

# 퇴계의 마음치료와 도덕교육

권상우\*

## 차례

- I. 대안적 도덕교육을 위한 퇴계의 마음치료
- II. 퇴계의 '心病'과 도덕교육
- III. 퇴계의 '病痛'에 대한 진단
- IV. 퇴계사상에서 상담방법: 인격상담
- V. 퇴계사상에서 상담내용: 敬공부
- VI. 결론: 퇴계의 상담치료와 대안적 도덕교육

### 【국문초록】

현행 도덕교육이 학습자의 실존적 고통을 등한시 한 채 지식 위주에 치우쳐 있는 상황에서 퇴계의 마음치료를 대안적 도덕교육으로 제시해 보고자 한다. 퇴계 철학은 사변적이고 이론적인 학문이 아니라 실천적인 학문이다. 퇴계학의 실천성은 욕망을 극복하고 도덕 본성을 회복하는 공부론에서 찾아 볼 수 있다. 퇴계는 도덕본성의 상실을心病으로 칭하고, 이를 치료하는 방법론으로 공부(수행)를 강조한다. 그래서 퇴계철학을 '도덕치료학'으로 해석될 수 있다. 이때 도덕치료는 신체적인 질병이나 우울증, 신경증 등의 신경정신과 질병과는 달리 욕망을 제거하고 도덕성을 회복시키는 치료이다. 퇴계에서의 도덕성 상실이라는 내적원인이 바로 폐쇄적이고 고립적인 인간행위의 근본이 된다고 본다. 그래서 퇴계철학에서 도덕 치료는 소통도덕교육의 핵심내용이다.

퇴계의 도덕치료는 상담적 방법 또한 중시한다. 즉, 교수와 학습자는 상담자와 내담자의 관계로 설정하면서, 수평적이고 평등한 인간관계에서 내담자의 공감을

\* 계명대학교 교양교육대학 초빙교수

형성하고 내담자의 특수한 상황을 고려하면서 내담자가 도덕본성을 자각하도록 인도하는 과정이며, 상담내용은 敬公부를 주로 하고 있음을 논의하였다.

#### 주제어

퇴계철학, 심리치료, 도덕교육, 기질치료, 수평적 상담, 경공부,

## I. 대안적 도덕교육을 위한 퇴계의 마음치료

최근 한국사회에서 청소년의 자살이 심각한 사회문제로 부각되고 있다. 최근 청소년이 학교에서 학우들의 왕따, 폭력을 참지 못해 자살하는 경우가 늘어나고 있다. 가해자의 폭력 행위는 피해자의 대인기피현상, 중독, 우울증, 강박증상 등의 정신질환의 원인이 되면서 피해자로 하여 극단적인 선택으로 몰아가게 한다. 이 보다 더욱 심각한 사실은 폭력의 가해자가 자신의 잘못을 전혀 인식하지 못할 뿐만 아니라 집단 폭력 행위를 놀이로 생각하고 있다는 사실이다. 예를 들면, 가해 학생에게 왜 다른 학생을 괴롭히는가라는 질문에, “그냥 재미있어서”라고만 답변했다고 한다. 그들의 답변에서 보자면, 학우들의 고통은 바로 자신들의 즐거움을 위한 방법으로만 간주하고 있는 셈이다. 그러나 청소년들의 문제를 단지 그들의 탓으로만 돌릴 수 있는가?

한국사회는 청소년들을 경제적 빈부격차, 성적 위주의 교육제도, 갈등과 경쟁 등 그들이 도저히 감당할 수 없는 쇠우리(Iron Cage)에 몰아놓고 있다. 이러한 사회체제가 학우를 친구로 삼는 것을 허용하지 않고 오직 경쟁에서 이겨야 할 대상으로만 간주하게 교육시키고 있다. 이러한 교육을 받은 청소년들은 친구간의 우정, 심리적 안정 등과 같은 정서교육은 구시대적 가치 또는 생존의 걸림돌로만 생각하고 있다. 이러한 냉

혹한 현실 논리에 적응하는 학생들도 있지만, 그렇지 못한 학생들도 상당수 있다. 그러나 쇠우리의 질서가 정상적이지 않다면, 그에 적응하는 학생이 오히려 비정상적이고, 적응하지 못한 학생이 정상일 수 있다. 이러한 경쟁사회에서는 청소년은 극심한 스트레스, 우울증을 앓고 있지만 이들의 마음을 이해하고 치료해 줄 수 있는 공간이나 인원은 턱없이 부족한 상황이다.

청소년들의 심리적 장애를 지니게 되는 원인은 여러 측면에서 분석해 볼 수 있지만, 타인과의 소통의 부재가 근본적인 원인이라고 한다. 자살을 예로 들어 보면, 일반적으로 자살의 원인은 일반적으로 경제적 문제, 신체적 문제, 심리적 문제 등이 자살의 원인으로 알려져 있지만, 실제로는 타인과의 소통의 부재에 있다고 한다. 청소년이 어려운 상황에서 타인에게 자신의 고통을 호소할 수 없을 때 자살하게 된다고 한다. 그래서 자살 행위는 바로 남아 있는 사람들과의 소통의 한 방식으로 생각한다. 즉, 자살을 선택한 사람은 더 이상 타인과 소통할 수 없게 되었을 때 자신의 상황을 자신의 죽음을 통해 다른 사람에게 어떠한 방식으로 영향을 미치기 위한 선택한 행위라고 한다.<sup>1)</sup> 이러한 소통적 자살을 통해서 알 수 있듯이 청소년들의 심리적 장애를 해소하기 위해서는 무엇보다도 그들의 생각과 고민을 터놓고 이야기할 수 있는 교육환경이 절실히 요구된다.

위와 같은 현실인식으로 인해 <제 7차 도덕 교육과정 개정 시안>에서는 도덕주체인 '나'와 타자와의 관계를 매우 중시하고 있다. 개정안에는 도덕주체인 '나'를 중심으로 다양한 영역으로 가치 관계를 확대해 나갈 수 있는 원리가 중시되면서, 교과내용에도 '소통'과 '관계'를 중요한 키워

1) 박형민, 『자살, 차악의 선택』, 이학사, 2010, 400-401쪽.

드로 삼고 있다. 그러나 교육현장에서 볼 때 도덕교육은 타인과 더불어 살아갈 수 있는 교육이 아니라 학습자 개인이 좋은 성적을 받기 위한 수단으로만 간주되어지고 있다. 이러한 도덕교육적 환경은 학습자가 타인과 소통할 수 있는 교육이 되지 못하고 오히려 학습자의 정신적 질환만을 가중시키고 있다. 이러한 현실에도 불구하고 한국교육은 기존교육에 적응하지 못한 학습자를 열등한 존재로만 취급하면서, 그들을 훈육적인 방식, 강압적인 방식으로 대하는 것에 있다. 도덕적 훈계나 교화가 교육수단이 될 수도 있지만, 이는 학습자의 입장과 상황을 공감하고 이해하고자 하는 전제 위에서만 교육 효과가 있을 수 있다. 그들에 대한 공감 없이 일방적인 교화 위주의 교육은 그들의 아픔을 치유하기는커녕 오히려 타인과 단절되어 고립된 삶을 살아가게 한다.<sup>2)</sup> 이러한 현실에서 볼 때, 최근 학교에서 발생하는 청소년 집단 폭력, 왕따, 중독 등의 병리현상을 치유할 수 있는 대안성격의 소통교육이 절실히 요구되고 있다. 그래서 제7차 개정안의 소통교육이 실천성을 지니기 위해서는 심리상담교육을 보완할 불 필요가 있다.

초·중등학교에서는 상담교사와 도덕교사를 구분하고 있다. 상담교사는 청소년이 그들의 일상생활의 어려움, 즉 진로문제, 심리적 갈등, 부모와의 갈등, 불안증, 우울증 약물남용, 청소년의 격동 등을 대화를 통해 돕는 역할을 한다면, 도덕교사는 도덕이론에 근거해 학습자가 주체가 되어 주위 환경에 잘 적응할 수 있는 도덕적 품성과 능력을 개발하는 역할을 한다. 그러나 이 양자를 분명하게 구분할 수 있는 것은 아니다. 청소년의 문제에서 본다면, 상담행위가 심리적 문제가 발생한 이후 치료의 기능을 한다면, 도덕교육은 오히려 예방의 기능에 목적을 두고 있다. 하

2) 심성보, 「실존주의적 상담기법을 통한 인성교육」, 『초등도덕교육』 26집, 한국초등도덕교육학회, 2008, 90쪽.

지만 위의 사례에서도 알 수 있듯이, 청소년들이 환경에 잘 적응하지 못하는 이유를 여러 측면에서 분석할 수 있지만, 근본적인 원인은 자존감과 소통능력의 결핍, 사회에 대한 잘못된 인식, 잘못된 도덕추론 등에 있다. 그래서 심리치료사나 상담자가 내담자의 문제를 근본적으로 해결하기 위해서는 도덕이나 철학적 소양 또한 갖출 필요가 있으며, 도덕교사 또한 도덕교육을 지식교육의 차원을 넘어서서 도덕주체가 직면한 문제와 아픔을 공감하면서 타인과 소통할 수 있는 상담방법을 습득할 필요가 있다. 즉, 상담사는 도덕성 확립을 상담내용으로 해야 하며, 도덕교육자는 상담이론을 도덕교육의 방법으로 채택할 필요가 있다. 이와 같을 때 도덕교육과 상담이론이 결합되어진 형태의 도덕교육상담이론이 확립될 수 있을 것으로 보인다. 이러한 현실인식에서 퇴계의 도덕교육이 좋은 모델이 될 수 있다.

퇴계는 조선시대의 최고의 교육자로 꼽을 수 있다. 그의 문헌을 보면, 그는 제자들에게 단순한 지식위주의 교육이나 과거시험 위주의 교육이 아니라 제자들이 생활하면서 겪는 삶과 학문함에서 오는 아픔을 치유하고자 하는 문구를 쉽게 찾아 볼 수 있다. 퇴계철학에서는 ‘心病’은 신체적인 질병이나 신경증과는 차원이 다른 유형, 즉 주체의 상실에 기인하는 정신적 장애로 보고 있다.

