림은 코로나-19 바이러스가 인체 내에 침입하는 과정을 표현한 것이다.



<그림 1>

출처: <https://www.youtube.com/watch?v=unCuUaPsejY>

위에서 보이는 것처럼 ACE2는 메탈로카복시펩티다제(metalloprotease) 단백질로 혈압을 과도하게 높이지 않도록 심장에 신호를 전달한다. 세포막에 존재하는 ACE2와 코로나-19가 결합하면, 이를 엔도솜(endosome)이 세포 안으로 인도한다. 세포 안에 들어온 코로나-19는 유전 정보를 방출하고 세포 안의 물질을 활용하여 자기복제를 하면서 세포를 파괴한다.¹²⁾ 그러므로 코로나-19 감염이 호흡기 증상과 폐렴으로 이어지는 현상은 ACE2 효소의 위치로 설명된다. 이 효소가 심장, 폐, 콩팥, 혈관내피, 소화계통 등에 분포하고¹³⁾ 코로나-19가 침방울로 인하여 전파되는 경우가 많기 때문에, 호흡기와 폐가 코로나-19가 침투하기에 가장 좋은 조건을 갖추고 있다. 그래서 코로나-19의 전파를 예방하기 위해서는 반드시 마스크를 착용해야만 한다.

이러한 바이러스는 숙주와 두 측면에서 상호작용을 한다. 첫째, 바이러스는 자체적으로 재생산

10) Maciej F. Boni et al.(2020), 1408. ; Ping Liu et al.(2020), 6.

11) 조동준(2020), 131.

12) Yushu Wan et al.(2020), 2.

13) Shailendra K. Saxena (ed)(2020), 3.

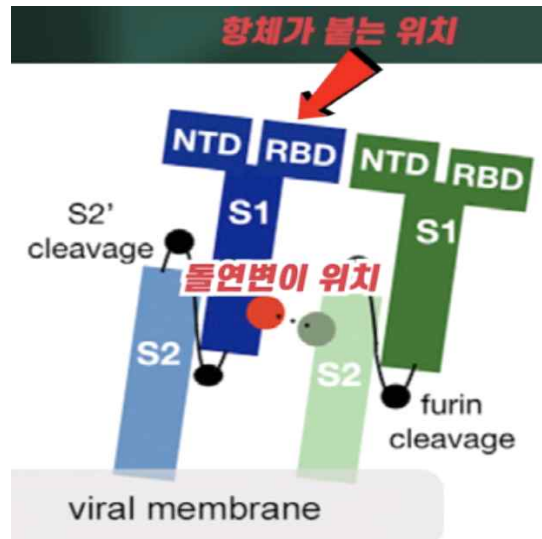
에 필요한 에너지와 환경을 만들지 못하기 때문에 숙주에 기생해야 한다. 바이러스가 숙주에게 과도한 피해를 주면, 숙주가 물리적으로 사라지게 되어 바이러스가 재생산의 기회를 아예 잃어버릴 수 있다. 즉, 숙주에게 과도한 피해를 주는 바이러스는 장기적으로 생존할 수 없다. 반면, 바이러스가 숙주에게 큰 피해를 주지 않으면 재생산의 기회를 얻기 때문에 장기적 생존에 유리하다. 둘째, 바이러스와 숙주는 항원 항체 반응을 둘러싸고 끝없이 경쟁한다. 숙주는 바이러스를 퇴치하기 위한 항체를 만드는 반면, 바이러스는 숙주의 면역을 우회하는 유전자를 발전시킨다. 양측의 상호작용이 안정 상태에 이를 때까지 양측 유전자 풀 안에서 변이와 진화가 지속된다. 이 과정에서 바이러스의 독성이 약화되는 현상이 장기적으로 일어난다.¹⁴⁾

2. 변이 바이러스

현재는 더 큰 전파력을 가진 다양한 변이 바이러스가 출현하고 있다. 이러한 ‘변이 바이러스’는 어떻게 생기는가? 생명체가 가지고 있는 설계도는 ‘게놈(genome)’이라고 하는데, DNA 또는 RNA로 이루어져 있다. 사람의 경우는 30억 개, 프레보텔라라는 세균은 3백만 개, 코로나-19 바이러스는 3만개 정도로 이루어져 있다. 바이러스가 숙주에 기생하여 자손을 증식하는데 이 과정에 유전체 염기쌍에서 오류가 발생하는 ‘돌연변이’가 생기거나 두 개의 바이러스가 하나의 숙주를 동시에 감염하면 그 숙주 안에서 바이러스의 게놈이 섞여서 생기는 재조합을 통하여 진화하면서 ‘변이 바이러스’가 생기게 된다. 이렇게 코로나-19 바이러스도 지속적으로 다양한 변이 바이러스가 생기게 된다. 변이 바이러스는 자연환경 조건에 맞는 바이러스만 살아남고 그렇지 못한 것은 자연스럽게 도태되어간다. 변이 바이러스는 전염력은 커지지만, 치사율은 최초의 코로나바이러스에 비해 비슷하거나 점차 감소하게 된다. 만약 숙주를 다 죽이게 되면 바이러스도 결국 사멸하기 때문에, 숙주를 모두 사망하게 할 수는 없다. 다음은 돌연변이의 위치와 항체가 붙는 위치를 설명한 그림이다.¹⁵⁾

14) Esteban Domingo(2019), 131-135.

15) <https://www.youtube.com/watch?v=82W5so6pm7s>(검색일 2021.10.10)



<그림 2> 돌연변이의 위치와 항체가 붙는 위치

그리고 한 가지 다행인 점은 현재 변이를 일으킨 부위가 항체가 작동하는 부위가 아닌 다른 곳에서 일어났기에 기존 백신의 효과가 완전히 없어지지는 않을 것이다. 그러므로 백신 예방접종이 사람들에게 아주 중요하다. <그림2>에서 보는 것처럼 코로나-19 바이러스에서 돌연변이가 생긴 위치와 항체가 붙는 위치가 서로 다른 것을 볼 수 있다. 백신으로 인하여 생성된 항체가 코로나-19 바이러스에 붙어서 인체 세포의 ACE2 수용체에 작용하지 못하여 세포 내로 침입할 수 없다.

3. 바이러스의 유용성

지금 우리에게 질병을 일으켜서 죽음에 이르게 하는 바이러스는 공공의 적이면서 사라져야 할 대상이다. 바이러스는 수백만종이 있으며 그 크기는 17nm-1500nm까지 매우 다양한데, 그러면 바이러스가 아무 필요 없는 가치 없는 존재일까? 사실 바이러스는 지구 생태계에 있어서 없어서는 안되는 조율사이다. 지구상에 존재하는 세균의 양을 조절하는 아주 중요한 역할을 담당하고 있다. 바이러스가 바다에 존재하는 20%의 미생물과 50%의 박테리아를 처리하고 있는 것으로 알려져 있다. 따라서 만일 바이러스가 없다면 바다에 존재하는 다른 생명체들이 세균으로부터 살아남을 수 없었을 것이다. 결국 미생물의 양을 조절하는 바이러스는 지구 생태계에 없어서는 안되는 필수적인 조율사의 역할을 담당하고 있는 셈이다.

인류는 끊임없이 세균에게 위협받고 있지만 세균을 죽이는 항생제의 개발은 한계에 봉착했다. 지금까지 개발된 어떠한 항생제에도 죽지 않는 슈퍼박테리아는 이미 등장했으며 매년 100만명 이상이 슈퍼박테리아의 감염으로 사망하고 있고, 2050년에는 1,000만 명에 이를 것으로 예측되고 있다. 이에 항생제의 대안으로 떠오르고 있는 박테리오파지라는 바이러스를 이용한 ‘파지 테라피’라는 세균 제거법이 연구되고 있다. 백신의 개발에 아데노바이러스를 이용하기도 한다. 유전자 재조합 기술을 이용하여, 이 아데노바이러스의 유전자에서 복제에 관여하는 부분과 면역반응에

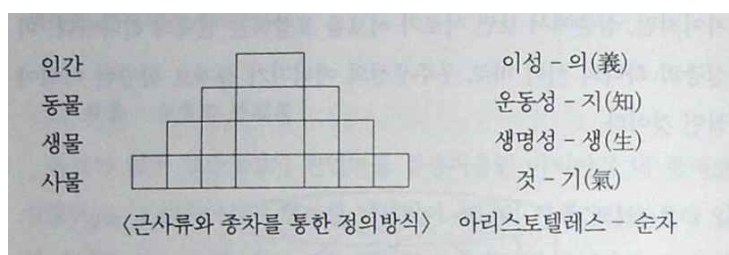
관여하는 부분을 제거하고 코로나바이러스의 스파이크 단백질 정보가 담긴 유전자를 집어넣는다. 이 아데노바이러스가 사람의 세포로 들어가면 변형된 DNA로부터 코로나바이러스의 스파이크 단백질을 만들어 내고, 그 덕분에 인체의 세포는 코로나바이러스를 미리 학습하여 면역을 형성하게 된다. 그렇게 개발된 코로나-19 바이러스에 대한 첫 백신이 아스트라제네카 백신이다. 일부 사람들이 선천적·후천적으로 유전자에 문제가 생겨서 만들지 못하는 단백질을 바이러스에 유전물질을 실어서 원하는 단백질을 생산할 수 있는 유전자 치료제¹⁶⁾가 현재 시행되고 있다. 현재 테스트 중인 유전자 치료제도 1500개가 넘기 때문에, 많은 사람들을 살리게 될 것이다.

