

일상생활의 마음공부 *, **

- 유무념 공부를 중심으로 -

장 진 영

원광대학교

〈요 약〉

현대사회의 마음에 대한 관심은 학문적·이론적 영역을 넘어서 경험적·실천적 영역으로 확산되고 있다. 전문적인 훈련기관을 찾아 일상의 생활과 세속의 인연을 끊고 자신의 마음만을 집중하는 ‘정기(定期)의 공부’도 중요하지만, 일상의 가정과 직장을 떠나지 아니하는 ‘상시(常時)의 공부’ 즉 ‘일상생활의 마음공부’ 또한 중요하다.

원불교는 불교의 시대화·생활화·대중화를 지향하며, 일상생활 속에서 출가와 재가에 상관없이 누구나 이 불법(佛法)을 공부하고 실생활에 활용할 수 있도록 그 공부법으로 ‘훈련법(訓練法)’을 제정하고 있다. 이 가운데 ‘유무념(有無念) 공부’는 일상생활의 경계(境界)에서 응용할 수 있도록 고안된 공부법 중 하나이다. 유무념 공부는 첫째 ‘하지는 조목’과 ‘말하지는 조목’의 ‘유무념 조목’을 미리 정하는 ‘준비공부’, 둘째 실제 경계 상황에서 미리 정한 조목을 잊어버리지 아니하고 ‘온전한 생각으로 취사’하는 ‘실행공부’, 셋째 이때 취사하는 주의심을 가지고 한 것을 ‘유념(有念)’으로 하고, 그렇지 못한 것을 ‘무념(無念)’으로 하여 매일 대조하여 그 공부 정도를 살피는 ‘반조공부’로 이루어진다. 이는 각각 「상시훈련법」, 「상시응용 주의사항」의 2조, 1조, 6조의 내용과 일치하는 것으로 유무념 공부의 패턴이 상시공부의 기본 패턴[2조→1조→6조]을 담고 있음을 알 수 있다. 그리고 유무념 공부의 범위도 동·정을 반복하며 확대될 수 있으므로 구경에는 무시선(無時禪)·무처선(無處禪) 공부와 연결될 수 있다.

유무념 공부는 1925년경 일상생활에서 마음공부[상시공부]를 점검하기 위하여 ‘유념무념대조법(有念無念對照法)’을 실시하면서 본격적으로 시작되었다. 그러나 1928년경 단원들의 ‘일기성적조사

* 이 논문은 2011년 10월 18일 원불교 교화연구소가 주최한 ‘유무념 공부 세미나’에서 「유무념 공부의 변천 과정과 그 수행적 의미」란 주제로 발표한 내용을 수정 보완한 것임.

** 이 논문은 2010년도 정부재원(교육과학기술부 학술연구조성사업비)으로 한국연구재단의 지원을 받아 연구되었음(NRF-2010-361-A00008).

법(日記成績調査法)’이 정식으로 시행되면서 유무념 공부는 일기법보다 초보적이고 낮은 수준의 공부법으로 인식되거나, 일기법 시행 이전의 예비단계 공부로 인식되는 경향이 자리하게 되었다.

하지만 유무념 공부는 깊은 단계에 이르게 되면 그 양상이 사뭇 달라진다. 즉 초입 단계에서는 외부의 경계에 따라 유념·무념을 조사기재하는 대조공부가 주를 이루는 반면에 공부가 능숙해진 단계에서는 내면의 심경에 따라 그 대조 범위가 크게 늘어나 동할 때나 정할 때나 항상 본래 마음(공적영지)의 자성을 떠나지 아니하고 심신(心身)을 사용하는 지경에까지 이르게 된다. 이처럼 유무념 공부는 일상생활에서도 항상 본래 마음을 떠나지 않고 살아가는 공부를 하고, 일상생활에서 가장 기본적인 공부 패턴을 제시하여 경계 속에서 삼학병진(三學竝進)의 취사 실행을 하며, 동시에 공부가 깊어질수록 누구나, 언제나, 어디서나 무시선·무처선의 공부를 할 수 있도록 한다.

핵심 주제어: 유념, 무념, 유무념 공부, 마음공부, 상시일기, 무시선, 무처선

I. 들어가며

현대사회의 마음에 대한 관심은 학문적·이론적 영역을 넘어서 경험적·실천적 영역으로 확산되고 있다. 선원(禪院)이나 명상센터 등 전문적인 훈련기관을 찾아 장기간 일상의 생활과 세속의 인연을 끊고 자신의 마음에 집중하는 이른 바 ‘정기(定期) 공부’를 찾는 이도 많아졌다. 하지만 그 공부가 효과를 거두기 위해서는 일상의 생활에서도 그 공부가 지속될 수 있어야 할 것이다. 이에 ‘일상생활의 마음공부’, 즉 ‘상시(常時) 공부’가 함께 요청된다.

불교는 ‘마음의 종교’라 할 만큼 마음에 대한 깊은 이론적·실천적 가르침이 많다. 하지만, 전통적으로 불교는 일상생활의 공부법보다는 출가(出家)위주의 수행법을 주로 밝혀왔기 때문에 일반인(在家)이 일상의 삶에서 불법의 진리를 접한다는 것이 쉬운 일은 아니었다. 근대 이후 불교가 서구에 전해지면서 특정 전통위주의 지역불교나 특정 수행위주의 종파불교의 한계를 넘어서 보다 대중적이고 보다 실천적인 새로운 불교의 흐름이 형성되고 있다.

소태산대종사(少太山朴重彬, 1891-1943, 이하 소태산)도 일찍부터 ‘미래의 불법’에 대한 전망을 제시하며, 앞으로의 불법은 일상의 직업 활동을 여의지 않는 불법, 재가·출가 누구나 해야 하고, 누구나 할 수 있는 불법, 그리고 일과 공부, 생활과 공부가 둘이 아닌 불법¹⁾이 되어야 한다고 설파하고, 불교혁신운동을 통하여 새로운 불교 흐름에 동참하고 있다. 소태산은 이를 실현하기 위한 공부법으로 ‘훈련법(訓練法)’을 제시하고 있다. 그가 제정한 훈련법에는 「정기훈련법(定期訓練法)」과 「상시훈련법(常時訓練法)」이 함께 제시된

1) 『대종경』 제1 서품 15장, 『원불교전서』(익산: 원불교출판사, 1977; 1995(22판)), 103쪽 참조.