퇴계문헌에서 ‘주체’와 해당하는 개념으로는 己, 私, 吾, 我 등이 있다. 『논어』에서 “자공이 내(我)가 남에게 더하기를 바라지 않는 일을 나(吾)도 역시 남에게 더함이 없기를 바란다.”라고 할 때의 ‘我’와 ‘吾’는 바로 타인을 배려하는 자아를 일컫는다. 또는 공자가 “네 가지가 없었으니 사사로운 뜻이 없었으며, 꼭 하겠다는 것이 없었으며, 고집이 없었으며, 나(我)라는 것이 없었다고 할 때의 ‘我’는 바로 사적인 의미의 자아를 말한다. 그리고 “내가 서고자 하면 남을 세워준다”고 할 때의 ‘己’와 극기복례

의 '己'는 바로 타인과의 관계에서 논하고 있다.<sup>3)</sup> 이와 같이 퇴계철학에서 '나'는 다양한 의미로 사용되고 있지만, 대부분 개체성을 일정부분 인정하고 있다. 하지만 그 개인이 무엇을 지향하는가에 따라 의미가 달라진다. 즉, 개인이 서구와 같이 사사로운 존재로 사용되기도 하고, 타인과의 관계상에서 사용되기도 한다. 전자에서의 개인의 의미가 타인을 배려하지 않고 단지 자신의 욕망에만 집착하고 있다면, 후자의 개인은 타인과의 관계 맺음을 지향한다. 퇴계철학에서 이 양자의 구분을 仁의 有無에 있다고 본다. 仁은 문자적인 의미에서 볼 때 두 사람의 관계를 나타낸다. 유학에서는 부자, 군신, 부부, 장유, 붕우의 오류를 대표적인 인간관계로 본다. 그래서 퇴계철학에서 개인은 아버지의 아들, 자신의 아버지, 아내의 남편 등과 같이 자신을 둘러싸고 있는 사회구성원들과 바람직한 관계를 맺어야 하는 존재이다. 이와 같을 때 퇴계철학에서 자아는 바로 바람직한 인간관계를 맺을 수 있는 의지와 능력을 의미한다. 퇴계는 이러한 자아를 인간본성에 근거한 마음으로 이해하고 있다. 퇴계는 이러한 자아가 상실하게 될 때 심리적 장애가 발생한다고 본다.

그래서 퇴계철학에서 심리적 장애는 마음이 소통본성에 근거하지 않고 기질의 지배를 받기 때문으로 진단하고 있으며, 이를 치유하기 위해서는 인간의 욕심을 조절하고 통제하면서 자신의 본성을 자각하고 실천할 수 있는 도덕교육이 필요하다고 본다. 그래서 그의 심리치료는 인간이 타인과의 관계를 올바르게 맺을 수 있는 도덕교육을 통해서 해소해 주고자 한다. 이와 같이 퇴계는 마음치료는 곧 도덕교육이며, 도덕교육이

3) 『退溪先生文集』 卷7, 西銘考證講義, 與子夏所謂不欲人之加諸我也, 吾亦欲無加諸人之我字吾字, 同皆公也. 而子絕四, 勿意勿必勿固勿我之我字, 私也. 夫子所謂己欲立而立人之極者, 公也, 而顏子克己復禮之己者, 私也. 數字之稱, 本合爲一字, 一字之間, 一公一私, 天理人欲得失之分.

마음치료이면서, 이 양자가 결코 분리되지 않는다고 본다.

퇴계의 마음치료 방법에는 경전치료, 명상, 실천공부 등이 있지만, 스승과 제자 간의 상담방법도 또한 매우 중시하였다. 그래서 퇴계는 학습자의 구체적인 상황에 대한 이해와 공감에 근거하고, 그들과의 상담행위를 통해 도덕본성을 회복하게 교육시키는 사례를 쉽게 찾아 볼 수 있다. 퇴계는 학습자와 대화를 나누면서 학습자가 주변과 올바르게(道) 소통할 수 있는 능력, 즉 도덕성을 개발하도록 교육함을 목적으로 하였다. 그래서 퇴계철학의 도덕교육은 현재 행해지고 있는 지식위주의 도덕교육의 한계를 극복하고 청소년들의 심리적 장애를 해결해 줄 수 있는 도덕교육의 대안적 기능이 될 수 있을 것이다.

그래서 논문에서는 현재의 도덕교육의 한계를 극복할 수 있는 대안적 도덕교육으로써 퇴계사상을 치료학적인 관점에서 접근해 보고, 퇴계의 마음치료로서의 상담이론을 논의해 보고자 한다.

## II. 퇴계의 ‘心病’과 도덕교육

퇴계는 진정한 삶의 의미가 출세와 명예에 있는 것이 아니라 인간의 도리를 이해하고 실천하는 데 있다고 보았다. 그래서 그는 벼슬살이에서 물러나 고향에 머물며 修己공부에 전념하였다. 그는 일생의 대부분 시간을 초야에 묻혀 학문 정진에 힘쓰거나 또는 후학 양성에 일평생을 보냈다. 그는 수많은 문인을 배출하였으며, 도덕교육에 관한 깊이 있는 이론을 제시하는 사실에서 볼 때 조선을 대표하는 교육자라고 볼 수 있다. 이런 이유로 그의 교육방법에 대해 이미 학계에서 많은 연구가 축적되어 있다.

하지만 대부분의 선행연구는 그의 교육사상과 교육내용에 관해서 논의되어졌을 뿐, 퇴계 자신의 심리적 아픔을 치유한 경험에 근거해서 제자들의 아픔을 듣고 해소한 도덕교육에 대해서 상대적으로 소홀히 한 경향이 있다.

퇴계는 실제로 자신의 신체적, 정신적인 고통을 겪은 적이 있었다. 퇴계는 그의 제자에게 독서의 어려움을 다음과 같이 말하고 있다.

나는 젊어서부터 학문에 뜻을 두었지만 학문의 뜻을 깨우쳐 줄 스승도 없었고, 벗도 없었다. 수십 년을 갈팡질팡 헤매어 어디에서 들어가고 어디서 손을 댈까 몰랐다. 헛된 생각으로 탐색을 그치지 못하다가 밤새도록 정좌하여 잠을 이루지 못하였다. 드디어는 심병을 얻어 여러 해 동안 학문을 중단하였다.<sup>4)</sup>

위의 구절을 통해 퇴계가 성리학에 입문할 무렵 그의 공부가 얼마나 고통스러운 과정이었는가를 보여주고 있다. 그는 20세 때에 주역을 읽으면서 깊이 생각에 잠긴 이후로 몸과 마음에 병이 생겨 고생하였다고 自述하고 있다. 그의 공부 방법이 어떤 이유에서 심병을 앓게 되었는지는 분명하게 알 수 없지만, 경전을 암기하는 등의 지식 공부와 관련성이 있음을 알 수 있다. 퇴계가 경전공부를 부정한 것이 아니지만 경전 위주의 지식공부에만 매몰되면서 자신의 마음을 다스리지 못하게 될 때 오히려 심병을 일으킨다고 보고 있다.

또한 그의 제자인 이덕홍은 “선생은 때로는 온종일 관대를 갖추고 온통 정좌에 여념이 없었다. 때때로 반좌하는 일은 있었으나 어디에 의지하거나 흐트러진 몸가짐을 보이는 일은 없었다. 그 결과로 결국心病을

4) 『退溪集』卷4, 「言行錄」.



얻어서 학문을 할 수 없었다.”고 말하고 있다. 퇴계의 일상생활에서 볼 때 실천공부에 매진하면서 개인의 감정을 통제하는 사회적 규범만을 추구하게 될 때에도 또한 마음의 질병을 일으키는 원인이 될 수 있음을 알 수 있다.

퇴계는 철학적 사유도 또한 마음의 병을 일으킬 수 있는 원인이 된다고 본다.

또 다른 마음의 병은 생각이 많은 병이다. 여기서 말하는 이 병은 이것저것 많이 공부해서 생각이 정리되지 않는 병이라고 할 수 있다. 퇴계는 이 병이 배우는 사람들에게 항상 있어 온 병이며, 이 병이 더욱 심하게 되면 마음속이 번잡하고 시끄러워서 편안하지 못할 것이라고 했다. 그래서 그 치유의 방법으로 정양 즉 심신을 조용히 하여 마음을 기르는 공부를 제시했다고 한다.<sup>5)</sup>

퇴계는 사유를 잘못해서 마음의 병을 일으킬 수 있다고 본다. 그는 수신 의 방법으로 九思를 언급하기도 하지만, 이때 九思는 바로 도덕실천, 즉 건정한 마음을 다스리기 위한 생각이다. 그러나 이러한 도덕적 본성이 무엇인지에 대한 자각 없이 단순하게 생각만 할 경우에는 추상적인 일에 사로잡혀 계속 생각에 생각의 꼬리를 물면서 반복되어 마음을 상하게 할 수 있다. 그래서 퇴계는 “마음은 어지럽지가 끝이 없어서 사특한 생각과 망령된 상념이 뒤섞여 일어서 마치 무자위가 빙글빙글 돌듯이 잠시도 가만히 있지 못한다.” 또는 “마음이 어지러운 병”, “마음이 마구 치달아 들뜨는 병”<sup>6)</sup>을 지니게 된다고 본다. 인간의 사유활동 자체를 부정할 필요

5) 『退溪集』卷28, 與金而精, 多思慮之害, 古今學者之痛患, 觀公資性, 此患尤深. 蓋心中熱鬧, 殊未寧恬. 公能真自知矣, 而滉前日寫示前賢格言, 多取靜養工夫, 蓋所以求此病也.

6) 『退溪先生言行錄』卷1, 論持敬, 問思慮之所以煩擾何也? 先生曰 夫人合理氣爲心, 理爲主而師其氣, 則心靜而慮一, 自無閒思慮, 理不能主而爲其所勝, 則此心紛綸膠擾, 無所底極,

는 없지만, 그 사유의 목적이 무엇이며, 어떤 가치를 추구하는가에 대한 깊은 성찰을 필요로 한다. 퇴계는 이러한 사유의 병은 학습하는 사람들에게 흔히 발생하는 병이며, 이 병이 심하게 되면 마음이 어지럽게 된다고 본다. 그래서 이러한 병을 치유하기 위해서는 마음을 기르는 공부를 강조한다. 퇴계는 이러한 마음을 기르는 공부를 통해서 자신의 도덕본성을 자각하게 될 때 사유에 기이한 병을 치유할 수 있다고 본다. 이는 바로 퇴계가 사유 그 자체의 의미에 강조점을 두기 보다는 그 사유가 도덕본성을 인식하고 실천행위를 목적으로 할 때 그 사유 자체가 특정한 목적을 지향하게 되고 일목요연하게 정리될 수 있다고 본다.