III. 생명관

1. 생명체란 무엇인가?

우리 중생들은 분별적 사유 방식으로 익숙해져 있다. 일체 사물류에 생명성의 종차(種差)를 더해 생물을 무생물과 구분해서 ‘살아있는 것’으로 정의하고, 생물류에 운동성의 종차를 더해 동물을 비동물과 구분해서 ‘움직이는 생물’로 정의하며, 다시 동물류에 이성(理性)의 종차를 더해 인간을 비인간과 구분해서 ‘이성을 가진 동물’로 정의한다.¹⁷⁾ 현대의 뇌과학적 사고는 인간의 본질을 이성으로 간주하는 서양 고대 아리스토텔레스로부터 이어지는 인간 이해 방식과 연속성 상에 있다.¹⁸⁾

다음은 인간, 동물, 생물, 사물에 대해 근사류와 종차를 통한 정의 방식을 그림화한 것이다.



<그림 3> 근사류와 종차를 통한 정의 방식, 출처 : 한자경(2016), 『심층마음의 연구』, 파주: 서광사, 222.

그렇다면 우리의 삶과 건강을 위협하는 코로나-19 바이러스는 생명체인가? 생명이라는 단어는 생물과 무생물을 구분하는 개념이다. 즉 세계를 생물과 무생물로 구분하는 물질과 정신을 개별적

16) Glybera(alipogene tiparvovec), 유전성 망막질환 치료제 Luxturna(voretigene neparvovec-rzyl), 근육위축을 치료하는 Zolgensma(onasemnogene abeparvovec-xioi).

17) 한자경(2016), 『심층 마음의 연구』, 파주: 서광사, 221-222.

18) 한자경(2016), 『심층 마음의 연구』, 파주: 서광사, 234.

실체로 생각하는 데카르트적 세계관에서 나온 개념이다. 데카르트적 세계관에서 본다면 생명은 정신이나 영혼/마음을 소유하고 있는 사물이다.¹⁹⁾ 이에 반해 현대의 과학적 생명관에서는 영혼의 존재를 부정하면서 생명의 근원을 물질이라고 여긴다. 현대의 분자생물학에서는 자기의 설계도가 내장되어 자신을 스스로 복제 가능한 존재를 ‘생명체’라고 정의한다.

과학적 생명관에서는 지구의 생명체를 세 가지로 구분하는데, 동물과 식물 그리고 미생물이다. 미생물에 세균과 바이러스가 있다. 생명체의 기본단위는 세포로 이루어져 있는데, 세균은 세포로 이루어져 있지만, 바이러스는 세포로 이루어져 있지 않고 단지 DNA 또는 RNA로 이루어져 있다. 즉, 바이러스는 설계도만 가지고 있고 복제를 할 수 있는 공장은 없는 셈이다. 따라서 세포로 이루어진 숙주 세포에 기생할 해야만 자손을 번식할 수 있으니, 그 숙주 세포를 병들게 하거나 사멸시키게 하는 병원균이다. 숙주 밖에 있을 때는 무생물인 비리온(virion)²⁰⁾의 형태로 관찰되고, 숙주에 기생할 때는 생물의 형태를 띠게 된다. 따라서 코로나-19 바이러스[SARS-CoV-2]는 생물과 무생물의 중간 정도에 해당하는 ‘RNA의 덩어리’이다.

2. 불교의 생명관

불교의 생명관으로 코로나-19 바이러스를 어떻게 이해해야 하는가? 불교에서 생명이란 개별적으로 존재하는 사물이 아니라 상호의존적인 관계에서 나타나는 과정이다.²¹⁾ 인간의 마음이 청정하면 진여성을 발생하여 사지(四智)를 작용하며 법신을 나타낼 수 있으며, 이를 진생명(眞生命)이라고 할 수 있다 그러나 말나식에 의하여 번뇌를 야기하고 아집과 법집을 항상 야기하면 죄업을 짓게 되며, 따라서 생과 사가 있는 생명을 지니고 윤회생활을 할 수밖에 없다. 우리의 마음을 청정하게 하여 스스로의 생명을 진아(眞我)의 생명으로 회복하고자 하는 것이 불교의 생명관이다. 다시 말하면 언젠가 번뇌를 야기하여 생사의 가생명(假生命)을 유지하여 온 것이 중생의 현실이라면, 그 가생명(假生命)에 해탈하여 진여심에 입각한 진생명(眞生命)을 회복하기를 게을리 하지 말아야 한다. 왜냐하면 가생명(假生命)은 고정된 것이 아니라 해탈할 수 있는 기회가 찰나마다 있는 것이며, 이러한 진리를 설명하는 것이 유심주의(唯心主義)의 진면목(眞面目)이기 때문이다.²²⁾ 그러므로 붓다의 가르침에 의거하면 식물은 중생에 속하지 않는다. 구체적으로 말하면 식물은 DNA로 이루어진 세포 덩어리일 뿐이고, DNA와 세포는 지(地), 수(水), 화(火), 풍(風)의 사대(四大)로 만들어진 것이다. 지, 수, 화, 풍 사대에 식(識)이 부착되어 있어야 중생이다. 즉 ‘고기 덩

19) 이종표(1998), 229.

20) <https://terms.naver.com/entry.naver?docId=5144787&cid=61232&categoryId=61232> : 비리온은 캡시드와 핵산으로 이루어진 온전한 형태의 바이러스 입자(virus particle)를 의미한다. 외피 바이러스의 경우 외피를 포함한 온전한 구조를 비리온이라고 한다. 만약 바이러스 입자의 구조가 완전하지 않다면 숙주 세포에 감염할 수 없으므로, 종종 비리온이라고 하면 감염이 가능한 바이러스 입자(infectious virus particle)를 의미한다.

21) 이종표(1999), 236-237.

22) 오형근(1997), 37-38.

어리'인 육체에 중음신(中陰身), 또는 귀신이 오버랩되어야 중생이 된다.²³⁾ 따라서 코로나-19 바이러스도 식물과 마찬가지로 중생에 속하지는 않고 'RNA로 이루어진 세포 덩어리'라고 할 수 있다. 그러나 인간의 입장에서는 인간에게 질병을 일으켜 목숨을 앗아가는 유해한 존재로서, 위협하고 불리한 상호작용을 하는 관계이다. 이때까지 인류의 삶은 우리 인간 위주로 환경을 마음대로 파괴면서 무분별한 개발을 해왔다. 이러한 코로나-19를 체험하고 있는 세계인들은 다시 환경파괴로 인한 대가를 실감하게 되었으며, 눈에 보이지 않는 미생물과 우리의 생명이 연결되어 있음을 자각하고 있다, 그로 인해 우리 인간도 서로 밀접하게 연결되어 있음을 생각하는 중요한 계기가 되었다. 이 세계는 '나' 혼자만의 이기적인 삶이 아니라 '우리'라는 운명 공동체에 대한 책임이 다시 강조되고 있다. 자기가 소독을 잘하고 마스크를 잘 착용하는 '자리(自利)의 행동'이 바로 타인을 이롭게 하는 '이타(利他)의 행동'이다.

IV. 코로나-19 바이러스 극복

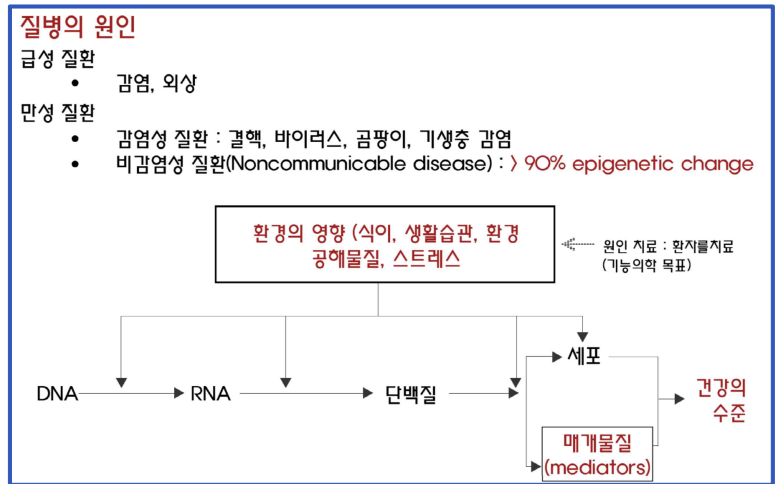
1. 의학적 치료

이제 우리는 코로나-19 바이러스에 어떻게 대처해야 하는가? 현대의 21세기 의학은 기존의 의학과는 다른 개념으로 발전하고 있다. 지금까지 대증요법으로 치료하던 의학과는 다르게 질병의 원인을 찾아서 미리 치료하려고 한다. 기존의 의학은 매개체(mediator)²⁴⁾를 약물치료의 대상으로 삼고서 증세를 완화하는 대증요법으로 질병을 치료했다면, 현대의 기능의학(functional medicine)에서는 그 원인을 찾아서 교정해 주는 방향으로 변화되고 있다. 즉 우리 주위 환경의 영향을 인식하여, 식이·생활 습관·환경 공해물질·스트레스 등을 평가하기 시작하였다. 그래서 생활 습관 인자들을 교정하고, 핵심이 되는 임상적인 불균형들을 평가하여, 원인과 그 기전들을 드러내어 스스로 조절하고 치유할 수 있도록 돕는 단계로 발전하고 있다. 즉 병을 따로 구분하고 서로 경계를 지어 분과를 나누어 인간을 이해하던 의학적 관점이 시스템으로 통합되어 이해하는 의학으로 발전하고 있다. 21세기 기능 의학 기본과정에 의해 질병의 원인을 도표화하면 다음과 같다.²⁵⁾

23) 김성철(2009), 281-282.