다. 여기서 ‘정기훈련’이란 전문교육훈련기관에서 정해진 과목과 정해진 일정과 정해진 규율을 아래 지도인의 지도를 받는 정규교육 과정이라 할 수 있다.²⁾ 반면에 ‘상시훈련’이란 일상의 생활과 직장의 업무를 떠나지 않고 삶의 현장에서 직접 실시하는 비정규교육 과정이라 할 수 있다.

특히 소태산은 상시훈련 지도를 위한 10인 1단(團)의 단을 조직하였고, 단원들의 성적조사를 위한 『유념무념대조법(有念無念對照法)』과 『일기성적조사법(日記成績調查法)』의 점검법을 두었으며, 단장으로 하여금 단원들의 성적을 조사케 하여 모든 단원들의 공부와 사업을 통일적으로 지도하였다. 이처럼 단법(團法), 단원성적조사법, 그리고 상시훈련법 등은 재가·출가 누구나 일상의 경계(境界)³⁾ 속에서도 마음공부를 할 수 있도록 제정된 교리와 제도로서 생활불교·실천불교를 지향하는 원불교(圓佛敎) 마음공부의 중요한 특징을 보여준다.

이 가운데 ‘유무념 공부’⁴⁾는 일상생활의 마음공부이며, 상시공부(상시훈련)의 핵심을 담고 있는 공부로서 그 중요성이 매우 크다. 하지만 여전히 유무념 공부의 교리적 위치나 수행적 의미를 밝힌 연구는 그리 많지 않다. 박병수는 민간도교(民間道敎)의 수행법인 『공과격(功過格)』에서 ‘유무념 공부’의 연원을 찾고 있다. 이는 『공과격』의 조사방식이 유무념 공부법과 유사한 점을 그 근거로 들고 있다.⁵⁾ 최광현은 ‘유념’과 ‘무념’이 불가(佛家)의 용어임을 전제하고 불교의 유념 위주의 수행과 무념 위주의 수행을 아우르는 생활선(生活禪)으로서 무시선(無時禪) 공부와 연결시키고 있다. 이는 무시선 성립의 불교적 연원을 밝히는 과정에서 ‘유념공부’를 다룬 것이다.⁶⁾ 하지만 모두 ‘유무념 공부’의 수행적 의

2) 원불교의 정기훈련(=出家禪)은 동하 3개월씩으로 하선(夏禪)·동선(冬禪)으로 불렸는데, 이는 불교전통의 안거(安居)에 대비되는 것이면서도 그 운영에 있어서는 근대 학교교육제도의 장점을 수용하고 있다. 이에 대해서는 양은용, 『원불교 소태산의 학교교육제도 수용과 교육사상』, 『종교교육학연구』 제25권(서울: 한국종교교육학회, 2007), 109-112쪽 참조.

3) 마음공부에 있어서 ‘경계(境界)’의 의미를 대해서는 다음 논문을 참조. 박희중, 『무시선법 중 경계에 대한 인식과 수행의 단계 고찰』, 『원불교사상과 종교문화』 제42집(익산: 원불교사상연구원, 2009), 6-17쪽.

4) ‘유무념 공부’는 ‘유무념조사법’, ‘유념무념대조법’, ‘유무념대조법’, ‘유무념 처리’ 등과도 동일하게 사용되는데, 여기서는 유념·무념의 ‘대조’ 혹은 ‘처리’ 등 공부방법의 면보다는 ‘유무념을 활용한 마음 공부’라는 의미에서 통용되는 ‘유무념 공부’라는 표현을 주로 사용하고 필요에 따라 다른 표현들을 병행하고자 한다.

5) 박병수, 『원불교 초기교단의 공부점검법-민간도교의 『공과격』과 관련하여-』, 『원불교사상』 제23집(익산: 원불교사상연구원, 1999).

6) 최광현, 『원불교 무시선의 유·무념 공부에 관한 연구』, 『정신개벽』 제16집(익산: 신통교학회, 1997). 이 경우 ‘유념’은 분별을 이치에 맞게 챙기는 것이라면, ‘무념’은 그 분별마저도 놓아버린 것을 말한다. 흔히 불교나 원불교에서 ‘무념(無念)’을 사용할 때는 분별방상을 놓아버린 무심(無心)의 경지, 모든 집착을 떠난 무주(無住)의 심경을 말한 것이므로 ‘유무념 공부’에서 ‘취사하는 주의심이 없는’ 상태인 ‘망념(妄念)의 무념’과는 차이가 있다. 그러므로 엄밀히 말하면 본교의 ‘유무념 공부’는 곧 ‘유념공부(有念工夫)’와 다르지 않다. 다만 비록 ‘망념의 무념’이라 할지라도 유념·무념의 변수를 기재하는 과

미를 충분히 밝히고 있지 않다. 이에 본고에서는 유무념 공부의 형성 및 변천 과정을 통해서 그 수행적 의미를 드러내는 데 1차적인 목적으로 두고 ‘일상생활의 마음공부’를 그 일면이나마 조망해 보고자 한다.

II. 유무념 공부의 형성과 변천

1. 유무념 공부의 유래

유무념 공부의 유래는 1917년(圓紀2) 실시된 「성계명시독(誠誠名時讀)」에서 찾을 수 있다. 정산종사(鼎山宋奎, 1900-1962, 이하 정산)의 『불법연구회창건사(佛法研究會創建史)』(이하 『창건사』)를 보면, 「성계명시독」은 단원(團員)들이 “10일 동안 지낸 바 마음을 조사하여 그 신성진퇴(信誠進退)와 행실선부(行實善否)를 대조”하도록 한 것으로 “청·홍·흑 3색(色)으로써 구분하되 신성이 제일(第一)가는 자는 그 명하(名下)에 청점(靑點)을 표하고 그 다음은 홍점(紅點) 그 다음은 흑점(黑點)을 표하여 단원의 신성등급을 알게”⁷⁾ 한 것이다.