퇴계는 자신의 심리적 질병을 겪기도 하였을 뿐만 아니라 그의 제자들의 마음의 질병을 치유해 주기 위해서도 많은 노력을 기울이기도 하였다. 그래서 퇴계는

나는 이러한 병을 몸소 겪어 잘 알고 있기에 의심하지 않고 말할 수 있습니다. 그 조섭하고 기르는 방법은 몸소 아직 효과를 보지 못했으니, 외람되게 말하여 매우 부끄럽습니다. 다만 같은 병에 서로 애호하고, 같은 근심에 서로 돕는 것이니, 어쩔 수 없이 말했을 뿐입니다. 바라건데, 사람을 보고서 그 말을 버리지 않는다면, 그대에게 도움이 없지는 않을 것입니다.<sup>7)</sup>

라고 하였다. 그는 자신의 심병을 몸소 겪어 본 경험들을 제자들에게 이야기하면서 동병상련의 마음으로 그들의 심적 고통에서 벗어나게 해 주고자 하였다. 그래서 그는 제자들과 함께 처소 가까이 자연경관이 좋은

---

邪思妄想, 交至疊臻, 正如翻車之環轉, 無一息之定貼也. 又曰人不可無思慮, 只要去閒思慮已. 只要不過敬而已. 敬則心便一, 則思慮自靜矣. 『退溪先生文集』, 答洪胖, 心之紛擾. 『退溪先生文集』卷36, 答琴聞遠, 心之馳驚飛揚.

7) 『自省錄』, 「答南時甫」, 澆於此病, 身親諳悉, 言之無疑. 其攝養之道, 則於身尙未見效. 猥言殊愧, 但同病相愛, 同患相球, 不得不云云. 願勿以人而棄言, 則於公不能無補也.

곳에 누정과 같은 강학의 공간을 짓거나 또는 한가로이 거닐면서 그들의 마음의 질병의 원인과 치료방법을 대화를 통해서 알려 주기도 하였다.

퇴계는 정신적 질환은 다양하게 나타날 수 있지만, 퇴계는 이러한 정신적 장애가 발생하는 근본 원인은 도덕적 본성에 대한 자각이 없기 때문으로 본다. 그래서 퇴계는 그의 제자인 김성일로부터 마음이 왜 번거롭고 어지러워지는가라는 질문을 받았을 때, 이렇게 대답했다.

마음이란 것은 理와 氣가 합쳐서 된 것인데, 理가 주도하여 氣를 이끌면 마음은 고요하고 생각이 한결같아서 저절로 쓸데없는 생각이 없어진다. 그러나 理가 주도하지 못하고 氣가 이기게 되면 마음은 어지럽기가 끝이 없어서 사특한 생각과 망령된 상념이 뒤섞여 일어나 마침 무자위가 빙글빙글 돌듯이 잠시도 가만히 있지 못한다.”<sup>8)</sup>

퇴계는 理와 氣가 결합되어진 형태를 마음으로 보고 있다. 그러나 그 마음이 리가 주도하느냐, 아니면 기가 주도하느냐에 따라 건강한 심리상태와 병든 심리상태로 구분된다고 본다. 퇴계는 理가 주도한다는 것은 인간본성에 근거한 마음이라면, 氣가 주도한다는 것은 바로 기질이 주도한 마음을 말한다. 인간본성에 근거할 때에는 나와 타자 간의 바람직한 관계를 형성할 수 있지만, 마음이 기질에 근거하면 나와 타자 간의 관계를 단절시키게 되고, 심리적 장애를 유발하게 된다고 본다. 그래서 퇴계는 정신질환의 근본적인 치유는 결코 신경분석학적인 치유가 아니라 소통본성의 회복을 통해서 도덕적 인격을 완성하는데 있다고 본다. 그래서 퇴계는

8) 『退溪集』, 「言行錄」, 卷1, 論持敬, 先生曰夫人合理氣而爲心, 理爲主而師其氣, 則心靜而慮一, 自無閒思慮, 理不能爲主而爲其所勝, 則此心紛綸膠擾, 無所底極, 邪思妄想, 交至疊臻, 正如翻車之環轉, 無一息之定貼也. 又曰人不可無思慮, 只要去閒思慮耳, 其要不過敬而已, 敬則心便一, 一則思慮自靜矣.

다음과 같이 말하고 있다.

마음은 만 가지 일의 근본이 되고 성은 만 가지 선의 근원입니다. 그러므로 선유들이 학문을 논함에 반드시 방심을 수렴하고 덕성을 기르는 것을 최초로 착수해야 할 곳으로 삼았던 것입니다. 이에 그리하여 본원을 성취하는 것이 도를 이루고 사업을 넓게 하는 기초라고 여기는 것이요, 그 공부하는 요령이 어찌 다른 데서 구하기를 기다리겠습니까?<sup>9)</sup>

퇴계는 마음이 모든 일의 근본이며, 마음이 그 본성에 따르지 않으면 참된 마음을 상실하게 되었다고 본다. 그가 제자들에게 가르친 도덕교육은 소동적 품성교육에 있다고 볼 수 있다. 물론 이러한 바람직한 자질 내지 품성이라는 개념에는 다양한 의미들이 포함될 수 있다. 하지만 일반적으로 자질 내지 품성은 한 개인이 자율적인 판단에 의거해서 올바른 가치를 선택하고 이를 실천할 수 있는 능력으로 이해될 수 있다. 퇴계는 이러한 능력을 배양하지 못하고 외부대상에 구속받고 타율적인 존재가 전락하게 될 때 마음의 질병이 생긴다고 본다. 그래서 그의 도덕교육은 오늘날과 같은 단순한 지식체계를 습득하는 것이 아니라 마음을 안정시키고 건강하게 하는 교육으로 볼 수 있다. 이러한 의미에서 볼 때 그의 마음치료는 바로 도덕적 품성을 지니게 할 뿐만 아니라 심리적 건강을 추구한다고 볼 수 있다.

퇴계의 도덕적 품성은 바로 타인과의 소통을 추구하는 능력을 말한다. 퇴계는 제자 금문원이 마음이 마구 치달아 들뜨는 병을 치유하기 위해 산속에 들어가 홀로 조용히 사색하는 것을 염려하였다.<sup>10)</sup> 퇴계는 이와 같은

9) 『自省錄』, 「答奇正字明彦」, 聞之, 心爲萬事之本, 性是萬善之原, 故先儒論學, 必以收放心, 養德性, 爲最初下手處, 乃所以成就本原之地, 以爲凝道廣業之基, 而其下功之要, 何俟於他求哉.

방법을 통해서도 마음을 어느 정도 안정시킬 수 있음을 알고는 있었지만, 유가에서 말하는 마음은 결코 도가나 선가에서와 같이 홀로 명상을 통해서 치유할 수 있는 것이 아니라 타인들과 더불어 할 수 있는 소통본성을 회복하는 가운데 치유될 수 있다고 본다. 이러한 그의 생각은 그의 마음에 대한 설명에서도 알 수 있다. 퇴계는 심을 ‘虛靈한 지각’으로 해석한다. 그는 ‘허’는 비워있다는 의미로 마음이 무엇에 의하여 제약되거나 구속되어 있지 않는 상태를 나타내고 있지만, 그 의미는 불교의 虛無나 空과 구별되어진다. 그래서 그는 유가의 虛는 “虛하면서도 實하니 저들의 虛가 아니면, 내가 말한 無는 無하면서 有이니, 저들이 말하는 無가 아니므로 어찌 이단에 돌아감을 근심하겠는가?”<sup>11)</sup> 라고 하여, 그의 심은 독립적인 것이 아니라 외부와 소통을 지양하는 마음으로 보고 있다. 이는 다음 글자 ‘靈’에 대한 이해에서도 알 수 있다. 퇴계는 靈을 마음의 작용이 미묘하여 신령한 측면으로 말하면서 외부 사물에 대한 자발적인 반응을 의미한다고 하고, 知는 앎을 그리고 覺은 자신의 본성을 깨달음을 의미한다고 보았다. 그래서 퇴계는 “虛靈은 심의 본체이요 知覺은 심에서 사물을 응접하는 것”<sup>12)</sup>으로 이해하고 있다. 퇴계는 정상적인 마음은 외부사물을 지향하는 속성을 지닌다고 보고 있다. 그러나 그 마음이 외부 사물을 맹목적으로 수용하거나 외부 사물에 주재되어진다는 마음은 아니라고 본다.

퇴계는 도덕적 본성을 회복하게 될 때 심리적 즐거움 또한 함께 얻을 수 있으며, 이와 같을 때 도덕과 즐거움이 하나가 될 수 있다고 본다. 퇴계는 다음과 같이 말한다.

10) 『退溪先生文集』 卷36, 答琴聞遠, 君屢入仙山, 獨處靜思, 必有所樂於胸中者多矣, 而恨未同之也, 但學而無與講明之人, 此亦宜吾子之所大懼也.

11) 『退溪全書』 上, 「答奇明彥」, 後論, 吾所謂虛, 虛而實, 非彼之虛, 吾所謂無, 無而有, 非彼之無, 何必過憂於異端之歸乎.

12) 『退溪集』, 「言行錄」, 對曰虛靈 心之本體, 知覺, 乃所以應接事物者.