24) 매개체는 모든 진핵 생물에서 전사 공동활성화제(transcriptional coactivator)로 기능하는 다중단백질 복합체(multiprotein complex)이다. 그것은 2006년 노벨 화학상을 받은 Roger D. Kornberg의 연구실에서 1990년에 발견되었다. 매개체 복합체는 전사 인자(transcription factors) 및 RNA 중합 효소 II(RNA polymerase II)와 상호작용한다.

25) 박양규(2020), 3.



<그림 4> 질병의 원인

이러한 통합적인 관점에서 신체를 이해하는 21세기 의학은 불교적인 상호인과적인 ‘연기법의 관점’을 응용한 것이라고 할 수 있다. 율종갑에 의하면, 불교의 연기적 세계관은 인간과 자연을 구분하지 않으며, 개체적 실체가 아닌 유기체적 동체(同體)로서 인식한다. 연기적 세계관에 따르면 이 세계의 모든 존재는 서로가 서로에게 의지함으로써 비로소 존재할 수 있다는 상호의존성을 근간으로 한다. 연기적 세계관은 독립적인 실체로서의 인간과 자연을 부정한다. 즉, 인간과 자연은 서로 분리되어 자립적으로 존재할 수 없는 연기적 존재라고 한다.²⁶⁾

연기법으로 이해한 기능 의학적 관점에서 코로나-19 바이러스에 대한 인체의 면역력을 높이기 위해서 1) 비타민-D 2) NAC(N-acetyl Cysteine) 3) Zn 등의 보충을 권유하고 있다. 그리고 백신 예방접종을 반드시 시행해야 한다. 왜냐하면 인류가 이러한 노력을 하더라도 코로나19에 대한 면역이 40주 정도만 유지된다면, 코로나19 대유행은 매년 겨울마다 발생할 것이고, 만약 면역이 2년 유지된다면, 2년마다 코로나19 대유행이 찾아올 것이다.²⁷⁾ 그러므로 전 인류는 코로나19 백신 예방접종을 매년 해야 할 수도 있다.

2. 명상

1) 두려움과 우울

코로나와 같은 대규모 신종 전염병이 생겼을 때, 개인의 심리 경험에 가장 중요한 영향을 미치는 변인은 신종 전염병에 대한 두려움이다. 사람들은 질병의 위험성에 대해 실제보다 더욱 심각하게 추정하여 잠재적 두려움을 크게 느끼는 것으로 밝혀졌다.²⁸⁾ 코로나 팬더믹 사태에 따른 두

26) 율종갑(2014), 8.

27) Stephan M. Kissler et al.(2020), 862-864.

28) Cheng, C., & Tang, C. S. K.(2004), 4.

려움을 신체적 두려움, 중요한 타인과 관련된 두려움, 불확실성에 관한 두려움, 행동을 취하는 것에 관한 두려움으로 구분하였으며, 신종 전염병에 대한 두려움을 적절히 대처하지 못할 경우 개인의 심리적 건강을 증진시킬 뿐 아니라 사회적 문제도 발생시킬 수 있다.²⁹⁾ 기존에 정신적 문제를 앓고 있던 사람들은 문제가 더욱 악화될 수 있으며, 기존에 정신적 문제를 겪지 않았던 사람들에게서도 불안과 공포, 우울, 스트레스로 인해 외상 후 스트레스 장애(PTSD)에 준하는 심리적인 문제가 진행될 수 있다.³⁰⁾ 코로나 같은 질병에 대한 공포가 만성화될 경우 불안장애와 같은 심각한 정신질환을 야기할 수 있으며, 심각한 경우 파괴적 집단행동이나 자살 행동으로 이어질 위험이 있다.³¹⁾ 코로나 발생으로 인한 일반대중의 우울과 불안 경험을 살펴보면, 전체 연구 참여자의 29.7%가 코로나로 인한 우울감을 경험했고, 30.8%가 ‘낮은 불안 집단’에 속할 정도의 불안을 경험했으며, 18%가 ‘높은 불안 집단’에 속할 정도의 불안을 경험한 것으로 나타났다. 최근 중국에서 자국민을 대상으로 한 코로나 관련 조사에서 응답자의 16%가 우울, 28.8%가 불안을 경험한 것으로 나타났다.³²⁾

2020년 11월 시행한 국내 설문 연구는 응답자의 27%가 코로나19 이후 분노 수준이 증가했다고 보고했는데, 주된 분노 유발요인은 ‘자유가 제한된 일상’과 ‘타인의 예방수칙 미준수 행동’이었다.³³⁾ 이런 분노가 쌓이면 울분과 외부로의 불만 표출로 이어질 수 있다. 또한, 스트레스와 불안, 우울 증상을 만성화하여 사회적 회복을 더디게 한다. 2021년 한국 사회의 울분 조사 결과에 따르면, 국민의 58.2%가 중간 또는 심한 수준의 울분을 겪는 ‘만성적인 울분’ 상태에 있다고 한다.³⁴⁾ 현재 코로나-19로 인해 세계적으로 집단 폭력이나 가정 내의 살인까지 일어나고 있는 심각한 상황이다.

2) 명상과 요가

코로나-19 상황에서 특정 질환군의 환자들에 대한 심신 중재 요법 연구에서는 비대면 시험을 위하여 스마트폰 어플리케이션을 기반으로 하는 프로토콜을 제시하였다. 코로나로 인해 적절한 진료와 수술을 받지 못하게 된 산부인과 여성 환자들을 대상으로 하는 연구, 자가 면역성 질환(피부 경화증)으로 인하여 코로나-19 감염에 취약해진 환자들이 사회적 격리로 인해 느끼는 불안감을 관리하기 위한 목적으로 시행된 프로그램에 대한 연구, 전염병 유행상황에서 사회적으로 격리된 폐경기 여성에게 원격 재활프로그램을 통하여 마음챙김 및 요가를 교육하는 내용의 연구가 계

29) Shigemura, J. et al.(2020), 281-282. ; Wheaton, M.G. et al.(2012), 210-218.

30) Cullen W. et. al.(2020), 311.

31) Shin, L. M., Liberzon, I.(2010), 169-191. ; Yip, Paul S.F. et al.(2010), 86-92.

32) Wang, C. et al.(2020), 21.

33) 조다빈·심은정(2020), 「분노 경험과 COVID-19 예방수칙 준수행동 및 정신건강 문제의 관계」, 『한국심리학회지: 건강』 26-1, 한국건강심리학회, 55.

34) 한영애(2021).

획되고 있다.³⁵⁾ 또한 신경생물학적으로 연구된 바에 따르면 MBSR(mindfulness-based stress reduction)과 MBCT(mindfulness-based cognitive therapy)는 광범위한 항우울제 및 항불안 효과를 가지고 있으며 일반적인 심리적 고통을 감소시킨다.³⁶⁾

그렇다면 코로나-19로 힘든 전 세계인들에게 불교인으로서 비대면 형태로 어떤 역할을 할 수 있을까? 코로나-19로 인한 불안과 공포를 조절할 수 있다는 견해로 마음 챙김 계열의 중재가 가장 많은 연구에서 언급되었다.³⁷⁾ 이렇게 마음 챙김 계열의 중재가 코로나-19로 인한 불안과 공포를 조절할 수 있다는 견해가 일반적이며,³⁸⁾ 정신적 외상³⁹⁾에 이르는 충격에 대한 방어체계를 구축하는 데에 도움이 된다고 한다.⁴⁰⁾ 전 세계인들을 불안과 공포에서 벗어나게 하려면 정신적으로 도움을 줄 수 있는 다양한 명상 프로그램이나 상담 프로그램 등이 절실히 필요하기 때문에 프로그램 개발과 비대면 활성화 방안이 시급한 실정이다.

그러므로 코로나-19로 인한 세계인들의 심리 정신적 트라우마를 회복하기 위해 몇 가지 제안이 필요하다. 첫째, 계층과 대상별 국민 맞춤형 심리 정신 회복지원 프로그램의 도입이 필요하다. 둘째, 포스트-코로나의 자살 증가 예방전략 수립 및 심리 백신 프로그램의 도입이 필요하다. 셋째, 문화콘텐츠를 활용한 힐링 프로그램의 개발과 보급, 계층 및 대상자별 맞춤형 서비스를 제공할 필요가 있다.⁴¹⁾ 이러한 집단 감염에는 신체적인 치료를 담당할 의료 인력들과 정신적으로 치유할 수 있는 명상 지도자들 등의 전문 인력들을 확보해야 한다. 지금과 같은 코로나 팬데믹 현상에는 몸과 마음을 함께 치유하는 복합적인 치료가 절실히 필요하다.