단원의 공부를 지도하는 방식에 있어서 유무념 공부는 「성계명시독」과 매우 유사하다. 하지만 그 조사방법에 있어서 「성계명시독」은 청·홍·흑 3색을 구분하여 그 신성 등급을 나누는 반면, 유무념 공부는 유념·무념만을 구분하여 그 변수를 기재할 뿐, 그 등급을 나누지 않는다는 점에서 어느 정도 차이가 있다.⁸⁾

앞서 언급했듯이 유무념 공부의 유래에 대해서는 민간에 유행하였던 도교의 공부법인 「공과격」과 그 조사방식이 유사하다는 점을 들어 그 연원을 도교에서 찾기도 하고,⁹⁾ 불가 전통의 ‘유념’과 ‘무념’이라는 용어에 주목하여 ‘무시선법(無時禪法)’의 한 측면으로서 그 관련성을 주목한 경우도 있다.¹⁰⁾ 하지만 유무념 공부가 작업취사(作業取捨)의 핵심공

정 자체가 곧 공부가 되므로 ‘유무념 공부’로 통칭하는 것이 어느 면에서는 이 공부의 특성을 더 잘 드러내는 것이라 생각한다.

7) 『불법연구회창건사』, 『회보』 제41호(익산: 불법연구회, 1938.1.1), 45쪽; 『원불교자료총서』 제VIII권(익산: 원광사, 1984).

8) 김성관, 「원불교 범위등급에 관한 연구」(익산: 원광대학교 석사학위논문, 1976). 「성계명시독」은 유무념 공부법이나 일기조사법의 원형일 뿐 아니라 신분검사법, 학력고시법, 학위등급법(범위등급) 등이 분화되기 이전의 원불교 공부법의 원형이라고 볼 수 있다.

9) 박병수, 앞의 논문, 1999 참조. 박병수는 이 공과격의 점검방법이 일기법(유무념대조법), 신분검사법, 훈련법 등에 실증적이고 창의적으로 응용되었다고 보고 있다. 박병수, 「원불교 교의에 수용된 도교사상의 연구」(익산: 원광대학교 박사학위논문, 1996), 241-269쪽 참조.

10) 최광현, 앞의 논문, 1997 참조. 고시용 교수의 지적에 따라 비로소 확인하게 된 것인데, 소태산이 대각 이후 열람했던 『불교대전』에서 태조사법(太調査法)을 연상시키는 방법이 제시되고 있어 주목된다. 즉 ‘생각을 집중시키는 방법」繫念으로 “흑백의 돌맹이로 계산해 가되, 착한 생각이 나면 흰 돌을 놓고 악한 생각에는 검은 돌을 놓으라고 했다. … 처음에는 돌 쌓인 것이 압도적으로 많고 흰 것은 아주 적

부의 하나라는 점에서는 유가(儒家)에서 중시하는 솔성(率性)공부와도 무관하지 않다. 당시 유교에서 이와 유사한 조사기재법이 사용되었는지는 자세히 알 수 없지만,¹¹⁾ 원불교 마음공부가 유·불·도 삼교의 영향을 모두 수용하면서도 특히 작업취사 공부에서는 유가의 솔성공부를 중시하였다는 점¹²⁾을 간과해서는 안 된다.

특히 유무념 공부는 모든 경계에서 육근을 응용할 때에 온전한 생각으로 취사하였는지를 대조하는 공부인데, 여기서 ‘온전(穩全)’·‘생각(生覺)’·‘취사(取捨)’는 바로 정신수양(精神修養)·사리연구(事理研究)·작업취사의 삼학(三學)을 말하는 이다. 즉 유무념 공부는 기본적으로 삼학병진(三學竝進)의 공부이다. 그러므로 그 공부의 유래도 어느 한 전통에 한정하여 찾기보다는 유·불·도 삼교의 영향을 계승하면서도 시대에 맞게 제정한 것으로 보는 것이 더 적절할 것이다.

2. 유무념대조법과 일기조사법의 병행

불법연구회(佛法研究會; 1924-1948년까지 원불교의 임시교명)는 1924년 창립 이후 수차의 조단(組團)으로 단 조직을 정비하고 단 규약의 원칙과 세칙도 수차에 걸쳐 보완한다.¹³⁾ 이 과정에서 단원의 공부성적을 조사하는 법도 더 세밀하게 발전된다. 소태산은 1925년경 상시훈련법 제정과 함께 ‘태조사법(太調査法)’을 포함한 ‘유무념대조법’을 실시한 것으로 보인다.¹⁴⁾ 일기조사법은 1928년 단규의 원칙과 세칙이 개정되는 과정에서 전면적으로 실시되는데, 처음에는 ‘단원일기성적조사법’이란 이름으로 실시된다.¹⁵⁾ 이후

있지만, 점점 수행해 가는 중에 흑백이 갈라졌고, 다시 생각을 집중하는 공부를 쉬지 않은 결과로 다시는 검은 돌은 없고 흰 돌만 있게 되었다.”라고 한 내용이다. 한용운 편, 『불교대전』, 이원섭 역주, (서울: 현암사, 1980초판; 2010개정판), 725-726쪽. 다만 『불교대전』에서는 ‘寶愚經’이라고 했는데, 이는 ‘賢愚經’으로 오타로 보인다. 『현우경(賢愚經)』 권13 『우바국제품(優波鞠提品)』, 『대정신수대장경』 4, 442쪽 c4-20).