옛 사람 중에 산림을 즐기는 사람을 보건데 두 종류가 있다. 玄處를 사모하고 高尚을 일삼아 즐겨하는 사람이 있고, 道義를 즐겨하며 心性 기르기를 즐기는 사람이 있다. 前說에 따른다면 아마도 제 한 몸을 깨끗이 하여 人倫을 어지럽히는 데 흘러 그 심한 자는 금수의 무리를 삼으면서도 그라도 하지 않는다. 後說에 의한다면, 즐기는 바의 것은 糟粕일 뿐으로, 그 가히 전할 수 없는 미묘함에 이르러서는 구하면 구할수록 더욱 얻지 못할 것이니, 즐길 것이 무엇이 있겠는가라고 그렇다고 하더라도 차라니 後說을 따라 스스로 힘쓸지언정 前說을 따라 스스로 속이지는 않을 것이다. 또 어느 여가에 이른바 세속의 영리가 나의 마음속에 들어옴을 알겠는가?<sup>13)</sup>

퇴계의 이른바 산림의 즐거움은 노장적인 虛無사상에 기초하고 있는 것이 아니라, 어디까지나 유학자로서의 학문수양과 밀접한 관련이 있다. 퇴계는 자연에서 오는 즐거움은 두 가지가 있다고 본다. 하나는 玄處를 사모하고 高尚을 일삼아 즐기는 사람, 즉 노장적인 허무 사상을 배워 고답적인 초세속생활을 즐기는 사람들이다. 그 대표적인 예로는 『논어』 「미자편」에 나오는 난세에 절망한 나머지 인간사회와는 완전히 인연을 끊고 산새와 들짐승을 친구로 삼고 사는 은자들이나, 또는 사회규범, 도덕 등의 인위적인 삶을 부정하면서 자유자재함을 추구하는 도가의 자연주의가 여기에 해당된다. 또 다른 하나는 道義를 즐기며 心性 기르기를 즐겨하는 사람들인데, 퇴계를 비롯한 유학자가 여기에 해당된다. 그렇다면 자연을 벗 삼아서 도의를 즐겨하며 심성 기르기를 즐긴다는 것은 도대체 무엇을 의미하는가? 유학자가 “道義를 즐긴다”는 것은 직접적으로 『맹자』의 「고

13) 『退溪先生文集內集』 卷3, 陶山雜詠并記, 觀古之有樂於山林者, 亦有二焉. 有慕玄虛, 事高尚而樂者. 有悅道義, 頤心性而有樂者. 由前之說, 則恐或流於潔身亂倫, 而其甚則與鳥獸同群, 不以爲非矣. 由後之說, 則所嗜者, 糟粕耳. 至其不可傳之妙, 則愈求而愈不得, 於樂何有. 雖然寧爲此, 而自勉, 不爲彼而自誣矣. 又何暇知有所謂世俗之營營者, 而入我之靈臺乎.

자장구상」 “理義가 우리 마음을 기쁘게 함은 마치 芻豢이 우리 입을 즐겁게 함과 같다”라는 것에 근거한다. 여기서 理義나 道義는 모두 동일한 의미로 사용되고 있으며, 도덕주체가 타인과의 소통을 하게 될 때 감각적인 즐거움과 동일한 즐거움을 느낄 수 있음을 말한다. 이와 같이 유가와 도가의 차이는 바로 타인과의 소통함에서 찾을 수 있다. 유가가 이러한 소통을 중요한 가치체계로 인정하는 것에 반해 도가는 인륜을 부정하고 개인의 안신입명만을 중시한다. 그래서 퇴계의 심성론은 소통본성을 실천할 수 있는 주관적 근거로 이해되어지며, 인륜의 실천여부는 바로 소통본성의 실현여부에 의해 결정된다. 이와 같이 소통본성을 실현하는 가운데 기쁨을 얻을 수 있다고 본다.<sup>14)</sup>

위에서 살펴 본 바와 같이 퇴계는 마음이 도덕성과 분리되어지는 것이 아니라 하나가 될 때에 정상적인 마음이 될 수 있으며, 심병을 치유하는 방법을 소통적 본성을 실현함에서 찾고 있다. 그래서 퇴계의 심리치료의 목적은 하늘이 명한 사람의 소통본성에 어긋나는 사고, 감정 및 행위가 발생하지 않도록 예방해 하고, 또한 이미 어긋난 경우에는 도리에 부합될 수 있도록 자기 조절하는 과정을 말한다. 퇴계는 소통적 본성을 실현하여 심리적 안정을 추구하는 목적을 위해서만이 지식교육, 사회규범의 습득, 사유 또한 도덕교육이 될 수 있다고 본다.

### Ⅲ. 퇴계의 ‘病痛’에 대한 진단

퇴계는 심병이 인간의 도덕본성이 상실되어진다고 해서 도덕본성을

14) 권상우, 「퇴계의 여가활동과 도덕교육」, 『동양사회사상』 22집, 동양사회사상학회, 2010, 62쪽.

회복할 수 없다고 말한 것은 아니다. 도덕본성이 욕망에 의해서 가려져 있을 뿐 적당한 방법을 통해서 도덕본성을 드러내면 된다고 본다. 우리가 치료의 의미를 정상적인 상태로 회복하는 것에 있다면, 퇴계의 심리 치료는 바로 자신의 본성을 다시 드러내는 것에 있다고 볼 수 있다. 퇴계는 이러한 마음이 왜곡되어지는 원인을 외부에 있는 것이 아니라 개인의 기질에 있다고 본다. 이러한 기질이 인간 본성을 실현하지 못하게 할 때 그 존재의미는 망각되어지며, 이럴 경우에 심병이 생긴다고 본다.

리는 본래 존귀하여 상대가 없다. 사물에게 명령을 하지만, 사물에게 명령을 받지 않으니 기가 이길 수 있는 것은 아니다 다만 기로써 형체를 이룬 다음에는 도리어 이 기가 리의 터전이 되어 권세를 부림이 많다. 기가 리에 따를 수 있을 때 리가 스스로 드러나니 이것은 기가 약해서가 아니라 기가 따르기 때문이다. 기가 리를 어길 때에는 리가 도리어 숨으니 이것은 리가 약해서 그러한 것이 아니라 형세가 그렇다.<sup>15)</sup>

퇴계는 理가 몸에 있으면서 사물에 명령하는 것이지 사물에게 명령을 받는 것이 아니다”라고 하면서, 理가 기질의 간섭에서나 외부의 강압에서 벗어나 자발적으로 외부 대상과의 관계에 참여 하는 주재 능력으로 파악하고 있다. 그래서 이 주재 능력은 바로 모든 존재와 소통을 통해 올바른 관계를 가능하게 해 준다. 이와 같을 때 도덕주체는 자신의 환경 특히 인간관계에서 타인들과 바람직한 관계를 유지할 수 있으며 그 속에서 행복감을 얻을 수 있다고 본다. 하지만 오히려 기가 리를 부리면서 주인 행세를 하게 될 때 마음 본성이 상실하게 된다고 본다. 이와 같이 기가

15) 『退溪集』 卷13, 李達李天機, 理本其尊無對, 明物而不命於物, 非氣所當勝也. 但氣以成形之後, 卻是氣爲之田地材具, 固凡發用應接, 率多其爲用事, 氣能順理時, 理自現, 非氣之弱, 乃順也. 氣若反理時, 理反隱, 非理之弱, 乃勢也.



일단 거짓된 주인행세를 하기 시작하면 참 자기(도덕본성)는 존재하지 않는 것과 다름이 없다. 자신이 아닌 무언가로 된다면, 이는 진정한 자기 자신이 아니기 때문이다.

엘리스 밀러는 자신이 아닌 무엇인가 다른 존재를 창출하여 변형되는 과정을 두고 “영혼의 살인” 이라고 표현했다.<sup>16)</sup> 이와 같이 자신이 소통 자아를 상실하고 욕망적 자아를 참된 자아로 알게 될 때에 오히려 현실에서 불안함을 초래할 수 있다고 본다. 그리고 이러한 이기적인 행위 자체가 바로 정신적인 질환을 초래한다고 볼 수 있다. 자신(이기적 자아)에 대한 지나친 집착을 과열의도라고 부르고, 이와 유사하게 지나치게 자신이나 자신의 문제에 대해 주의하는 것을 과열반사라고 부르는데 이를 모두 신경증의 원인이 된다.<sup>17)</sup> 퇴계사상에서의 심리적인 질병은 바로 이러한 이기적 자아에 몰입하게 될 때 발생한다고 볼 수 있다. 이와 같이 자신의 이기적 자아에 의해서 해석될 때 특정한 생각, 감정, 행위에 집착하게 될 수 있다고 본다.

일이란 좋던 나쁜든 크든 작든 무엇 하나 심속에 두어서는 안 됩니다. 이 ‘둔다’는 말은 한 곳에 집착하여 얽매어 있음을 말하는 것이니, ‘마음에 미리 효과를 예기함, 조장함, 공을 헤아리고 이익을 꾀함의 병통이 모두 이로 말미암아 생기기 때문에 심에 두어서는 단 된다는 것입니다.<sup>18)</sup>

위와 같이 참 자아를 상실하게 되면서 그 마음이 바로 외부로 향하게

16) 존 브래드쇼 지음, 김홍찬, 고영주 옮김, 『수치심의 치유』, 사단법인 한국기독교 상담연구원, 2006, 17쪽.

17) 한재희, 『상담패러다임의 이론과 실제』, 교육아카데미, 2002, 261쪽.

18) 『退溪集』 卷28, 答金惇毅, 事無善惡大小, 皆不可有諸心中, 此有字, 泥著係累之謂, 正心助長, 計功謀利, 種種病痛 皆生於此, 故不可有.

된다. 마음이 기질의 지배를 받게 되어 외부요소가 개입하게 되면 특정한 목적, 명예, 권력, 부에 두게 된다. 여기서 퇴계가 '둔다'라고 말한 것은 바로 집착을 의미한다. 도덕적 마음은 모든 사물을 있는 그대로 비추는 거울과 같아야 하지만, 기질에 가리게 되면 특정한 목적에 집착하게 된다. 퇴계는 그 성이 혹은 통하거나 막히는 까닭은 곧 기에 편하거나 정하는 차이가 있기 때문이다.<sup>19)</sup> 퇴계는 기질의 치우침은 특정한 목적과 감정에 집착하게 된다고 본다. 여기서 집착은 바로 현대심리학에서 흔히 사용되는 중독과 유사하다. 실제로 중독이란 단어의 라틴어를 보면, 글자 그대로 "자기 자신을 포기했다"라는 뜻이 된다. 중독이 되었다는 건 뭔가에 집착하는 상태에 굴복했다는 뜻이다.<sup>20)</sup> 이는 바로 자신의 본성을 상실하고 이에 대해 도덕적 즐거움을 얻지 못하게 될 때 어떤 특정 감정이나 행위에 몰입하면서 이를 통해서 대리 만족감을 얻게 된다는 것이다.