3. 불교학의 관점에서 해석한 코로나 현상

중생의 삶에는 늘 생멸과 생사를 반복하고 벗어나지 못하고 있다. 더욱 지금은 코로나로 인해 예상하지 못한 질병과 죽음까지 일어나고 있는 현실이다. 불교학의 관점에서는 한국불교 사상사에서 불교를 대중화시킨 성사(聖師)로 주목받는 원효의 가르침에 통해 코로나-19를 이해할 수 있다. 『금강삼매경론』에서 원효는 『금강삼매경』의 핵심인 붓다의 일사구계(一四句偈)를 해석할 때 생멸상즉(生滅相卽)의 뜻을 세밀히 설명한다.

인연으로 생한 바의 뜻은 이 뜻이 멸(滅)이고 생(生)이 아니며,
모든 생멸을 멸한 뜻은 이 뜻이 생(生)이고 멸(滅)이 아니다.⁴²⁾

35) 광희용외 4인(2020), 61.

36) Marchand, W.R.(2012). 233.

37) Schimmenti, A. et al.(2020), 43-44.

38) Behan C.(2020), 256.

39) Conversano C. et al.(2020), "Mindfulness, Age and Gender as Protective Factors Against Psychological Distress During COVID-19 Pandemic", Frontiers Psychology 11, 2.

40) 광희용외 4인(2020), 61.

41) 이은환(2020).

‘인연으로 생한 바의 뜻’은 일체 모든 세간의 속제법으로 현재의 코로나 팬더믹으로 볼 수 있다. 코로나 바이러스는 여러 가지의 인연으로 생긴 세속법이다. ‘이 뜻이 멀어서 생이 아니다’는 원효가 속제중도(俗諦中道)를 융(融)하여 진제중도(眞諦中道)로 삼아서 평등의 뜻을 나타낸 것이다. 이는 코로나 팬더믹 현상이 생겨나기는 했지만, 그 근본은 공(空)이므로 집착할 필요가 없다는 뜻이다. 물론 코로나로 인해 많은 사람들이 고통을 받고 있고, 사망까지 이르고 있는 실정이다. 그러나 불교학의 관점에서 보면 생(生)은 사(死)로 인함이고, 사(死)는 다시 다음 생(生)으로 이어진다. ‘모든 생멸을 멸한 뜻’은 일체 모든 세속법이 멸한 진제중도(眞諦中道)의 경지로 코로나가 소멸한 상황으로 대비해서 볼 수 있다. ‘이 뜻이 생(生)이고 멸(滅)이 아니라는 것’은 원효가 진제중도(眞諦中道)에서 다시 속제중도(俗諦中道)를 드러낸 것으로, 깨달음의 경지가 고정불변한 적멸이 아님을 의미한다. 원효의 경지에서는 진제중도[진여의 체(體)] 가운데 인연을 따라 속제중도[진여의 용(用)]가 생(生)할 수 있고, 속제중도(俗諦中道)에서 인연[緣]이 사라지면 적멸한 진제중도로 돌아가는 일심(一心)이다. 비록 우리가 원효의 경지는 아니지만, 가르침을 얻는다면 코로나-19 바이러스라는 인연이 일어났지만 본래 인(因)은 공하며, 연(緣)을 따라서 생겨났지만 모든 생(生)은 결국 멸(滅)한다. 깨달음을 증득한 원효는 생(生)과 멸(滅)이 둘이 아닌 무이(無二)의 경지를 이루었다. 깨달음의 경지에서는 생멸의 근본이 공(空)하다. 생(生)과 사(死)가 모두 공(空)이기 때문에 생(生)이 바로 사(死)이고, 사(死)가 바로 생(生)이다. 결국 연(緣)이 다하면 코로나 팬더믹 현상은 사라진다. 그러므로 코로나의 근본도 공(空)하고, 중생들의 생사도 공(空)하다.

V. 불교 포교의 활성화 방안

1. 모바일 명상센터와 명상앱 개발

코로나-19를 체험하고 있는 세계인들은 힘들고 외로운 상황을 겪고 있다. 코로나-19라는 전염병 현상은 지금까지 살아왔던 대면 형태의 삶을 비대면 형태로 변화시키고 있다.

코로나-19 사태로 세계적으로 비대면 문화가 확산되는 추세이므로 모바일 앱은 새로운 전법 매체가 될 수 있다.⁴³⁾ 개인 미디어의 등장으로서 기존의 대중 매체의 매스미디어가 권력 지형도를 바꾸었다. 특히 페이스북과 트위터, 유튜브 그리고 블로그 등은 스마트 기기를 통해 정보를 주고받는 소통의 중심에 있다. 이는 정보의 생산방식과 생산자가 다양해지면서 여러 방식의 정보 교환이 가능해졌다는 의미이다.⁴⁴⁾ 지금의 코로나의 상황에는 사람들 간의 교류가 없기 때문에 더욱 영상 매체나 스마트 폰에 의지해 있는 실정이다. 현재 정신적으로 힘든 사람들에게 가장 큰 도

42) 『金剛三昧經論』(T34, 967a).

43) 서재영(2020), 164.

44) 김태욱·이영균(2011), 31-34.

움을 줄 수 있는 것은 명상 관련 모바일 앱의 개발과 활용이다. 모바일의 흐름은 강화되고 있고, 모바일 명상 앱도 눈부시게 성장하고 있다. 코끼리, 마보, 캄(Calm), 10% Happier, Headspace 같은 명상 앱은 전 세계적으로 엄청난 수의 이용자를 늘려가고 있다.⁴⁵⁾ 기존의 모바일 앱 가운데 마보 앱⁴⁶⁾은 수면 부족, 불안, 우울증, 힘들 때, 면접이나 발표를 앞두고, 감사하기 등과 같은 다양한 상황에 따라 마음과 몸의 건강을 위해 인터페이스 기능을 사용자 경험에 기반해서 많은 사람이 사용하고 있다. 하지만 기존의 명상 앱들이 접근성은 좋지만, 불교에 대한 전문적인 지식과 흥미로움이 다소 부족해 보여서 다양한 연구와 개발이 필요해 보인다.

코로나가 장기화되면서 코로나 블루 현상이 심각하게 나타나고 있다. 질병으로 인한 고통과 불안증, 그리고 오랜 사회적 거리두기로 인해 경제적인 빈곤까지 겹쳐서 불안과 초조함을 넘어서 분노가 폭발하고 있는 상황이다. 사람들은 사소한 일에 극한 반응을 보이고 있고, 심하게는 가족에게 가해진 분노는 돌이킬 수 없는 반인류적인 살인이라는 결과로 나타난다. 이러한 사회적 상황에 제일 도움이 되는 것은 명상이나 선 등의 정신적인 수행일 것이다. 전염병의 확산을 방지하기 위해 사람들 간의 만남이 통제되고 있으므로, 모바일이라는 방편이 제일 쉽게 전달할 수 있는 매체이다. 전 연령층의 사람들에게 스마트폰이 일상의 필수적인 매체로 되면서 시공간을 초월하여 접속이 가능하기 때문에, 정신적인 수행 프로그램을 스마트폰에 연동하면 좋을 것 같다. 앞으로의 세상에는 스마트폰에서 실현 가능한 ‘모바일 법당[명상 센터]’이 필요하다. 그리고 앱 콘텐츠 외에도 디지털 기술은 VR을 통해 실제 건물을 관람하듯이 할 수 있다. 불교 건축물과 관련한 국내의 VR 기술 사례로는 2015년 코엑스에서 개최된 창조경제박람회에서 서울대 차세대융합기술연구원 인터랙티브 미디어 아트기술 연구센터가 석굴암(국보 제24호)을 가상공간으로 재현했다.⁴⁷⁾ 예를 들면 통도사의 경우에는 부처님의 사리를 모시는 있는 절이다. 통도사를 석굴암처럼 VR 기술로 가상 사찰을 만들고, 부처님의 사리도 가상현실로 만들어서 일반인들이 친견할 수 있도록 한다면, 다른 어떤 곳에서도 볼 수 없는 큰 특징점이 될 것이고 불자들의 신심을 더욱 강화시킬 것이다.

지금 가장 필요한 것은 디지털 콘텐츠의 개발과 아카이브의 구축이다. 도서와 같은 형태의 자료도 중요하지만, 지금은 접속의 시대이므로 디지털 콘텐츠를 개발하고 편리하게 공유하는 것이 효과적이다.⁴⁸⁾ 또한 포스트 코로나-19 시대에는 메타버스를 이용한 삶이 새로운 형태가 되고 있다. 메타버스(meta-verse)는 물리적 세계를 초월한 공간으로서 가상현실과 같은 증강현실과 라이프 로깅(lifelogging; 페이스북, 인스타그램) 서비스, 거울 공간과 가상현실 등으로 이루어진 가상 세계이고, 사람들이 교류하는 공간을 제공하는데, 이미 이 속에서 많은 사람들을 만나서 위로받고 살고 있다. 인간의 뇌는 장시간 사람들과 연결되지 못하면 자극을 못 받는다. 혼자서 공부를 하더

45) 김영미(2021), 1009.