- 11) 『논어』에서 증자(曾子)의 ‘일일삼성(一日三省)’ 혹은 ‘삼성오신(三省吾身)’ 등은 유무념 공부와 그 취지가 서로 통한다고 할 수 있다.
- 12) 원불교 마음공부는 크게 삼학, 즉 정신수양·사리연구·작업취사로 구성된다. 이는 정(定)·혜(慧)·계(戒)의 불교의 삼학과 대비될 수 있지만, 소태산은 이는 선가(仙家)의 양성(養性) 공부, 불가(佛家)의 견성(見性) 공부, 유가(儒家)의 솔성(率性) 공부에서 주로 그 연원을 두고 있다. 『정전』 제2 「교의편」 제4장 「삼학」; 『대종경』 제2 교의품 1장, 5장 참조.
- 13) 장진영, 『불법연구회 교화단사-단조직의 변천과정을 중심으로-』, 『정신개벽』 제17집(익산: 신통교학회, 2011), 395쪽 이하 참조.
- 14) 『불법연구회창건사』, 『회보』 제47호(익산: 불법연구회, 1938.9.1), 57-58쪽 참조.
- 15) 1928년 제2차 조단이 단행(음력 8월 6일)되면서 29명의 단장이 등장하게 되어 이로부터 본격적인 단 활동이 전개된다. 『시장 13년도 사업보고서』(1929.3.), 『원불교교고총간』 제5권(익산: 원불교출판사, 1973; 1994), 59쪽; 『월말통신』 제6호(1928.8.), 10쪽, 『원불교자료총서』 제1권(익산: 원광사, 1984), 190-192쪽. 곧이어 ‘단원일기조사법실행 결제식’이 거행(음력 10월 16일)되면서 이후 단원들의 공부성적과 사업성적을 조사하기 위한 ‘일기성적조사법’이 단의 주요활동으로 정착된다. 『월말통신』 제7호(1928.9.),

‘유념무념대조법’과 ‘단원일기성적조사법’이 병행된다. 『창건사』에는 당시 ‘유무념조사법’과 ‘일기조사법’이 소개되고 있다.

[1] 유무념조사(법)는 일용행사(日用行事)의 모든 경계를 지낼 때에 ‘온전한 생각으로 취사의 정신’을 놓지 아니하여 그 일을 바르게 처리한 것은 ‘유념 처리’라 칭하고 ‘온전한 생각으로 취사의 정신’이 없이 그 일을 그릇 처리한 것은 ‘무념 처리’라 칭하여 매일 석후에는 반드시 유념 처리가 몇 건, 무념 처리가 몇 건을 스스로 조사기재하여 1일간 공부 잘하고 못한 것과 죄 짓고 복 짓는 것을 자각케 하는 법이요¹⁶⁾

[2] 일기조사법은 …… 상시용용주의사항 6조와 공부인이 교무부에 와서 하는 책임 6조를 대조하여 매일 그 실행여부를 기재하며 그 외에도 정신·육신·물질 3방면을 통하여 남에게 헤시한 것과 남으로부터 헤수한 것을 대조하여 매일 그 대차여부를 기재하며, 또는 공부·사업·생활 3방면의 의견제출을 대조하여 매일 그 연구의 시간 유무를 기재하며, 또는 삼십계문을 대조하여 매일 그 범과 유무를 기재하여 이 여러 가지 방법으로 1일간 공부 잘하고 못한 것과 죄 짓고 복 짓는 것을 더욱 상세 계산케 하는 법이 되는 바……¹⁷⁾

‘유무념조사법’과 ‘일기(성적)조사법’은 기본적인 취지는 동일하다고 볼 수 있다. 즉 상시에 ‘1일’ 단위로 하여 매일의 공부(온전한 생각으로 취사하기)를 점검하고 그 날의 죄복을 결산하도록 한 점에서 그렇다.

하지만 유무념조사법은 모든 경계마다 ‘온전한 생각으로 취사’했는지 여부를 용지(用紙)나 쿡(太)[태조사법의 경우를 통해서 조사하는 방식으로 그 조목이 미리 정해져 있지 않으며, 그 조목의 다소(多少)나 경중(輕重)에 상관없이 그 번수만을 기재하여 총합을 조사하는 것이다. 반면에 일기조사법은 『상시훈련법』에 제시된 12조항을 중심으로 하여 정신·육신·물질 3방면을 통하여 혜시(惠施)와 혜수(惠受), 의견제출(意見提出), 계문범과(戒文犯科) 등 세부 조목에 따라 좀 더 상세하게 기재하는 것으로 그 범위와 조사 분야에 따라 서로 차이가 있다. 이러한 양자 사이의 유의미한 차이로 인하여 ‘일기조사법’이 시행된 이후에도 ‘유무념조사법’이 병행될 필요성은 여전히 남아 있었던 것으로 보인다.

한편 『시창 13년도 사업보고서』 『교무부 제1회 공부인 훈련보고서』에서도 공부조사법에 대해 언급하고 있다. 일기조사법의 내용은 위의 인용과 대동소이하지만, 유념무념대조

13쪽; 같은 책, 229쪽.

16) 『불법연구회창건사』, 위의 책, 57쪽. 이어서 “무식(無識)한 사람은 태(太)로써 조사하는 법이 있고 유식(有識)한 사람은 용지로써 조사하는 법이 있음”이라고 하여 유무념조사법과 태조사법을 구분하고 있다. 그 조사 도구에 있어 유식한 자(문자·숫자·서식에 대한 이해가 있는 자)와 무식한 자(숫자와 서식에 능하지 못한 자)를 각각 용지(用紙)를 사용하느냐 쿡(太)을 사용하느냐로 보아 구분하고 있는데, 이는 아무리 무식한 자라 할지라도 누구나 이 유무념 공부는 할 수 있도록 배려한 것이라 할 수 있다.

*이하 인용문에 대한 윤문과 [번호] 표기는 필자. 이하 같음.

17) 『불법연구회창건사』, 위의 책, 57-58쪽.

법에 있어서는 대조법이 능하고 능하지 못함에 따라 그 단계를 구분하고 있다.