그러나 모든 탐욕은 만족될 수 없는 성질을 가지고 있기 때문에 어떤 참된 만족도 얻을 수 없게 된다. 이와 같이 자신의 감각적인 욕망만을 추구할 경우에는 외부 대상과 욕망 추구를 통해서 자아를 실현하고자 하지만, 결코 만족하지 못하고 늘 불안하면서, 충분히 얻지 못할까 혹은 무엇을 놓쳐 버리는 것이나 빼앗기거나 앓을까 하는 두려움에 항상 쫓기게 된다. 그래서 진정한 자아, 즉 소통적 본성(인의예지)을 참된 자아로 받아들이지 않으면, 자신의 내면을 혼란에 빠뜨리며 자신을 무너지게 한다. 이와 같을 때 개인은 타인과의 소통이 단절되어 고립적이고 폐쇄적인 자아로 전락하게 된다. 이와 같을 때 마음은 특정한 행위와 대상에 집착하면서 자신의 욕구를 충족시키고자 한다. 그래서 홍승표는 서구의

19) 『退溪先生文集』 卷8, 天命圖說, 然則其性之所以或通或塞者, 乃因氣有正偏之殊也.

20) 존 브래드쇼 지음, 김홍찬, 고영주 옮김, 『수치심의 치유』, 사단법인 한국기독교 상담연구원, 2006, 152쪽.

개인주의는 자신의 영역을 특정한 영역에서 제한하지 않고 끝없이 인기, 사치, 명예, 권력 등으로 확장하면서 자신(거짓 자아) 확장하고자 한다고 주장한다. 21) 이와 같을 때 거짓 자아는 어떤 특정 대상과 목표에 집착하게 된다.

퇴계는 “일이 마음의 병통이 될 수 없지만, 마음이 그 일에 집착하게 되면 병통이 된다.”<sup>22)</sup>라고 말하면서, 마음과 사물의 관계에 있어서 마음 밖의 일이 문제가 아니라 그 일을 수용하는 마음이 어떠한가 하는 문제가 심리적 상태를 판단하는 기준이 된다고 본다. 그는 마음이 외부대상을 있는 그대로 받아들이지 못하고 편벽된 상태를 不中節로 표현하고 있다.

퇴계는 내 마음의 본성이 中이지만, 그 본성이 구체적인 대상에 따라 다양하게 발현되어야 한다(和)고 본다. 그러나 내 마음이 바로 기질에 의해서 자아를 상실하게 되면, 외부대상이 바로 기질에 의해서 받아들여질 때 어떤 특정 감정에 편향될 수 있다고 본다. 그래서 퇴계는 바로 이러한 문제를 天理와 人欲, 그리고 中節과 不中節의 분별이 어려워지게 된다고 본다.

천리와 인욕의 구분, 중절과 부중절의 분별은 특히 심의 주제에 있다.<sup>23)</sup>

만약 지금 사람이 또한 보고 들음이 함께 이르고, 손과 발을 함께 쓸 적에 진실로 듣는 바에만 전일하고 보는 바에는 전혀 살피지 않으며 손놀림에만 전일하고 발놀림은 어지러운대로 내버려 둔다면 어찌 다만 일에 있어서

21) 홍승표, 「한국인의 사회심리적 문제점과 동양사상을 통한 해결방안」, 『인문학논집』 41집, 계명대학교 한국학연구원, 2010, 266쪽.

22) 『退溪先生文集』 卷28, 答金惇毅, 事不能爲心之病, 而有之則爲病.

23) 『退溪集』, 「答李宏仲問目」, 然則天理人欲之判, 中節不中節之分, 特在乎心之宰與不宰.

하나를 얻고 하나는 잃을 따름이겠습니까? 그 살피지 않고 어지러운대로 내 버려둔 곳에서 그 마음이 이 일을 만나 마땅히 응하고 응하지 않음이 완고하게 영통하지 않음을 알 수 있으니, 곧 마음이 그 기능을 잃은 곳입니다.<sup>24)</sup>

위에서와 같이 마음이 주재하지 못하면 그 마음은 어느 특정한 감정에 집착하게 되면서 진정한 자신의 모습을 찾을 수 없게 된다. 인간의 감정이란 정서적 에너지로 인간을 움직이게 하는 기본적인 힘이다. 실제로 인간에게 분노는 발전의 힘이 되기도 하고, 두려움은 사태에 대한 통찰을 가능하게 해 주면, 슬픔은 아픔의 기억을 치유해 주기도 한다. 그러나 이러한 감정이 기질의 편색에 의해서 특정한 감정에만 몰입하게 되면서 다른 감정을 발현하지 못하게 된다. 이와 같을 때 특정한 감정 이외의 감정은 소외되어지고 억압되어진 형태로 나타나게 된다. 즉, 분노해야 할 때 분노해야 하지만 기쁜 일에도 분노하는 등의 감정 조절이 이루어지지 않게 된다고 본다. 그래서 퇴계는 다음과 같이 말한다.

맹자의 흠과 순의 奴와 공자의 愛와 악은 기가 리를 순수히 따라 말하여 털끝만큼의 막힘도 없는 것입니다. 그렇기 때문에 리의 본체가 혼연하고 온전하다 할 수 있습니다. 보통사람들이 진한 이를 보면 기뻐하고 상을 당하면 슬퍼하는 것 또한 기가 리를 따라 발하는 것이지만, 그 기가 가지런할 수 없기 때문에 리의 본체 역시 순전할 수 없습니다. 이로써 논하자면 비록 칠정을 기지발이라 여기더라도 또한 리의 본체에 무엇이 해롭겠습니까? 또한 어찌 형기가 성정과 서로 간여되지 않을 걱정이 있을 수 있겠습니까?<sup>25)</sup>

24) 『自省錄』, 「答金惇毅 富倫」, 且如今人亦有視聽偕至, 手足並用詩節, 苟一於所聽, 而所視全不照管, 一於手容, 而足容任其胡亂, 則奚但於事一得一失而已. 其不照管任胡亂處, 可見其心遇此事, 當應不應, 頑然不靈, 便是心失其官處, 以此酬酢萬變, 豈能中節哉.

25) 『退溪集』 卷16, 答奇明彥論四端七情第二書, 孟子之喜, 舜之奴, 孔子之哀與樂, 氣之順理而發, 無一毫有碍. 故理之本體渾全, 常人之見親而喜, 臨喪而哀, 亦是氣順理之發, 但

퇴계는 인간의 감정은 성인이나 일반인과 다르지 않지만, 리의 혼연하고 온전한 상태를 유지하느냐 그렇지 못하느냐에 따라 결정되어지며, 일반인은 사단이 발현되지 못하고 칠정이 어느 한쪽에 치우쳐 중절하지 못할 수 있다고 본다. 이와 같을 때 마음의 질병이 발생한다고 본다. 그래서 퇴계는 마음치료를 통해서 마음이 천도와 본성에 근거해서 사단을 발현하게 하고 칠정을 구체적인 상황에 중절할 수 있도록 해야 한다고 본다.

상술한 바와 같이 유학은 개방적이고 소통적인 인간을 추구하고, 폐쇄적이고 고립적인 인간이 되는가 하는 문제는 결코 개인의 도덕적 능력의 문제이기도 하다. 그래서 퇴계는 걸주와 같은 폭군이라도 성인군자가 될 수 있는 가능성을 열어 놓고 있다. 즉 비정상적인 마음을 지니고 있다고 하더라도 자신의 본연의 마음, 즉 정상적인 상태로 회복할 수 있는 치유의 가능성을 열어 놓고 있다는 점이 매우 매력적이라 할 수 있다.

#### IV. 퇴계사상에서 상담방법: 인격상담

퇴계는 마음치료의 목적이 도덕성 회복에 있다. 그래서 퇴계의 마음치료 공부야 바로 도덕교육과 연결되어지는 것은 자연스러운 일이다. 최근 학교교육에서 집단 폭력 왕따 등의 현상 등을 극복할 수 있는 대안성격의 도덕교육이 필요하다고 본다. 실제로 이러한 폭력과 왕따, 중독, 고립감 등이 문제가 되는 것은 퇴계가 말하는 더불어 살아갈 수 있는 존재에 대한 자각이 부족하기 때문이다. 학생들에게 타인과 더불어 살아갈

---

因其氣不能齊，故理之本體亦不能純全，以此論之，雖以七情爲氣之發，亦何害於理之本體也。

수 있는 도덕교육을 위해 퇴계의 마음치료법은 중요한 의미를 지닌다.

퇴계는 폐쇄적이고 고립적인 사람들을 개방적이고 소통적인 인간으로 회복하는 것에 있다고 보았다. 퇴계사상에서는 이러한 정신적 병리현상의 원인을 외부에서 찾는 것이 아니라 인간본성의 실현에 있다. 그래서 퇴계가 그의 제자들이 도덕적 본성을 깨닫게 해 주는 대화가 바로 상담 목적이 된다. 퇴계는 “같은 병에 서로 애휼하고, 같은 근심에 서로 돕는 것이다”라고 하는 말에서도 알 수 있듯이, 학습자의 아픔에 대한 충분한 이해와 관심을 지니고 대화하는 가운데 해결될 수 있다고 본다. 그래서 퇴계는 마음의 질병을 치유하는데 있어서 타인과의 상담행위를 매우 중시한다.

상담학에서 상담은 정보제공이 이루어지기는 하지만 정보제공이 목적이 아닐 뿐만 아니라 충고나 강요, 그리고 훈계 또한 상담은 아니다. 상담은 도움이 필요한 사람과 전문적 훈련을 받은 사람(상담자) 사이의 관계에서 내담자가 겪고 있는 어려움과 문제들을 해결하도록 돕거나 혹은 그의 능력을 보다 효과적으로 활용하는 방법을 발견하도록 돕거나 혹은 중요한 인생사의 문제를 결정하는데 도움을 주는 목적으로 이루어지는 상담자와 내담자 사이의 일대일 상호작용이라 할 수 있다. 서구의 상담에서는 언어를 통해서 상담자와 내담자의 갈등과 고민을 듣고서 논리적 모순을 찾아서 그들의 세계관, 가치관이 잘못 되었음을 내담자가 스스로 인지하게 하는 방법이다. 이러한 서구 상담이론은 로고스 전통이 강하여 말을 중시하고 말보다는 그 논리를 매우 중시한다. 소크라테스의 대화론에서도 알 수 있듯이 일반인의 가치관과 세계관이 잘못을 대화를 통해서 그들이 지니고 있는 오류를 지적하는 방식에서 찾고 있음에 근거하고 있다. 하지만 퇴계는 도거나 불교철학보다는 언어를 중시하지만 언어가 인간의 본질을 분명하게 드러낸다고 보지는 않는다. 퇴계에서의 상담은 내

담자가 학습자가 자신의 내면에 구비하고 있는 소통본성을 깨닫게 해 주는데 목적이 있기 때문에 내담자에 대한 상담이 사실상 불필요하게 되고, 또한 그 만큼 상담자의 영향력은 약해질 수밖에 없다. 그렇다고 상담이 전혀 불필요한 것은 아니다. 왜냐하면 내담자가 깨닫지 못한 지혜를 상담자가 어느 정도 體認하고 있으며, 그러한 과정을 경험하였다는 사실을 부정할 수만은 없다.