46) <https://www.mabopractice.com/>(검색일 2021.10.10.).

47) http://aictnews.blogspot.kr/2015/11/blog-post_27.html (검색일 2021.10.10.).

48) 서재영(2020), 163.

라도 남들이 공부하는 영상을 틀어놓던지, 누군가의 먹는 방송을 보면서 밥을 먹는 것도 스스로 자극을 받기 위해서이다.⁴⁹⁾

요즘처럼 외출을 자제하고 여러 사람을 같이 만나지 못하는 시대에는 인터넷을 통해 온라인으로 접촉하는 것도 도움이 될 수 있다. 외로움을 다스리기 위한 영화, 음악 등의 혼자만의 힐링 콘텐츠도 좋지만, 가급적 메타버스와 같은 실감나는 매체를 통해 사람들과 소통하는 것이 중요하다. 사찰을 인터넷 강의로만 하는 것보다는 메타버스처럼 사이버 법당이 있고, 법당 안에 아바타와 비슷한 형태의 자기가 설법을 듣고 참선이나 명상을 하는 ‘인터넷 안의 자기’가 있는 형식이 훨씬 참여율과 집중도가 높아질 것이다. 지금 수많은 동영상 강의 들이 유튜브, 네이버, 구글 등에 올라온다. 이러한 동영상 강의를 수없이 쏟아지는 가운데 불자로서의 소속감을 강화시키기 위해서는 ‘메타버스 사찰[명상센터]’이 효과가 클 것이다. 이렇게 인터넷을 잘 활용하면 코로나 팬데믹 상황에서 굳이 직접 만나지 않아도 사찰들은 불법과 수행에 관심 있는 대중들과 만나는 기회가 확장된다.

2. 인드라마의 세계

현대인들은 10대에서 70대까지 SNS에 통하여 지인들과의 인맥 관계를 유지하고 강화하며, 정보의 공유에 있어서도 폭넓은 네트워크가 만들어져 인터넷을 통해 인드라마의 세계가 되었다. 미디어를 통한 포교의 효과는 실시간 사찰의 법회와 행사 등을 수시로 접하게 되어 대중의 포교로 이어진다.

디지털 기술을 통해 사이버 세계 속에 인드라마를 구현하였으니 기술력을 기반으로 한 소통 역시 상즉상입(相卽相入)의 역동성을 보여주는 셈이다.⁵⁰⁾ 한국불교대학 내부에서 운영하는 미디어 활용을 살펴보면 불교 카페 1위인 인터넷 ‘불교 인드라마’의 자체 앱을 만들어 대중들은 스마트폰으로 사찰의 중요 행사 등을 실시간으로 안내받는다. SNS팀은 회원들에게 매일 법향을 전한다. 방송부와 기자단은 사찰 내의 법문과 특강, 각종 행사 등을 촬영하여 인터넷카페에 올리고, 외부 방송의 홍보를 위해 편집하며, 기자들도 모든 행사를 취재하여 홈페이지, 참 좋은 뉴스 신문, 인터넷카페에 올려서 불교 포교의 홍보가 이루어진다.⁵¹⁾ 종단기구나 대표성을 갖춘 교구본사가 새로운 불교 포교 트렌드를 조성할 앱 개발에 앞장서면서 기존의 불교 콘텐츠를 확장하는 방식이 애플리케이션 사찰의 시대를 대비하는 것이다. 대신 개별 사찰은 이러한 인공지능 생태계의 변화를 수용하면서 새로운 트렌드를 읽고 신규 앱을 포교에 적극적으로 활용하는 것이 좋다. 운영 경험을 종단기구나 개발자에게 피드백하는 역할을 담당하는 편이 종단기구와 개별 사찰 사이의 관계를 증진하는데 유익할 것이다.⁵²⁾ 이처럼 불교계에서는 타 종교에서 온라인 소셜 마케팅으로 활발

49) 한창수(2021), 397.

50) 이재수(2013), 249.

51) 김혜범(2018), 570.

하게 포교하는 방식을 탐구하는 것도 필요하다. 만약 사찰이나 명상센터에서 온라인 시스템을 구축하기 힘들다면, 시스템을 개발하는 회사에 의뢰하거나 MOU를 맺는 것도 좋은 방법일 것이다.

결국 포교는 대면이던 비대면이던지 붓다의 전법교화에 의하면 중생고(衆生苦)의 해소여야 한다. 중생고의 해소인 인간의 행복이 종교를 초월한 포교의 주요 목적이라는 것에는 이론(異論)이 있기 힘들다.⁵³⁾ 이러한 큰 뜻으로 바이러스가 창궐한 시기에는 타 종교인들의 고통까지 치유할 수 있는 비대면 형식의 전법교화를 활성화하면 좋을 것이다.

3. 활성화 방안

향후 종교와 관계없이 많은 사람의 치유와 힐링을 위해 불교를 활성화하는데 다음과 같은 사항을 참고하면 좋을 것 같다.

첫째, 불교를 근본으로 한 세대에 맞는 다양한 프로그램이 필요하다. 붓다의 전법 목적을 잘 이해해서 각 중생들의 근기에 맞는 다양한 전법 형태가 필요하다. 붓다가 가르친 의미와 목적을 실현하려는 의지로, 현대의 상황과 사회에 맞는 수행법이 필요한 것이다.⁵⁴⁾ 불교 수행문화와 이를 전파할 수 있는 콘텐츠를 개발해야 한다. 현재 일상생활에서 활용 가능한 불교에 기반을 둔 다양한 수행법과 명상법을 응용하여 도입해야 한다. 누구나 살아가면서 힘들고 괴로운 순간이 있다. 많은 사람들이 삶의 고통에서 벗어날 수 있는 현실적이고 과학적인 수행법이 필요하다. 이제는 불교인들만의 특정 종교가 아닌 ‘마음 치유’와 ‘마음 다스리기’로의 폭넓은 현실적인 생활불교가 되어야 한다. 불교계에서 다양한 전법 형태로 사람들의 번뇌와 고통을 해소하기 위해 노력하는 것이 붓다 본래의 원(願)일 것이다.

둘째, 불교인들이 앞장서서 지구의 환경과 생명들을 위한 친환경 생활을 지향하는 수행을 해야 한다. 코로나와 같은 바이러스 현상은 무자비한 살생과 지구 환경을 파괴해서 생긴 부메랑 같은 과보라고 볼 수 있다. 자연을 오염시켜 생긴 바이러스 현상은 계속 생길 가능성이 있다. 또한 한국의 참선 문화를 알리는 세계적인 명상센터를 만들기 위해 일정사는 이산화탄소를 배출하지 않는 친환경으로 자연 명상마을을 만들었다.⁵⁵⁾ 친환경 생활을 실천하고 있는 공동체로 정토회는 환경 학교, 빈 그릇 운동, 지렁이를 이용한 음식물 쓰레기 퇴비화 등을 통해 쓰레기 제로 운동을 실천한다. 유기농법으로 건강한 먹거리를 생산하여 자연과 사람을 해치지 않는 삶을 추구한다.⁵⁶⁾

52) 김현구(2019), 246. : 옥점상(2017). 기독교는 디지털 문화를 사회를 특징짓는 체제의 일상으로 적극 수용하고 있다. 교회 웹사이트에서 행정지원과 예배를 위한 각종 AV 장비와 교회 내 다양한 소셜 커뮤니티에 이르기까지 디지털 미디어를 소통 매개체로 활용한다. 또한 교회 홈페이지와 모바일 앱에는 매일 수많은 신앙 콘텐츠가 업로드되고 소비된다. 근래 소셜 미디어는 교인 간의 커뮤니케이션 수단을 넘어 교회의 주요기능(케리그마, 디다케, 코이노니아, 디아코니아)을 대신하기도 한다.

53) 조기룡(2019), 170.

54) 오원철(2013).

55) 윤호섭(2018).

56) <https://www.jungto.org>(검색일 2021.10.10).

지금처럼 대규모 바이러스 현상을 겪지 않으려면 지구인들 전체가 오염된 지구 환경을 살리는 친 환경 운동에 동참해야 한다.

셋째, 현재 대학에서 사이버 강의를 하는 것처럼 ‘사이버 법회’나 ‘온라인 형태의 불교대학’이 필요하다. 많은 사람이 온라인에서 다양한 종교 강의를 무료로 들을 수 있다. 이러한 강의 가운데에는 수준 높은 강의도 있으나, 수준에 미치지 못하는 개인의 생각을 방송하는 강의들도 있는 실정이다. 사찰의 경제적인 상황을 고려해서 사이버 무료강의를 유료로 전환시켜서 ‘사이버 종교대학’을 가입하게 하려면, 상당한 지적 수준의 자료와 만족감을 줄 수 있는 콘텐츠가 개발되어야 할 것이다. 또한 사이버 사찰이나 명상센터에서 현대인들에게 실시간 SNS로 질문하고 답을 해주는 시스템은 외로운 사람들에게 큰 도움이 될 것이다. 코로나19의 장기화로 사람 간의 단절로 인해 대화와 소통이 불가능한 상황에서 종교계가 소통하는 역할을 하면 외로운 사람들에게 매우 유의하고 효과적일 것이다. 코로나로 인해 향후 비대면 형식으로 생활의 변화가 생긴다면, 이러한 형태의 종교 단체도 불교계의 입장에서는 준비해야 할 것이다.