- [1] **경전의 의지(意旨)에 불능(不能)하여 일기 개시에 착수치 못한 자**에게는 또한 유념무념대조법으로써 공부케 하였나니, 그 대조방법은 매일 당하는 모든 경계를 처리할 때에 먼저 그 시비 이해(是非利害)를 대조하여 하기 싫은 일이라도 당연(當然)하면 이행하고 하고 싶은 일이라도 부당(不當)하면 이행치 않는 것은 유념 처리로 산(算)하고, 경계를 당하여 시비이해에 대조도 없이 정당한 일이라도 하기 싫으면 안 하고 부당한 일이라도 하고 싶으면 하는 것과 정당한 일을 하였더라도 시비이해에 분석이 없이 처리한 것은 무념 처리로 산(算)하여 공부의 진축(進縮)을 알게 하며,
- [2] **대조법이 능한 자**에게는 재가응용주의사항 6조 전부로써 대조의 범위를 삼아 유무념을 대조케 하였나니 차(此) 유무념 대조법으로부터 노약(老弱)과 문맹(文盲)을 물론하고 일본일각도 놓지 않는 가장 간이(簡易)한 공부를 하게 되다.¹⁸⁾

여기서 유념무념대조법에 [1] ‘경전의 의지에 불능하여 일기 개시에 착수치 못한 자’라는 단서가 붙게 되면서 ‘유무념 공부’가 일기조사법을 시행하기 힘든 이들의 공부라는 입장이 등장한다. 이후 ‘유무념 공부’가 일기 공부에 비하여 낮은 수준의 공부로 인식되거나, 일기조사법 시행 이전의 예비 공부로 인식되는 경향이 생긴 것으로 보인다. 1931년 발간된 『불법연구회통치조단규약(佛法研究會統治組團規約)』(이하 『통치조단규약』)에서도 일기 성적조사법과 유무념대조법을 문자와 서식에 능함과 능하지 못함으로 구분하여 “이[일기 성적조사법]는 …… 문자와 서식을 대략 이해하는 단원에게 시행하는 법이요. 또는 문자와 서식은 모르고 숫자만 아는 회원이라도 상시 훈련을 놓지 않도록 하기 위하여 유념무념대조법을 제정”¹⁹⁾한다고 구분한다.²⁰⁾

실제 『시창 14년도 사업보고서』의 ‘본년도 업무진행결과의 상황’을 보면, “(일기법) 실시의 초(初)임으로 철저한 이해를 가진 자 소수에 불과하나 각처를 통하여 16일 단회(團會)에 단원은 단장의 지도를 받게 되며 점차 보급의 도정(途程)에 있다.”고 하고, “유무념 대조법 실시 후 일기성적표가 발포(發布)되어 유무념 대조자 3분 2할 이상이 일기조사를 하게 되고 그 외 문맹자나 노인만이 유무념대조를 하게 되었다.”²¹⁾고 한다. 이처럼 일기 조사법이 발전하면서 ‘유무념 대조자’가 상당수 일기조사법으로 이동하고 있다.

하지만 여기서 하나 주목해야 할 것은 앞의 인용문에서 [2] ‘대조법이 능한 자’에게는

18) 『시창 13년도 사업보고서』(1929.3.).

19) 『불법연구회통치조단규약』(익산: 불법연구회, 1931).

20) 1943년 발간된 『불교정전』에서도 「상시일기법」을 소개하면서 ‘문자와 서식에 능하지 못한 자’라는 표현을 사용하고 있지만, 이는 「태조사법」에 한정된 것으로 보아야 할 것이다. 이때부터는 ‘상시일기’에 유무념 공부가 포함되기 때문이다. 『불교정전』(불교시보사, 1943), p.35.

21) 『시창 14년도 사업보고서』(1930.3.).

『상시용용 주의사항』 6조 전부를 대조의 범위로 삼아 유무념을 대조하도록 하였음에 주목할 필요가 있다. 여기서 ‘(유무념)대조법에 능한 자’란 경계마다 유념하는 공부에 능숙해진 것으로 『무시선법』의 표현에 따르면 경계를 대할 때 ‘모든 분별이 정(定)을 여의지 않고 공적영지의 자성에 부합된’ 정도의 공부라고 볼 수 있기 때문이다. 이때는 개별 경계마다 취사하는 주의심의 있고 없음이나 그 일의 결과의 좋고 나쁨으로 판단했던 공부에서 한 단계 더 나아가 경계를 대할 때 자성(本래 성품자리)을 떠나지 않고 취사했는지 여부로 유념과 무념을 판단하게 되므로 그 공부의 범위가 하루 몇 번, 혹은 하루 전체, 나아가 한 달이나 1년 등으로 크게 확장될 수 있다는 점이다. 이러한 유무념 공부의 특성 때문에 이 공부가 후대 종법사(宗法師)에 의해서 꾸준히 강조된 것이라 생각된다.²²⁾

3. 일기법의 변천과 상사일기의 등장

유무념조사법과 일기조사법은 『창건사』에 따르면 1925년경 실시되었을 것으로 보이지만, 먼저 유무념조사법이 실시되고, 이후 일기조사법이 생긴 것이다. 물론 ‘일기’ 관련 내용이 『불법연구회규약』(1927)에 ‘동하 6개월에 공부인의 일기를 감정’²³⁾이라고 한 부분에서 처음 나타나지만, 이때는 ‘동하 6개월에 공부인의 일기’, 즉 ‘정기일기(定期日記)’를 말한 것으로 보아야 한다.²⁴⁾ 그러므로 일상생활의 공부지도를 위한 ‘상사일기’는 『월말통신』 창간호(1928.4)에 ‘단원일기조사법’에 소개된 것이 처음이라 할 수 있다. ‘단원일기조사법’의 내용을 보면, “매월 16일에 1회씩 단원의 성적을 조사하는 바, 단장이 있는 단에는 단장이 하고 없으면 중앙교주(中央敎主)가 대리로 시행하여 매년 음 12월 26일에는 본회 교무부에 보고함.”²⁵⁾이라 하여 그 표준양식을 함께 제시하고 있다. 이때 조사항목은 크게 ‘공부성적’ · ‘사업성적’ · ‘의견제출’ 등이며, 단장의 조사방식은 ‘갑 · 을 · 병 · 정 · 무 · 부 (甲乙丙丁戊不)’의 등급으로 구체화된다.²⁶⁾ 5개월 후에는 일기조사양식인 ‘단원매월매일성적조사표’가 인쇄되어 단원들에게 직접 제공된다. 이는 1928년 7월(음) 새로운 단규가 제정됨에 따른 것이다. 이어서 10월 16일(음) 단회에서 ‘단원매일조사법실행결제식’이 거행²⁷⁾