그렇다고 퇴계사상에서 상담자가 반드시 도덕적 인격을 완성한 사람으로 보기 보다는 도를 추구하고 있는 사람으로 보아야 한다.<sup>26)</sup> 하지만 상담자는 최소한 내담자보다는 道의 본질을 체인하고 있는 사람이기 때문에 내담자는 그에게서 상담을 받을 필요가 있다. 그래서 유학 상담에서 무엇보다도 상담자와 내담자의 관계방식과 상담자의 태도가 바로 내담자의 문제를 해결하는데 있어서 직접적인 도움이 될 수도 있다.

그래서 퇴계철학에서 상담자와 내담자의 역할은 분명히 구분되어진다고 하더라도 평등한 관계에서 대화가 이루어져야 한다. 그래서 그는 가르침에는 싫어하거나 게을리 하지 않고 언제나 친구처럼 대접하면서 끝까지 스승으로 자처하지 않았다.<sup>27)</sup> 이와 같이 퇴계는 상담자와 내담자의 관계는 친구의 관계처럼 수직적이고 권력적인 관계를 추구하는 것은 아니다. 그래서 퇴계는 학문과 지식을 학습자에게 일방적으로 전수하는 일방적인 상담이 아니라 바로 멘토의 역할을 하면서 인격과 인격의 만남의 교육을 추구하였다. 그래서 퇴계는 상담자 또한 내담자와 같은 도를 추구하는 사람, 즉 마음을 치유하고자 한다는 의미에서 볼 때는 동일하다고 볼 수 있다.

26) 조궁호, 『유교심리학』, 지식산업사, 1997, 118쪽.

27) 『退溪集』, 「言行通述」, 學問, 訓誨後學不厭不倦, 待之如朋友, 終不以師道自處.

선생은 남과 변론할 때에 서로 의견이 맞지 않으면 자기의 의견이 혹시 미흡하지 않은가 하여 자기의 선입견을 고집하지 않으며, 남과 자기 소견을 구별하지 않고 허심하게 이리저리 따지되 뜻과 이치에 비추어 보고 전훈을 참고하여 자기의 말이 이치에 맞다고 생각되면, 다시 변론해서 기어코 상대방의 의혹을 풀어주고 자기의 전일의 소견에 혹 못마땅한 점이 있으면, 자신의 견해를 버리고, 남의 의견을 따르기 때문에 사람들이 모두 기쁜 마음으로 순종하였다.<sup>28)</sup>

퇴계는 학생들과의 상담에서 내담자가 함께 치유하는 과정으로 인식하고 있다. 비록 상담과정에서는 상담자는 돕는 입장이며, 내담자는 도움을 받은 입장이라는 하지만, 상담자가 내담자 위에 군림함을 의미하는 것이 아니라 상담자도 또한 내담자와 마찬가지로 도를 체현하고자 하는 동일한 입장에서 있다는 의미를 함축하고 있다. 하지만 상담자는 최소한 내담자보다는 道의 본질을 체인하고 삶의 의미를 알고 있는 상담자의 신분으로서 내담자에게 다가갈 수 있다. 그래서 퇴계철학에서 상담자와 내담자로 이루어지는 상담관계는 다른 전문 활동과 구분되는 독특한 특성을 지닌다. 상담자가 내담자에게 도움이 되려면 상담자는 내담자의 도덕적 본성에 대한 신뢰를 가지고 내담자의 전인격을 자신의 것으로 수용해야 한다. 이를 위해서는 상담자는 먼저 자기 존재 전체를 내담자에게 드러낼 필요가 있다. 이는 공자와 그의 제자와의 대화에서도 알 수 있다. 제자들과의 토론 중에서도 상담자이지만 자신의 잘못을 솔직히 인정하고 제자의 의견을 받아들이는 너그러운 모습에서도 상담자가 이미 완성된 인격체가 아님을 알 수 있다. 상담자가 상담과정에서 내담자에게서 자신의 부족함을 깨닫고, 그 어려움을 극복하기 위해 스스로 노력함으로 이

28) 『退溪先生言行錄』, 「講辯」, 與人論辯有所不合, 則猶恐己之所見, 或有未盡不主先入, 不分人已虛心紬繹, 求之於義理, 質之於典訓, 己言合理而有稽, 則更與辯說, 期於解彼之惑, 舊見或有未安即舍己而從人故, 人莫不說服.



루어진다는 측면에서 볼 때 상담자 또한 내담자의 입장에 처할 수 있다. 이와 같이 유학에서의 상담은 호혜적임을 알 수 있다. 그래서 상담자는 개방적인 태도로 학생의 발언을 수용할 때만이 가능하다. 이와 같이 퇴계철학에서 볼 때 상담자와 내담자가 자신의 역할(道の 유무)을 지니면서도 상호개방과 수용하고자 하는 태도가 상담자-내담자의 관계를 형성하게 된다.

상담자와 내담자의 관계가 형성되면, 무엇보다도 내담자의 상태를 점검할 필요가 있다. 그래서 퇴계는 상담에 있어서 그 주체가 되고 객체가 되는 삶의 의미근거를 살펴보고 개성적 자각적 존재로서 和而不同하는 인격가치를 인정하는 일이다. 사람이 하는 일의 뜻은 서로 다르지만 그 값어치는 서로 같다고 믿는데서 참다운 개성교육은 가능하다.<sup>29)</sup> 퇴계의 교육방법은 개성교육으로 문인의 자질 여하에 따라 교육하는 내용, 방법이 다르며, 그 능력과 개성의 최대 신장을 도모하고자 하였다. 가르침과 배움의 과정에서 교사 위주의 교육이 아니라 학생 위주의 자발적인 학습을 교육의 주된 작용으로 하였다.

사람을 가르칠 때에는 먼저 그 뜻이 향하는 곳을 살펴 그 자질에 따라 가르치되, 먼저 입지하게 하고 위기하는 학문이 되게 하고, 혼자 있을 때 삼가고 기질을 변화시켰다. 도에 뜻을 두어 정성되고 독실한 것을 보면 기뻐하여 더 나아가도록 힘쓰고 학문을 향하는 마음이 게으르고 풀기를 한결같은 정성으로 하였다. 그러므로 듣는 사람이 모두 감동하여 기운을 떨치는 마음을 먹지 않는 사람이 없었다.<sup>30)</sup>

29) 정순목, 『퇴계의 교육철학』, 지식산업사, 1986, 199쪽.

30) 『退溪集』, 「言行通術」, 學而以立志爲先, 以爲己謹獨變化氣質爲, 功見學者志道誠篤則而勉進向學, 懈弛則憂而激勵, 勸勸懇懇於撕誘掖之間者, 一出於誠聞者亦無不感而思奮也.

퇴계는 마음의 문제를 치료학적인 관점에서 접근하면서 정상적인 정신 상태와 삶의 의미가 무엇이며, 정신적 병리현상의 원인은 어디에서 기인하며 어떻게 표현되어지는가를 살펴보아야 한다고 주장한다. 퇴계는 환자의 마음상태가 어떠해야 하는가에 대한 충분한 검토를 통해서 그에 맞는 처방을 해야 한다고 말한다. 그리고 내담자의 상황에서 자신의 내면을 반추하면서 그 원인을 진단하도록 해야 한다. 그래서 공자 또한 내담자가 다른 사람과 어울릴 때 무턱대고 반응하지 않고 먼저 살펴보고 관찰하는 자세가 필요함을 역설하였다. 그래서 상담자는 내담자의 주변에 있는 사람들과의 관계를 물어 볼 수 있다. 내담자와 부모와의 관계, 또는 아내와의 관계, 직장상사와 부하직원과의 관계, 친구 관계, 그리고 부부 관계, 그리고 선배와 후배의 관계 등에 대해서 접근해 본다. 이러한 상담 내용을 통해서 내담자의 인간관계가 갈등과 대립적인 관계에 놓여 있는가 아니면 양자의 관계에서 자신의 역할과 개성을 상실하게 되었는가를 분석해 볼 수 있다. 그리고 만약 문제가 있다면, 학습자의 기질이 어떠한고 어떠한 마음을 가지고 있는가에 대해서 알아볼 필요가 있다. 위와 같은 질문을 통해서 내담자가 자신을 냉철하게 돌아보는 자세를 갖게 만들어야 한다고 본다. 이와 같을 때 타인과의 관계에 있어서도 타인을 배척하거나 적대시하지 않고 타인을 사랑하고 존경하면서 타인과의 소통을 이룰 수 있다고 본다.

퇴계 상담에서는 실제로 어떠한 구체적인 진리를 가르쳐 주는 것은 아니다. 내담자가 자신의 본성을 스스로 살펴보고, 그 문제점을 찾아서 스스로 치유하는 것에 목적이 있다. 그래서 중요한 문제는 바로 바람직한 인간관계가 멀리 있는 것이 아니라 일상생활에서 하는 일이며 일상생활에서 그 본질을 체득하고 기질을 변화시켜서 도덕본성을 회복하는데 있다. 이와 같을 때 상담 자체로 하나의 치유의 연장선에서 이해될 수

있다. 그래서 퇴계는 제자들에게 가르칠 때 敬으로 임하였으며, 사람을 대하는데 충으로 하였다고 한다.<sup>31)</sup> 이와 같이 상담자가 내담자에게 하는 진실하고 성실한 태도 자체에서 자신의 본성을 되새겨보면서 치유할 수 있다고 본다. 이와 같이 퇴계는 상담행위 자체가 바로 도덕교육이며 치유의 과정으로 보고 있다.