Ⅵ. 나가는 말

모든 사람은 누구나 건강하고 행복한 삶을 추구한다. 과학으로 인해 물질의 풍요에도 행복하지 않고 힘들고 괴로운 것은 마음이 편안하고 평화롭지 못하다는 것이다. 마음의 평화를 위해서 명상은 현시대를 살아가는 사람들에게 힐링과 정신 치유에 필수가 되었다. 세계적으로 유명한 명상 센터의 프로그램들은 상당한 부분을 불교를 근본으로 활용하고 있다. 그러므로 기존의 불교 수행법을 더 확장하여 많은 사람들이 참여하고 생활 가운데 도움이 되도록 하는 것이 절실하다. 현재 대학에서 사이버 강의를 하는 것처럼 사이버 법회가 절실한 시기이다. 현대인들에게 ‘손안의 법당’이나 ‘명상 앱’도 반드시 필요하다. 경제와 코로나로 힘들고 불안해하는 사람들에게 실시간으로 소통하는 시스템은 많은 사람들에게 큰 도움이 될 것이다.

현재의 코로나 바이러스 현상은 전 세계적으로 강력한 전파력을 보이고 있다. 코로나-19 이전의 세상과 이후의 세상으로의 엄청난 변화가 생길 것이라는 예상도 나오고 있는 실정이다. 코로나 이후 비대면 산업의 확대와 코로나 이후의 글로벌 트렌드는 상당한 도전이 될 것이다.⁵⁷⁾ 코로나가 던진 문제점은 다음과 같다. 우선 시급한 코로나 백신의 개발, 전염병 확산을 막기 위한 자연 생태계의 보존 문제, 기후 위기 극복을 위한 대안 제시, 인공지능의 연구 문제, 명상 수행을 통한 면역체계 강화 연구와 치매 예방 연구 등이 있다. 코로나 팬더믹 현상과 같은 바이러스 질환이 다시 창궐할 수 있다. 그래서 많은 사람들이 현재 일상생활에서 활용 가능한 불교에 기반을 둔 다양한 수행법과 명상법을 응용하여 도입해야 한다. 고도화된 지식으로 인해 과학적이며 다양한 방

57) 경제연구실(2020), 7.

법으로 현대인들의 눈높이에 맞춘 불교에 기반을 둔 수행법과 명상법이 절실한 시기이다. 기존의 오프라인 사찰을 그대로 유지하면서 온라인 형태의 법당을 구축해서 다양한 전법 형태가 필요하다. 또한 불교계에서는 지구의 환경과 생명들을 위해 친환경 생활을 앞장서는 수행을 지향해야 한다. 코로나와 같은 각종 질병들은 무차별한 살상과 편리함을 위해 만든 물질의 발달로 인해 파괴된 환경에서 생긴 피해를 우리 스스로가 받고 있는 것이다.

코로나 팬더믹 현상으로 인해 불교계의 역할이 더욱 필요한 시기이다. 현시대에는 모두가 공감할 수 있는 넓게 수용하는 열린 불교가 되어야 할 것이다. 각자의 근기와 종교에 따라서 현대인들이 원하는 치유와 힐링 형태의 마음 수행도 필요하다. 이제는 ‘산 중의 종교’로서의 불교가 아닌 ‘삶 중의 마음’으로서의 다가가는 불교가 많은 사람들에게 위로와 도움을 줄 수 있을 것이다. 결국 ‘종교로서의 불교’뿐만 아니라 ‘마음 다스리기의 불교’로 확장되어야 한다.

- 경제연구실(2020), 「포스트 코로나, 경제·사회변화에 대한 전망과 시사점」, 『한국경제연구원 정책연구』, 한국경제연구원.
- 곽희용외 4인(2020), 「코로나-19 대유행 상황에서의 심신증재요법에 대한 연구 동향 분석」, 『한국명상학회지』 10-2, 한국명상학회.
- 김태욱·이영균(2011), 『(제대로 통하는) 소셜 마케팅 7가지 법칙』, 서울 : 다우출판.
- 김성철(2009), 『(불교 초보 탈출) 100問 100答』, 서울: 불광출판사
- 김영미(2021), 「코로나 시대의 포교와 불교 명상의 활성화 방안」, 『문화와 융합』 43-4, 한국문화융합학회.
- 김현구(2019), 「불교 포교를 위한 앱(App) 콘텐츠 제안」, 『동아시아불교문화』 38, 동아시아불교문화학회.
- 김혜범(2018), 「한국 현대불교의 현장포교를 위한 모색」, 『동아시아불교문화』 36, 동아시아불교문화학회.
- 박양규(2020), 『21th기능의학 기본과정(영양·실전적용편)』, 전북: MDS medical seminar.
- 박진아(2012), 『국제법상 전염병 통제에 관한 연구』, 고려대학교 박사학위논문.
- 서재영(2020), 「한국불교의 세계화를 위한 전법전략과 과제」, 『불교학보』 91, 동국대학교 불교문화연구원.
- 오원칠(2013), 「명상 붐의 국내외적 현황과 추이」, 『불교평론』 55, 만해사상실천선양회.
- 오형근(1997), 「佛敎의 生命觀」, 『가톨릭신학과사상』 20, 신학과사상학회.
- 옥섬상(2017), 「디지털 문화에 대한 한국교회의 수용성과 배타성」, 『목회윤리연구소 제9회 포럼 자료집』
- 윤종갑(2014), 「현대 과학기술과 생명의 위기에 대한 불교적 조망」, 『동아시아불교문화』 18, 동아시아불교문화학회.
- 이은환(2020), 「코로나19 세대, 정신건강 안녕한가!」, 『이슈&진단』 414, 경기연구원.
- 이재수(2013), 「불교문화 콘텐츠학의 연구 방향과 교육 방법 고찰」, 『종교문화연구』 20, 한신대학교 종교와문화연구소.
- 이평수(2015), 「메르스 사태로 본 감염병 방역에 대한 민, 관 협력체계의 4문제점과 개선방안」, 『地方行政』 64-743, 대한지방행정공제회.
- 이중표(1998), 「불교의 인간관」, 『철학연구』 68, 대한철학회.
- 이중표(1999), 「불교의 생명관」, 『범한철학』 20, 범한철학회.
- 장규연(2017), 「무성유정론(無性有情論)의 쟁점과 그 철학적 함축-원측(圓測)의 이해에 근거하여-」, 『철학논집』 48, 서강대학교 철학연구소.
- 조다빈·심은정(2020), 「분노 경험과 COVID-19 예방수칙 준수행동 및 정신건강 문제의 관계」, 『한국심리학회지: 건강』 26-1, 한국건강심리학회.
- 조기룡(2019), 「한국사회의 종교시장화와 한국불교의 포교정향(布敎定向)」, 『불교학연구』 58, 불교학연구회.
- 조기룡(2020), 「사찰공동체는 어디로-모니터에 연등 밝히며」, 『불광』 548, 서울: 불광출판사.
- 조동준(2020), 「코로나-19와 지구화의 변화」, 『국제정치논총』 60, 한국국제정치학회.
- 조숙정(2016), 「감염병 행정의 현상진단과 개선방안: 정보프로세스관점에서」, 『국정관리연구』
- 한창수(2021), 「COVID-19 시대의 율분과 외로움 관리를 위한 연결성의 중요성」, 『대한의사협회지』 64(6), 대한의사협회.
- Behan C.(2020), “The benefits of meditation and mindfulness practices during times of crisis such as COVID-19”, Irish Journal of Psychological Medicine 37(4).
- Cheng, C., & Tang, C. S. K.(2004). “The psychology behind the masks: Psychological responses to the severe acute respiratory syndrome outbreak in different regions”, Asian Journal of Social Psychology 7(1), 3-7.