22) 소태산이후 후계 종법사들의 유무념 관련 법문이 곳곳에 산재되어 있다. 『정산종사법어』 경의편 22, 23, 24장, 『원불교전서』(익산: 원불교출판사, 1977; 1995(22판)), 845-846쪽; 『대산종법사법문집』 2집(익산: 원불교출판사, 1980; 1988(3판)), 33-34쪽; 좌산종법사, 『유념공부』(익산: 원불교법무실, 2005) 등 참조.

23) 『불법연구회규약』(익산: 불법연구회, 1927).

24) 『불법연구회규약』의 내용을 보면, 『출가공부인의 책임』에 ‘동하 6개월에 매일 공부하는 순서’를 밝히면서 “오후 2시간 일기를 하되 시간을 대조하여 기재하며 응용하는 대 각항 처리건을 기재하며 어떠한 감각이 있고 보면 감각된 사유를 기재하며”라고 하여 정기일기의 ‘처리건’과 ‘감각건’에 대해서 밝히고 있지만, 제가공부인의 단원일기에 대한 언급은 보이지 않는다. 물론 정기일기도 상시훈련을 돕는 한 과정이라고 한다면, 단원일기(상기일기)를 의식하고 있다고 볼 수 있을 것이다.

25) 『월말통신』 제1호(음1928.4).

26) 『단원조사법상시(詳示)』, 『월말통신』 제2호(음1928.5).

되는데, 비로소 서식(書式) 위주의 일기조사법이 전면적으로 실행된 것이다.

『통치조단규약』(1931) 단규세칙에는 ‘단원으로서 매일일기조사법’과 ‘유념무념대조법’이 함께 소개되는데, ‘일기조사법’에 「단원매월매일성적조사법」(단원용)과 「단원매년매월성적조사법」(단장용) 양식과 조사기재방식이 제시된 것과 병행하여 ‘유념무념대조법’의 「유념무념대조표」(단원용)와 「단원유무념성적매월조사표」(단장용) 양식과 조사기재방식이 함께 제시된다. 아마도 이때부터 ‘일기조사법’하면 ‘유무념조사법’까지 포함한 의미로도 사용된 것으로 보인다.

하지만 이와 같이 서식화되고 세분화된 일기조사법이 오히려 일상생활의 공부를 번거롭게 하였을 가능성이 있었던 것으로 보인다. 당시 『통치조단규약』에 제시된 단원일기조사법의 조사 항목을 보면, 상시훈련 12조항(「제가공부인 응용할 때 주의사항」·「제가공부인이 교무부에 와서 하는 책임」), 사업성적(정신근고·육신근고·전곡혜시), 부채표(負債表: 정신근고·육신근고·전곡혜수), 의견제출(공부방면·사업방면·생활방면), 삼십계문(보통부십계문·특신부십계문·법마상전부십계문) 등 분야별로 세분화된다. 이를 ‘정식일기(正式日記)’라고도 하는데, 이 모든 항목을 일상의 경계에서 조사기재하는 것은 매우 어려운 일이었음에 틀림없다. 이에 대하여 1933년 ‘간이일기(簡易日記)’가 제공된다.

이 ‘간이일기’는 ‘정식일기’에 비해 조사 항목이 대폭 줄어든다. 그 조사항목도 염불좌선, 교과서연습(음강·의지해석·한자연습), 의두연마, 의두양해, 전문입선, 예회출석, 보통부계문, 특신부계문, 법마상전부계문 등 주로 ‘공부 방면’에 한정되고 있다. 조사항목 살펴보면, 염불좌선·교과서연습·의두연마는 각각 ‘제가응용 주의사항’(現 「상시응용 주의사항」)의 5조·3조·4조에 해당하는 것으로 기재방식은 ‘정식일기’와 마찬가지로 시간수를 기재하는 것이고, 의두양해(疑頭諒解)·전문입선·예회출석은 ‘제가공부인이 교무부에 와서 하는 책임’(現 「교당내왕시 주의사항」)의 3조·4조·5조를 조사기재하는 것이며, 여기에 ‘정식일기’와 마찬가지로 삼십계문이 포함된 것이다.

‘정식일기’와 ‘간이일기’를 비교해보면, 첫째 ‘간이일기’에서는 유무념 공부의 기본 패턴을 제시하지 못하고 있다. 즉 동시삼학으로 유무념 공부의 기본 사이클이라 할 수 있는 「상시응용 주의사항」의 ‘2조→1조→6조’의 패턴을 반영하지 않고 있다. 둘째, 「교무부에 와서 하는 책임」 중에서 ‘간이일기’는 자기가 속한 단장이나 해당 교무부를 내왕하면서 지도인과 문답하고 감정을 얻는 과정이 제시되지 않고 있다. 셋째, 사업성적(부채표 포함)과 의견제출 등 사업방면의 조사항목이 제외되어 있다. 이 ‘간이일기법’이 제정되면서 ‘사종일기법(四種日記法)’이란 말이 생겨났는데, 관련 내용이 『회보』 제47호(1938년 9월호)에서 제50호²⁸⁾까지 「사종일기시행에 대해서」라는 표제로 실려 있다. 여기서는 정식

27) 『월말통신』 제7호(음1928.10).

28) 『회보』 제47호(1938.9.1.), 22-28쪽; 제48호(1938.10.1.), 16-18쪽; 제49호(1938.11.30.), 13-14쪽; 제50호(1938.12.31.), 10-12쪽.