## V. 퇴계사상에서 상담내용: 敬공부

퇴계는 인간은 소통적 존재이기 때문에 이 세상에 존재하는 것이며, 이 세상에서 우뚝 설 수 있는 존재가 된다. 그래서 퇴계는 학습자가 상담을 통해서 자신의 잘못된 마음을 바로잡아 참 자아(소통주체)를 회복하고자 한다. 이를 위해서 퇴계는 학습자의 마음치료를 위해서 무엇보다도 왜곡된 자아가 참된 자아가 아님을 자각하고 참된 자아를 추구하는 의지를 가질도록 해야 한다. 그래서 퇴계는 “무릇 선비의 병통이 되는 바는 뜻을 세움이 없는 것입니다. 진실로 뜻이 성실하고 돈독하다면 어찌 학문이 이루어지지 않고 도를 듣지 못함을 근심하겠습니까?”<sup>32)</sup> 라고 하여 퇴계는 병통이 해결하고자 한다면 우선 뜻을 바로 세워야 한다는 것이다. 즉 퇴계는 성인이 되고자 하는 목표를 지니고 있어야 한다고 강조된다. 이 주장은 퇴계 저술의 여러 곳에서 자주 언급되는데 퇴계가 언급하고 있는 다음 문장을 보면 알 수 있다. 성인이 되려는 학문인 성학을

31) 『退溪全書』, 「學問」, 問朱子常令學者於平易明白處, 用工夫所謂平易明白處 乃事親從凡日用常行之事乎. 先生曰, 然, 孔子告樊遲曰居處恭, 執事敬與人忠, 皆是平易明白處也 金誠一.

32) 『自省錄』, 「答鄭子中」, 夫士之所病, 無立志耳. 苟志之誠篤, 何患於學之不至, 而道之難聞也.

하려면, “먼저 이를 이루려는 뜻을 먼저 세우시어 나도 노력하면 순처럼 된다.<sup>33)</sup>고 마음으로 다짐할 필요성을 제시한다. 『퇴계전서』「성학십도」에는 성인이 되는 목표를 설정하는 일과 이를 이루기 위한 노력의 중요성을 잘 나타내고 있다.

그리고 퇴계는 내담자가 일상생활의 인간관계를 반성해 보도록 해야 한다. 퇴계는 “대개 이 理는 일상생활에 가득 차 있다. 단지 움직이거나 가만히 있거나, 말하거나 침묵하는 동안이나 혹은 이륜과 응접의 즈음 및 평실하고 명백한 곳과 미세한 곡절에 있어서, 언제 어디서나 조짐이 없습니다. 초학자가 이것을 버리고 갑자기 고심. 원대한 곳에 종사하여 지름길로 달려가 얻고자 하니, 이것은 자공도 할 수 없는 바이었거늘 우리들이 할 수 있겠습니까? 그리하여 한갓 추구하여 찾는 수고로움만 있을 뿐, 행하는 곳에 있어서는 막연하여 근거할 실질이 없게 됩니다. 연평은 이 도리는 일상생활에서 익혀야 한다고 하였으니 훌륭한 말씀입니다.<sup>34)</sup> 이와 같이 퇴계는 유가사상에서는 현실세계를 벗어나 초월적인 마음을 구하고자 한 것은 아니다. 유가는 極高明而道中庸을 언급하면서 고명한 생각을 부정하는 것은 아니지만, 그 생각은 늘 일상의 일에서 시작해야 한다고 본다. 퇴계는 현실의 원만한 삶, 즉 자아와 대상 사이의 조화로운 관계를 지향하는 퇴계철학에서 대상과의 단절은 곧 삶 자체를 부정하게 된다. 따라서 유학의 핵심은 자와 대상의 관계에서 자아가 대상에 휩쓸리지 않고 주도적 입장에서 어떻게 대상과의 조화를 이루느냐 하는 것이다.

33) 『退溪集』, 「進聖學十圖節」, 先須立志, 以爲純何人也, 予何人也.

34) 『自省錄』, 「答南時甫」, 蓋此理洋洋於日用者, 只在作止語嘿之間, 尋倫應接之際, 平實明白, 細微曲折, 無時無處無不然, 懸在目前, 而妙入無朕. 初學舍此而遽從事於高深遠大, 欲徑捷而得之. 此子貢所不能, 而吾輩能之哉. 所以徒有推求尋覓之勞, 而於行處, 莽莽然, 無可據之實矣. 延平曰, 此道理 全在日用處熟, 旨哉言乎!

퇴계는 심을 타인과의 소통을 통해서 건강한 삶을 살게 하는 주체이라고 볼 수 있다. 그리고 이 심을 주재하는 것은 바로 경에 있다고 보면서, 심리치료의 근본적인 요법을 경공부에서 찾고 있다. 그래서 퇴계는 다음과 같이 말한다. 퇴계는 수양방법으로서의 경이 한 가지 증상에 대해서만 쓰이는 한 가지 약이 아니라 모든 병의 약이 될 수 있다.<sup>35)</sup> 퇴계의 말처럼 경공부가 모든 심리질환을 처방할 수 있는 근본적인 요법으로 파악하고 있다. 경공부는 바로 이천에서 주자로부터 전해지면서 퇴계학의 가장 핵심적인 개념이 되기도 하였다. 그래서 퇴계는 학문의 근본은 바로 경이라고 본다. 경공부는 여러 가지 심리적인 질환에 대해서 다양한 방법이 있을 수 있지만, 근본적인 치료책은 바로 경공부에 있다고 본다.

그래서 퇴계철학에서의 경공부 또한 자아와 타자 간의 소통을 추구할 수 있는 능력을 배양하는데 있다. 이런 의미에서 주희가 경을 흠덩이처럼 우두커니 앉아 있는 것이 아니라고 한 것은 바로 불교의 선을 비판한 것임과 동시에 그것과의 차별을 의미한다. 성리학에서의 경공부는 타인과의 관계를 회복하기 위한 공부방법이다. 이처럼 경은 타고난 본래의 성품을 바탕으로 하고 있기 때문에 퇴계는 마음을 순수하고 한결같이 하여 제멋대로 하지 않게 하는 것이 바로 경이라고 한다. 그러나 이러한 본래의 성품의 한결같고 순수하지만 인간은 외부 대상의 영향을 받으면서 인간의 본래의 본성을 잃어버리게 된다. 이와 같을 때 인간의 마음은 소통의 가능성을 드러내지 못하고 기질의 편색에 갇혀 버리게 된다. 이와 같을 때 우리는 바로 분노나 슬픔 등은 모두 그 자체 의미를 지니지만, 그것이 옹계 발현하지 못하고 항상 편벽되게 어느 한 감정에 치우쳐

35) 『退溪先生文集』 卷29, 答金而精, 譬之治病, 敬是百病之藥, 非對一證而下一劑之比, 何必要求對病之方邪.

서 균형을 이룰 수 없게 된다고 본다. 경공부는 바로 이러한 소통적 본성을 회복함을 목적으로 한다.

인간은 사회적 존재로서 타인과 소통하기 위해서는 무엇보다도 타인과의 갈등과 대립으로 나아가지 않게 하기 위해서 마음을 제어하고 인간의 본성이 무엇인가를 파악할 필요가 있다. 퇴계는 경 공부를 통해서 생생하게 활동하여 구체적 사물에 적절하게 적응할 수 있는 심적 상태를 유지해야 한다고 본다. 그래서 그는 경을 심의 未發상태와 已發상태로 나누어서 논의한다.

경을 이루는 방법은, 반드시 삼가고 엄숙하고, 고요한 가운데 마음을 두어(존양), 배우고 묻고, 생각하고 분별하는 사이에 이를 궁리하여 보이지 않고 들리지 않는 속에서 경계하고 두려워함이 더욱 엄숙하고 더욱 공경할 것이요(거경) 은밀한 곳과 혼자 있는 곳에서 성찰함이 더욱 정밀하여, 하나의 그림을 생각할 적에는 마땅히 그 그림에만 오로지 해서 다른 그림이 있음을 알지 못하는 듯하고, 한 일을 습득할 적에는 그 일에만 오로지 하여 변함이 없이 매일 계속한다.<sup>36)</sup>

퇴계는 경에 이르는 방법으로 존양을 위한 방법으로 거경과 궁리를 들고 있으며 성찰공부, 그리고 '주일무적' 방법을 제시한다. '존양'은 내 마음이 외부로 들떠서 혼란스럽거나 생각이 많은 병폐에 대해서는 심신을 조용하게 하여 마음을 기르는 공부라 필요하다고 본다. 그러나 이러한 존양공부는 자칫하면 불교의 선으로 빠져들 수 있다고 보았다. 퇴계는 자기조절이 단지 외물이 유입되고 마음이 작용하고 이를 반성해 보는

36) 『退溪集』, 進聖學十圖, 其爲之之法, 必也存此心於齋莊靜一之中, 窮此理於學問思辨之際, 不睹不聞之前, 所以戒懼者愈嚴愈敬, 隱微幽獨之處, 所以省察者愈靜愈密, 就一圖而思則當專一於此圖, 而如不知有他圖, 就一事而習則當專一於此事, 而如不知有他事, 朝焉夕焉而有常, 今日明日而相續.

방법이 아니라 오히려 마음이 발하기 이전에 공부와 마음이 발한 이후의 공부 모두를 중요시한다. 마음이 발하기 이전의 공부로서는 존양과 거경을 언급한다고 있다. 이와 같이 거경과 궁리는 모두 이가 심리적으로나 행동적으로 우세하게 발현될 수 있는 심적 자세를 갖추도록 자기 조절하는 방법이다. 존양과 궁리에 의해서 성공적으로 도달된 심적 상태는 사덕을 실현하려는 동기 상태가 작동하기에 좋은 조건을 만들어준다.