- Conversano C. et al.(2020), “Mindfulness, Age and Gender as Protective Factors Against Psychological Distress During COVID-19 Pandemic”, *Frontiers Psychology* 11.
- Cullen W. et. al.(2020), “Mental health in the COVID-19 pandemic”, *QJM: An International Journal of Medicine* 113(5).Dorothy Hamre and John J. Procknow(1966), “A New Virus Isolated from the Human Respiratory Tract,” *Proceedings of The Society for Experimental Biology And Medicine* 121-1.
- Esteban Domingo(2019), *Virus as Populations*, Cambridge : Academic Press.
- Marchand, W.R.(2012). “Mindfulness-based stress reduction, mindfulness-based cognitive therapy, and zen meditation for depression, anxiety, pain, and psychological distress”, *Journal of Psychiatric Practice* 18(4).
- Maciej F. Boni et al.(2020), “Evolutionary origins of the SARS-CoV-2 sarbecovirus lineage responsible for the COVID-19 pandemic”, *Nature Microbiology* 5.
- Ping Liu et al.(2020), “Are pangolins the intermediate host of the 2019 novel coronavirus (SARS-CoV-2)?”, *PLOS Pathogens* 16-5.
- Schimmenti, A. et al.(2020), “The four horsemen of fear: An integrated model of understanding fear experiences during the COVID-19 pandemic”, *Clinical Neuropsychiatry* 17(2).
- Shailendra K. Saxena (ed)(2020), *Coronavirus Disease 2019 Covid-19: Epidemiology, Pathogenesis, Diagnosis, and Therapeutics*, Singapore: Springer Nature.
- Shigemura, J. et al.(2020), “Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations”, *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 74(4), 281-282.
- Shin, L. M., Liberzon, I.(2010), “The neurocircuitry of fear, stress, and anxiety disorders”, *Neuropsychopharmacology* 35.
- Stephan M. Kissler et al.(2020), “Projecting the Transmission Dynamics of SARS-CoV-2 through the Post-pandemic Period,” *Science* 368.
- Wheaton, M.G. et al.(2012), “Psychological predictors of anxiety in response to the H1N1 (swine flu) pandemic”, *Cognitive Therapy and Research* 36, 210-218.
- Xi He et al.(2020), “Temporal Dynamics in Viral Shedding and Transmissibility of COVID-19”, *Nature Medicine* 26.
- Yip, Paul S.F. et al.(2010), “The impact of epidemic outbreak: The Case of Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) and Suicide Among Older Adults in Hong Kong”, *Crisis* 31(2).
- Yushu Wan et al.(2020), “Receptor Recognition by the Novel Coronavirus from Wuhan: an Analysis Based on Decade-Long Structural Studies of SARS Coronavirus,” *Journal of Virology* 94-7.
- <https://terms.naver.com/entry.naver?docId=5144787&cid=61232&categoryId=61232>(검색일 2021.10.10)
- <https://www.youtube.com/watch?v=unCuUaPseJY>(검색일 2021.10.10)
- <https://terms.naver.com/entry.naver?docId=5144787&cid=61232&categoryId=61232>(검색일 2021.10.10)
- <https://www.mabopractice.com/>(검색일 2021.10.10)
- http://aictnews.blogspot.kr/2015/11/blog-post_27.html (검색일 2021.10.10)
- <https://www.jungto.org>(검색일 2021.10.10).
- 윤호섭(2018), 「월정사 오대산 명상마을 7월 28일 개원」, <<현대불교>>, 2018-7-12.

한영애, 「국민 10명중 6명 '만성 우울'...불공정 사회에 더 심해졌다」, 《중앙일보》, 2021.04.21.
World Health Organization(2021), “Novel Coronavirus-hina”, <https://www.who.int/csr/don/12-january-2020-novel-coronavirus-china/en/>(검색일 2021.08.3.).

초 록

현재 전 세계적으로 창궐한 코로나 팬데믹 현상으로 지구인들이 정신적이나 물질적으로 아주 힘든 상황에 처해 있다. 현재 코로나-19라는 바이러스로 사람들이 서로 만나지 못하고 있는 현실이다. 이렇게 오래 지속된 팬데믹 상황은 사람들을 더욱 힘들고 외롭게 만든다. 코로나-19로 인해 많은 사람들이 일자리를 잃거나 각종 불안과 스트레스가 가중되고 있는 실정이다. 이로 인해 사람들은 우울증이 심해지고 심지어는 자살이나 살인 등의 일들이 벌어지고 있다. 이러한 현실에서 불교인들이 가장 잘할 수 있는 일은 마음 다스리기와 전법이다. 붓다의 설법은 중생들에게 모든 고통으로부터 벗어나게 해주는 뛰어난 영향력이 있다. 그러나 코로나로 인해 힘든 사람들의 종교는 너무나 다양하다. 그러므로 종교에 관계없이 많은 사람들을 치유하고 힐링할 수 있으려면, 전통적인 불교 참선이나 화두보다는 현시대에 맞는 전법 방법이 도입되어야 할 것이다. 또한 젊은 층을 위한 불교의 대중화 방안이 시급한 실정이다. 코로나의 전파를 방지하고자 시행된 오랜 거리두기로 인해 혼자 외로운 사람들은 더욱 스마트폰이나 각종 영상 매체에 의지해있다. 그러므로 이 상황에서는 모바일 명상앱이나 SNS를 활용한 포교가 훨씬 효과적일 것이다. 이에 세계적인 명상센터에서는 이미 오프라인과 온라인 명상 프로그램을 병행하고 있거나, 불교 교리에 근거한 다양한 프로그램과 친환경 운동으로 사람들에게 큰 영향력을 주고 있다. 이러한 연구는 한국불교를 현시대와 현대인들이 받아들일 수 있도록 대중화시키는 전법 방안이 반드시 필요한 시기이다.

주제어 : 불교전법, 코로나, 치유, 힐링, 명상, 불안, 스트레스

A Study on the Buddhist propagation in this COVID-19 Era

Currently, people on Earth are in a very difficult situation mentally and materially due to the COVID-19 pandemic that has been rampant around the world. People are unable to meet each other due to this pandemic. This long-lasting situation makes people's lives harder and lonely. Furthermore, the COVID-19 pandemic is causing many people to lose their jobs or add to various anxiety and stress. This has led to depression in people and even suicide and murder. In this circumstance, what Buddhists can do best is mindfulness and transmission of the Dharma. Buddha's preaching has an outstanding influence on the people of the world to escape from all the pain. However, the religions of people suffering from the COVID-19 are too diverse. Therefore, in order to heal many people regardless of religion, modern methods of transmission of the Dharma should be introduced rather than traditional Buddhist meditation or Whadu. Additionally, it is urgent to popularize Buddhism for young people who are self-assertive. Due to the long social distancing that has been implemented to prevent the spread of this virus, people who are isolated alone are more dependent on cell phones and various video media. Hence, missionary work using mobile meditation applications or SNS will be much more effective in this situation. As a result, the world-renowned meditation center already has offline and online meditation programs, or it is influencing people with various programs based on Buddhist doctrine and eco-friendly movements. Such research is a time when there is a need for the transmission of the Dharma to popularize Korean Buddhism to be accepted by modern and contemporary people.

Keyword : Transmission of the Dharma, COVID-19, healing, meditation, anxiety, stress

「코로나 시대의 불교 포교의 활성화 방안」을 읽고

신경스님 / 동국대

1. 내용요약

제1장에서는 중생의 이익과 행복을 실현하기 위한 전법(傳法)을 근본정신으로 하는 불교가 코로나19 팬데믹 시대에 심리적 불안을 겪는 사람들의 마음을 다스리고 치유하는 탁월한 종교임을 밝혔습니다. 하지만 그동안 사이버 환경을 통한 전법에는 소극적이었음을 지적하고 유동적인 대면법회의 운영뿐만 아니라 비대면 법회도 하나의 유형으로 자리 잡을 수 있도록 노력해야 한다고 주장하였습니다.

제2장 ‘바이러스’에서는 코로나19 바이러스의 발생배경과 경과에 대해서 설명하고, 스파이크 단백질과 ACE2수용체에 의한 감염기전과 함께 돌연변이와 재조합에 의한 변이바이러스의 출현에 대해서도 설명하였습니다. 또한 비록 바이러스가 인간에게 해로운 것일지라도 지구상에 존재하는 세균의 양을 조절하는 아주 중요한 역할을 담당하고 있으며, 파지테라피에 의한 세균제거법이나 아데노바이러스를 이용한 백신의 개발이라는 측면에서도 유용성이 있음을 밝혔습니다.

제3장 ‘생명관’에서는 먼저 생명체의 정의를 데카르트적 세계관과 현대의 분자생물학 및 과학적 생명관으로 나누어 살펴보고, 과학적 생명관의 입장에서 미생물에 속하는 바이러스는 숙주 기생 여부에 따라 무생물(비리온)이나 생물의 형태를 모두 띌 수 있는 RNA덩어리임을 설명하였습니다. 그리고 불교의 생명관은 상호의존적인 관계에서 나타나는 과정이며, 번뇌에 의한 생사윤회인 가생명(假生命)에서 벗어나 진여법신의 발현에 의한 진생명(眞生命)의 회복에 그 목표가 있음을 강조하였습니다. 또한 코로나19 바이러스는 식물과 마찬가지로 중생에 속하지 않으며, RNA덩어리에 불과하지만 유해한 존재로서 우리의 생명과 연결되어 있는 것임을 자각하고 이기심을 버리고 공동체적 책임감을 가져야함을 촉구하였습니다.