일기·간이일기·유무념대조·태조사의 순으로 각 지방의 4종일기자 명단을 제시하고 있다. 특히 『회보』 제50호에는 1928년 이후 10년간 일기를 지속한 자의 명단을 소개하고 있다.²⁹⁾

이후 간이일기와 유무념을 포함한 ‘상시일기(常時日記)’가 제정되기에 이른다. ‘상시일기’가 정기훈련 중 취사과목으로 포함된 것은 1943년 발간된 『불교정전』에서지만, 1942년 경에 이미 「상시일기성적조사표」 양식이 단원들의 상시공부에 사용된 것으로 보인다.³⁰⁾ 당시 단원용 「상시일기성적조사표」를 보면, 기존의 ‘간이일기’에 ‘유무념’을 다시 합친 모습임을 알 수 있다. 먼저 그 조사항목도 유무념·수양·연구·계문·예회·입선 등으로 기존 ‘간이일기’ 조항 중 ‘염불좌선’은 ‘수양’으로, ‘교과서연습·의두연마·의두양해’ 등은 ‘연구’로, ‘삼십계문’도 보통부·특신부·법마상전부 각각 기재하던 것을 ‘계문’이라는 한 항목으로 통칭하는 등 기존 ‘간이일기’ 조항을 단순화시킴과 동시에 ‘유무념’ 항목을 포함시킨 점이 특징이다. 이처럼 ‘상시일기’는 ‘간이일기’에서 ‘유무념 공부’ 관련 조항이 없었던 점을 보완하고 있다. 이로써 오랫동안 병행되어 왔던 ‘일기조사법’과 ‘유무념조사법’이라는 2가지 상시공부조사법이 ‘상시일기’를 통해 하나로 합쳐진 것이다.

이상에서 유무념 공부의 형성과 그 변천과정에 일기조사법과 병행되어 오다가 상시일기에 포함되어 현재에 이르고 있음을 살펴보았다. 하지만 소태산 이후 역대 종법사의 법문에서 유무념 공부가 여전히 중시되는 이유는 무엇이며, 유무념 공부가 독자적인 상시공부법으로 중시될 필요는 어디에 있을까? 아래에서는 유무념 공부가 가지는 수행적 의미에 대하여 살펴봄으로써 그 해답을 얻고자 한다.

Ⅲ. 유무념 공부의 의미와 그 범위

1. 유무념 공부의 기본 의미

‘유무념’이라는 말은 ‘유념’과 ‘무념’을 합한 용어로서 원불교 『정전』, 『정기훈련법』 중

29) 이때 미발표한 5년 이상 지속자 명단도 제53호에서 일부 제시하고 있다. 『회보』 제53호(1939.3.1.), 37-38 쪽. 한편 1934년도부터 1939년도까지의 사업보고서를 보면, ‘본년도 각지 상시공부인표’에서 당년도 ‘일기공부인’과 ‘유무념공부인’의 증감을 함께 제시하고 있으며, 1940년도부터 1941년도 사업보고서에서는 ‘각 지방 상시훈련 실시상황’을 소개할 때 ‘4종일기’의 증감을 제시하고 있다. 1942년도부터는 ‘2종일기’의 증감만을 보고하고 있다. 여기서 ‘2종일기’가 ‘정식일기’와 ‘간이일기’를 말하는 것인지, 전년도처럼 ‘일기공부인’과 ‘유무념공부인’을 말하는 것인지, 아니면 이때를 전후하여 시행된 것으로 보이는 ‘상시일기’와 기존 ‘정기일기’의 2가지 일기를 말한 것인지 현재로서는 정확하지 않다.

30) 다만 정기훈련 중 작업취사 훈련과목에 포함된 ‘상시일기’의 경우는 유무념 처리·학습상황·계문으로 더욱 단순화된 모습이다. 이때의 상시일기는 정기훈련 과목의 하나이므로 단순화된 모습으로 제공된 것이며, 실제 상시공부에서는 단원용 「상시일기성적조사표」가 사용된 것이다.

정기훈련 과목 중 ‘상시일기’에 “당일의 유무념 처리와 학습 상황과 계문에 범과 유무를 기재시킴”³¹⁾이라 하여 그 명목이 언급되어 있다. 그리고 좀 더 상세한 설명은 『정전』, 『일기법』에 등장한다.

- [1] 유념·무념은 모든 일을 당하여 유념으로 처리한 것과 무념으로 처리한 번수를 조사 기재하되,
- [2] 하자는 조목과 말자는 조목에 취사하는 주의심을 가지고 한 것은 유념이라 하고, 취사하는 주의심이 없이 한 것은 무념이라 하나니,
- [3] 처음에는 일이 잘 되었든지 못 되었든지 취사하는 주의심을 놓고 안 놓은 것으로 번수를 계산하나, 공부가 깊어가면 일이 잘되고 못된 것으로 번수를 계산하는 것이요,³²⁾

여기서 [1]은 유무념 공부의 방법, [2]는 유념과 무념의 정의, [3]은 유무념 공부의 단계를 각각 밝히고 있다. 이 가운데 [2]유념과 무념의 정의에서 그 의미를 먼저 살펴보면, ‘하자는 조목과 말자는 조목에 취사하는 주의심을 가지고 한 것’과 ‘(하자는 조목과 말자는 조목에) 취사하는 주의심이 없이 한 것’으로 유념과 무념을 나누고 있음을 알 수 있다. 즉 ‘취사하는 주의심’의 있고 없음에 따라 유념과 무념의 의미가 나뉘는 것이다. 여기서 ‘취사(取捨)’란 무슨 일이나 심신을 작용할 때 ‘정의는 취하고 불의는 버리는 것’³³⁾을 말하다. 즉 옳은 일은 취하고, 그른 일은 버리는 것이다. 여기서 1차적으로는 ‘하자는 조목과 (하지) 말자는 조목’이 그 공부의 판단 기준이 되는 것이다.³⁴⁾

유념과 무념의 의미에 대해서 정산의 『창건사』에서는 “일용행사의 모든 경계를 지낼 때에 온전한 생각으로 취사의 정신을 놓지 아니하여 그 일을 바르게 처리한 것은 유념 처리라 칭하고, 온전한 생각으로 취사의 정신이 없이 그 일을 그릇 처리한 것은 무념 처리라 칭”³⁵⁾한다고 한다. 같은 취지로 대산종사(大山金大舉, 1914-1998, 이하 대산)도 ‘유무념 공부’를 “모든 경계를 처리한 후 온전한 생각으로 취사하는 주의심을 가지고 했는가, 놓고 했는가를 대조 반성하는 마음공부”³⁶⁾라고 정의한다.