그 실천의 방안은 마땅히 안자의 예가 아니면 보지도, 듣지도 말하지도 움직이지도 말라고 함과 같이 할 것이며, 증자가 말씀하신 動容貌와 正顔色과 出辭氣 등에 관해서 공부를 하면 의거하는 바가 있어서 쉽게 노력할 갈 수 있을 것이다.<sup>37)</sup>

퇴계는 경을 보존하는 데 대한 설명은 반드시 많은 말이 필요한 것이 아니다. 단지 몸을 가지런하고 엄숙하게 하며, 태도를 위엄 있고 공손하게 하여 얼굴 표정을 다스리고, 생각을 바로자고, 의관을 바르게 하고, 바라보는 시선을 존중하듯이 하는 것을 익숙하게 하는 것이다. 이와 같은 것들을 자주 말하고 실제로 충실함을 더하게 되면 이른바 안이 곧게 되며, 마음이 하나로 되어서 자연스럽게 애써 안배할 것도 없으며, 몸과 마음이 숙연해지고 안과 밖이 한결같아진다고 본다. 그래서 퇴계는 경공부를 통해서 마음을 밖으로부터 잡으라고 가르친다. 즉, 몸가짐은 태도, 얼굴, 말씨, 옷차림과 같은 외관을 단속해서 마음을 바로 잡는 기초로 삼는다. 이와 같이 정제엄숙을 통해서 마음이 외부로 달아나지 않도록 경계, 삼감, 무서움, 두려움의 요소를 지니는 것이 중요하다고 본다. 밖으

37) 『退溪集』 卷24, 答鄭子中別紙, 其習之方, 當如顏子非禮勿視聽言動, 曾子動容貌, 正顔色, 出辭氣處做工夫, 則庶有依據而易爲力.

로부터 주어지는 규제와 기준은 스스로가 그것을 받아들일 때 자연스럽게 그리고 흔들림 없이 실천으로 옮겨질 수 있다고 본다. 이와 같이 내 마음을 제어만으로 끝날 때는 오히려 스스로를 위축시키고 힘들게 할 뿐이다. 그것이 진정한 힘을 지니기 위해서는 자신이 하는 행위의 이유와 의미를 알아야 하는데 그것이 공리의 방법이다.

경을 위주로 하여 모든 사물에서 소당연과 소이연의 까닭을 궁구하고, 침잠, 반복, 완색 체인하기를 지극히 하여, 세월이 오래되고 공력이 깊어지면, 하루아침에 자기도 모르게 시원스럽게 풀리어 활연히 관통함이 있게 되면, 체용이 한 근원이요, 현미가 틈이 없다는 말이 진실로 그러함을 비로소 알게 될 뿐만 아니라 현미에 미혹되거나 정일에 현혹되지 않아서 중을 잡을 수 있게 되니 이를 진지라 한다.<sup>38)</sup>

리에 이르는 공리의 과정은 사욕이나 사심에서 나타나는 편견이나 아집을 벗어나서 거경상태에서 바른 객관적 인식을 얻는 방법이다. 즉, 거경 상태가 선행되지 않으면 공리를 통해서 참 앎(眞知)를 얻을 수 없다고 본다. 퇴계는 이치를 궁구하는 것은 사물이 그러한 된 까닭을 통해서 마땅히 어떻게 해야 하는가를 알게 된다. 사물이 어떠한 가를 파악하고 있으면 내 본성을 알 수 있으며, 내 마음의 중의 상태를 보존할 수 있다고 본다. 이와 같이 경은 밖으로부터 강요된 제재와 주입된 지식에 의한 행동을 요구하는 것이 아니라 안으로부터 우러나온 각오와 스스로의 깨달음으로부터 나오는 행동을 요구하게 된다.

38) 『退溪集』, 戊辰六條疎, 敬以爲主, 而事事物物莫不窮其所當然, 與其所以然之故, 沈潛反覆玩索體認而極其至, 至於歲月之久功力之心, 而一朝不覺其有沆然融釋, 豁然貫通矣, 始知所謂體用一源, 顯微無間者, 真是其然而不來於危微, 不眩於精一而中可執, 此之謂眞知也.



한 그림에 나아가서 생각할 때는 마땅히 그 그림에 전일해서 만 그림이 있음을 알지 못하는 듯이 하고, 한 가지 일에 관하여 익힐 때에는 마땅히 그 일에 전일해서 마치 만 일이 있음을 알지 못하듯 해서 아침에나 저녁에나 항상 그러해야 하고, 오늘도 내일도 항상 그러해야 한다.<sup>39)</sup>

퇴계는 정제엄숙이 실천을 통한 공부라면 주일무적은 내적 공부로 이해한다. 주일무적은 마음이 한 가지 사실에 전일하게 하여 다른 것에 흠여지지 않는다는 의미를 가진다. 전일은 오로지 하나에 전심전력하는 것을 의미한다. 바로 어디에도 치우치지 않는 심의 중을 잡는 경을 의미한다.

## VI. 결론: 퇴계의 상담치료와 대안적 도덕교육

앞에서 퇴계의 마음치료의 가능성과 마음치료를 도덕상담의 관점에서 논의해 보았다. 퇴계철학은 사변적이고 이론적인 학문이 아니라 실천적인 학문이다. 퇴계학의 실천성은 바로 욕망을 극복하고 도덕 본성을 회복하는 공부론에 있다. 퇴계는 도덕본성의 상실을 심병으로 칭하고, 이를 치료하는 방법론으로 공부(수행)를 강조한다. 그래서 퇴계학의 정체성은 도덕치료학으로 규정해 볼 수 있다. 이때 도덕치료는 신체적인 질병이나 우울증, 신경증 등의 신경전신과 질병과는 다른 형태의 치료로써, 욕망을 제거하고 도덕성을 회복시키는 치료이다. 퇴계에서의 도덕성 상실이라는 내적원인이 바로 폐쇄적이고 고립적인 인간행위의 근본이 된다고 본다. 그래서 퇴계는 도덕치료를 통해서 폐쇄적인 인간에서 소통적인 인간으로

39) 『退溪集』卷7, 進聖學十圖筭, 就一圖而思, 則當專一於此圖, 而如不知有他圖, 就一事而習, 則當專一於此事, 而如不知有他事, 朝焉夕焉而有常, 今日明日而相續.

회복하고자 한다. 퇴계에서 도덕치료는 도덕교육의 핵심내용이다. 그리고 퇴계의 도덕치료는 상담적 방법을 사용한다. 즉 교수와 학습자는 상담자와 내담자의 관계로 설정하면서, 수평적이고 평등한 인간관계를 유지하면서 공감을 형성하고 내담자의 특수한 상황을 고려하면서 내담자가 도덕본성을 자각하도록 인도해야 한다고 본다.

그러면 퇴계의 마음치료, 즉 도덕치료는 오늘날 현실에서 청소년의 고립감과 우울증, 중독, 자살 등의 사회적 문제에도 적용될 수 있는가? 퇴계의 실천성은 바로 '현재, 여기'를 강조한다면, 퇴계의 마음치료는 바로 오늘날 현실에서도 적용될 때, 그 진리성을 보장받을 수 있다. 1장에서 언급한 바와 같이 퇴계의 도덕이념은 <제7차 도덕교육과정 개정안>의 핵심내용인 관계와 소통의 이념을 추구한다는 측면에서 도덕교과내용과 상이한 것은 아니다. 그렇다면 퇴계의 도덕교육이 교육현장에서 상담방법으로 적용될 수 있는가? 즉, 도덕교사 또한 상담의 역할을 할 수 있는가? 이를 위해서는 우선적으로 도덕교육은 좋은 성적을 얻기 위한 지식교육에서 벗어나 학습자들의 정신적 병리현상을 치유할 수 있는 대안교육으로서의 도덕 상담교육을 강화할 필요가 있다고 본다. 그러나 제도적인 문제보다도 더욱 근본적인 문제는 바로 도덕교사와 학생 간의 관계설정에 있다고 본다. 한국의 교육현실에서 볼 때, 교사와 학생 간의 관계는 상담에서 필요한 수평적이고 평등한 대화를 나눌 수 있는 분위기가 갖추어져 있다고 볼 수는 없다. 그래서 퇴계의 도덕교육에서와 같이 교사가 학습자의 내담자의 입장과 상황을 동감하면서 그들의 아픔을 치유하고자 하는 마음가짐이 선행되어야 할 것으로 보인다.

## 【참고문헌】

『退溪全書』, 『退溪文集』, 『自省錄』, 『朱子語錄』, 『朱子文集』

조금호, 『유교심리학』, 지식산업사, 1997, 118쪽.

정순목, 『퇴계의 교육철학-교육인간학적 고찰』, 지식산업사, 1986, 199쪽.

한덕웅, 『퇴계심리학』, 성균관대학교출판부, 1994, 37쪽, 382쪽.

박형민, 『자살, 차악의 선택』, 이학사, 2010, 400-401쪽.

존 브래드쇼 지음, 김홍찬, 고영주 옮김, 『수치심의 치유』, 사단법인 한국기독교상담연구회, 2006, 17쪽, 152쪽.

한재희, 『상담패러다임의 이론과 실제』, 교육아카데미, 2002, 261쪽.

권상우, 「퇴계의 여가활동과 도덕교육」, 『동양사회사상』 22집, 동양사회사상학회, 2010, 62쪽.

한재희, 『상담패러다임의 이론과 실제』, 교육아카데미, 2002, 261쪽.

홍승표, 「한국인의 사회심리적 문제점과 동양사상을 통한 해결방안」, 『인문학논집』 41집, 계명대학교 한국학연구원, 2010, 266쪽.

中文摘要

## 退溪之心理治療與道德教育

權相佑

論文談了批判了現行道德教育而探索作退溪的道德教育。因此，論文從心理治療和相談觀點來討論退溪的工夫論，退溪哲學不是思辨的和理論的學問，而是實踐的學問。退溪把道德本性的喪失看做是心理障礙，而要從退溪思想之工夫論來治療現代人的心理障礙。退溪認為心理障礙的原因在於氣質的慾望，氣質變容疏通的自我了。因此，人不能獲得了能和其他人一起高興，而向外部追求物慾，名譽，資本，因此，個人不是和世界疏通的主人公。外部大賞屈伏外物，而要發生了樂心，而制限于慾望和外物而發生心理的不安，昏亂，在這時，此人不能成爲和世界的疏通的主人公，而發生了心理的不安和混亂。儒家的疏通本性是人的內面所具有的，因此必需自己治療心理的障礙。人喪失了疏通本性的時候，退溪通過敬工夫恢復所本來具有的疏通本性。其方法是居敬，窮理，省察，主一無適的具體方法。

### 關鍵詞

退溪哲學，心理治療，道德教育，敬，相談理論，氣質治療

▪ 논문투고일 : 2012.6.29 심사완료일 : 2012.7.30 게재결정일 : 2012.8.6