제4장 ‘코로나19 바이러스 극복’에서는 의학적 극복 방안으로서 통합적인 관점에서 신체를 이해하고자 하는 현대의 기능의학이 불교의 상호인과적인 연기법의 관점과 동일한 맥락에 있는

것임을 밝히고 면역력 강화와 백신접종을 강조하였습니다. 또한 신종 전염병에 대한 막연한 두려움과 불안감은 심리·사회적 문제를 야기할 수 있음을 지적하고, 맞춤형 심리정신 회복지원 프로그램 및 심리백신 프로그램 도입, 문화콘텐츠를 활용한 힐링 프로그램의 개발과 보급을 통한 마음챙김 명상과 요가가 몸과 마음을 복합적으로 치유할 수 있는 방안임을 제시하였습니다. 또한 원효의 『금강삼매경론(金剛三昧經論)』의 생멸상즉(生滅相卽) 사상에 근거하여 코로나 팬데믹 현상을 바라보면 그 근본은 공(空)이어서 결국 연(緣)이 다하면 사라질 뿐이기에 집착할 필요가 없게 된다고 하였습니다.

제5장 ‘불교 포교의 활성화 방안’에서는 정보의 생산주체와 방식이 다양해진 오늘날에는 모바일 앱이 새로운 전법 매체가 될 수 있음을 밝혔습니다. 언제나 접속 가능한 손 안의 모바일 법당이나 VR기술로 만들어진 사찰 등 디지털 콘텐츠의 개발과 아카이브 구축이 중요하며, 특히 메타버스(meta-verse)와 같은 가상세계에서 ‘인터넷 안의 자기’인 아바타(avatar)에 의한 실감나는 교류는 불자들의 소속감을 강화시키고 더욱 많은 접근기회를 제공할 수 있을 것이라 하였습니다. 또한 개개인의 연결성이 강조되는 인터넷 인드라마의 시대에는 종단기구나 대표성을 갖춘 교구본사 등의 주도에 의한 콘텐츠 개발이나 타종교의 온라인 소셜 마케팅의 연구 및 시스템 구축을 위한 전문 개발회사와의 협업도 중요함을 강조하였습니다. 나아가 현대인들의 눈높이에 맞춘 불교에 기반을 둔 수행법의 개발, 지구환경을 생각한 친환경 생활에 앞장서는 수행, 수준 높은 온라인 불교대학 콘텐츠의 개설도 필요함을 밝혔습니다. 이를 통해 ‘산 중의 종교’로서의 불교가 아닌 ‘삶 중의 마음’으로서의 다가가는 불교가 되어야 하며 ‘종교로서의 불교’뿐만 아니라 ‘마음 다스리기’의 불교’로 확장되어야 함을 강조하였습니다.

2. 논평 및 질문

본고는 코로나19 바이러스의 전 세계적 창궐에 따른 팬데믹 상황과 향후 다가올 포스트 코로나 시대에 불교계가 가져야 할 포교방법과 자세에 대한 많은 시사점을 안겨주는 연구라 할 수 있습니다. 특히 시시각각 변화하는 시대상에 발맞추어 불교사상에 입각한 새로운 안목과 방법을 제시하는 것은 그 어떤 연구자라 하더라도 쉽지 않은 일이라 생각합니다. 특히 포교일선에 있는 종교인의 입장에서 이러한 중요한 연구에 열정과 시간을 할애해 주신 김영미 선생님의 노고에 감사의 말씀을 먼저 드립니다.

우선 제1장에 의거하면 본 연구의 핵심논의는 코로나19바이러스가 어떤 것인지, 그리고 불교학계의 시각에서 비대면 전법활동의 방안을 모색하는 것이라 할 수 있습니다. 그런데 ‘코로나 시대의 불교 포교 활성화 방안’이라는 연구제목으로 볼 때, 과연 바이러스에 대한 이와 같이 상세한 자연과학적 설명에 많은 지면을 할애할 필요가 있는 것인지 의문을 가질 수밖에 없었습니다. 차

라리 코로나 바이러스에 대한 설명은 소략하고 팬데믹 상황이 초래한 정치·경제 내지 사회·문화적 문제점이나 난관에 대한 좀 더 자세한 설명이나, 코로나 발생 이전 시기의 불교계 전법포교 현황이나 실태에 대한 조사가 있었다면 코로나 이후의 상황이나 전법방안 모색에 더 효과적이지 않을까 하는 아쉬움이 남았습니다.

제3장에서는 생명체에 대한 정의와 함께 불교의 생명관을 다루면서 코로나19 바이러스를 불교적으로 어떻게 바라볼 것인가에 대해 논하고 있습니다. 필자는 ‘인간의 마음이 청정하면 진여성을 발생하여 사지(四智)를 작용하며 법신을 나타낼 수 있으며, 이를 진생명(眞生命)이라고 할 수 있다. 그러나 말나식에 의하여 번뇌를 야기하고 아집과 법집을 항상 야기하면 죄업을 짓게 되며, 따라서 생과 사가 있는 생명을 지니고 윤회생활을 할 수밖에 없다. 우리의 마음을 청정하게 하여 스스로의 생명을 진아(眞我)의 생명으로 회복하고자 하는 것이 불교의 생명관이다.’(p.11)라는 오형근 선생님의 의견을 인용하고 있습니다. 그리고 이에 근거하여 ‘붓다의 가르침에 의거하면 식물은 중생에 속하지 않는다.’(p.12)라고 하면서 ‘코로나19 바이러스도 식물과 마찬가지로 중생에 속하지 않고 RNA로 이루어진 세포덩어리¹⁾라고 할 수 있다. 그러나 인간의 입장에서는 인간에게 질병을 일으켜 목숨을 앗아가는 유해한 존재로서 위험하고 불리한 상호작용을 하는 관계이다.’(p.12)라고 주장하고 있습니다. 이에 따르면 불교적 입장에서 마음을 지닌 것만 생명으로 인정할 수 있으며 마음이 없는 식물이나 코로나19 바이러스는 생명이 아니라는 뜻이 됩니다. 다만 필자는 생명 대신에 중생이란 말을 썼기에 ‘마음이 있는 것만이 생명이고 생명이 있는 것은 곧 중생이다.’라는 의미가 됩니다.

【질문1】 만약 숙주 밖에 있을 때는 무생물이지만 숙주에 기생할 때는 생물의 형태를 띠는 것이 코로나19 바이러스라고 한다면, 이것은 숙주와의 상호의존적인 관계로 볼 때 생명체라고 볼 수 있지 않을까요? 필자는 ‘불교에서 생명이란 개별적으로 존재하는 사물이 아니라 상호의존적인 관계에서 나타나는 과정이다.’(p.11)라는 이종표 선생님의 의견을 어떻게 이해하고 계시며 어떤 목적으로 인용한 것인지 듣고 싶습니다.

【질문2】 무정성불론(無情成佛論)이나 초목성불론(草木成佛論)에서는 중생과 자연이 연기·공(緣起·空)의 입장에서는 본질적으로 동일하기에 중생이 성불하면 무정이나 초목들도 성불한다고 말합니다. 이에 대한 필자의 견해는 어떠하신지요?

제4장에서는 코로나19 바이러스 극복에 대한 방안으로 의학적 치료와 명상 및 요가와 같은

1) ‘바이러스도 식물과 마찬가지로 세포덩어리’라는 말은 ‘바이러스는 세포로 이루어져 있지 않고 단지 DNA 또는 RNA로 이루어져 있다’(p.10)는 말과 배치된다.

대안을 제시하고 있습니다. 그리고 마지막 ‘불교학의 관점에서 해석한 코로나 현상’에서는 ‘인연으로 생한 바의 뜻은 이 뜻이 멸(滅)이고 생(生)이 아니며, 모든 생멸을 멸한 뜻은 이 뜻이 생(生)이고 멸(滅)이 아니다.’(p.18)라는 원효스님의 『금강삼매경론(金剛三昧經論)』의 견해를 인용하고 있습니다. 이를 통해 ‘인연으로 생한 바의 뜻(因緣所生義)’은 ‘코로나 팬데믹 현상이 생겨나긴 했지만 그 근본은 공(空)이므로 집착할 필요가 없다’라는 측면에서 해석을 하였습니다.

【질문3】 그렇다면 ‘모든 생멸을 멸한 뜻(滅諸生滅義)’은 코로나 팬데믹 상황에 어떻게 적용할 수 있는지, 그리고 코로나 팬데믹의 극복방안으로서 굳이 원효스님의 『금강삼매경론』을 인용한 이유에 대해서 말씀해 주십시오.

제5장은 본 논문의 핵심이라 할 수 있습니다. 필자는 모바일 앱이 새로운 전법매체가 될 수 있다는 전제 아래, 양질의 콘텐츠 개발과 메타버스 구축을 통해 불자들의 소속감과 접근기회를 늘릴 수 있으며 이를 통해 ‘산 중의 종교’가 아닌 ‘삶 중의 마음’으로서의 다가가는 불교, ‘종교로서의 불교’뿐만 아니라 ‘마음 다스리기의 불교’로 확장되어야 함을 강조하였습니다.

【질문4】 필자는 코로나 시대를 대비하는 방법으로 모바일 앱을 통한 전법을 강조하고 있습니다. 그러나 오늘날은 오히려 스마트폰 중독과 같은 모바일 기기의 부작용을 염려하고 개개인의 발전을 위해서는 그 사용을 줄이고 절제하는 방향으로 나아가는 것이 필요하다고 주장하는 사람들도 있습니다. 자아의 성찰과 내면의 발전을 중시하는 불교적 입장에서 양자의 균형을 맞추기 위한 방안은 무엇이라 생각하십니까?