물론 표현상으로만 보면, 소태산의 경우 ‘모든 일을 당하여’, 정산은 ‘모든 경계를 지낼 때에’, 대산은 ‘모든 경계를 처리한 후’ 등 다소 차이가 있다. 즉 소태산은 그 일 그 일

31) 『정전』 제3 「수행편」 제2장 「정기훈련과 상시훈련」 제1절 「정기훈련법」.

32) 『정전』 제3 「수행편」 제6장 「일기법」. 번호는 필자.

33) 『정전』 제2 「교의편」 제4장 「삼학」 제3절 「작업취사」.

34) 유무념 조목, 즉 하자는 조목과 말자는 조목은 스스로 정하는 것이다. 하지만 일반적으로 원불교 교리상 ‘하자는 조목’은 ‘술성요론(率性要論)’, ‘삼학팔조(三學八條)’, ‘사은사요(四恩四要)’ 등이 이에 해당되며, 말자는 조목은 삼십계문(三十戒文) 등이 이에 해당될 수 있어 이들을 조목으로 삼아 대조하는 경우도 있다.

35) 『불법연구회창건사』, 『회보』 제47호(1938.9.1.), 57쪽.

36) 원불교 범무실 편, 『대산종법사범문집』 제3집(익산: 원불교출판사, 1980; 1988(3판)), 33-34쪽. 제1부 「교리(教理)」 「삼학공부(三學工夫)」 중 ‘작업취사 공부의 길’에서 ‘1. 유무념 대조하는 공부에 이를 소개하고 있다.

의 경계마다 취사하는 주의심을 가지고 있었는지 여부에 중점을 두었다면, 정산은 그 일을 바르게 처리하였는지 여부에 중점을 두었으며, 대산은 처리 후 대조 반성하였는지에 더 중점을 둔 것으로 이해할 수도 있다. 이는 유무념 공부가 처음에는 취사하는 주의심을 가지고 했는지 여부를 주로 보고, 다음 단계로 그 처리 결과까지 잘 되었는지를 여부를 본다는 점, 나아가 유무념 공부가 경계 속에서 취사하는 것에 그치지 않고 유무념 조목과 그 취사의 결과를 대조하도록 한 점은 그 의미가 달라진 것이라기보다는 각각 그 강조점에 따라 조금씩 그 표현을 달리한 것이라고 생각된다.

물론 ‘온전한 생각으로 취사하는 주의심으로 처리한 것(혹은 주의심을 가지고 처리한 것)’을 유념으로 본다는 점은 일맥상통하고 있다. 여기서 ‘온전’·‘생각’·‘취사’는 각각 삼학의 수양·연구·취사를 말하는 것으로 일상의 경계를 대할 때 삼학공부의 실력을 총동원[並進]하여 그 마음을 잘 사용하는 공부가 되도록 한 것이 특징이다.

다시 정리하면 유념이란 ‘모든 경계를 대할 때 육근을 응용할 때에 하자는 조목과 말자는 조목에 대하여 온전한 생각으로 취사하는 주의심을 가지고 행한 것’을 말하며, 반대로 무념은 ‘모든 경계에 대할 때 온전한 생각으로 취사하는 주의심을 놓고 행한 것’을 말한다.

2. 유무념 공부의 성립 요건

앞서 정의한 바에 따라 다음과 같은 ‘유무념 공부’의 3가지 성립요건을 발견할 수 있다. 첫째는 ‘하자는 조목과 말자는 조목’, 즉 유무념 조목이 있어야 한다는 점이다. 유무념 공부를 위해서는 그 조목을 정하는 것이 선행되어야 한다. 대조할 조목(하자는 조목이든, 하지 말자는 조목이든)이 없는 유무념 공부는 있을 수 없기 때문이다. 그러므로 유무념 조목을 정하는 것으로부터 ‘상시공부’가 시작된다고 해도 과언이 아니다. 이 유무념 조목을 정하기 위해서는 경계 상황을 예상하고 어떤 취사가 옳고 그른지를 ‘미리 연마’할 필요가 있다. 이는 일종의 ‘준비공부(準備工夫)’이다. 이 내용은 『정전』 「상시훈련법」 「상시응용 주의사항」 2조 “응용하기 전에 응용의 형세를 보아 미리 연마하기를 주의할 것”³⁷⁾과 상통한다. 미리 연마한다는 것은 해야 할 일(하자는 조목)과 말아야 할 일(말자는 조목)에 대해 미리 연마하여 유무념 조목으로 정한다는 것이다.

둘째는 모든 경계를 대할 때 온전한 생각으로 취사하는 주의심을 잊지 아니하고 실행하여야 한다는 점이다. 막상 경계를 대하면 자신이 가진 모든 삼대력(수양력·연구력·취사력)의 역량을 총동원하여 ‘하자는 조목’은 죽기로써 실행하고, ‘말자는 조목’은 죽기로써 행하지 않도록 해야 한다. 이는 실제 경계 상황에서 이루어지는 ‘실행공부(實行工夫)’

37) 『정전』 제3 「수행편」 제2장 「정기훈련과 상시훈련」.

이다. 그리고 이는 「상시응용 주의사항」 1조 “응용하는 데 온전한 생각으로 취사하기를 주의할 것”³⁸⁾에 해당하는 것으로 ‘동시(動時)’에 온전·생각·취사의 삼학을 병진하는 공부가 되도록 한 것이다.

셋째는 모든 경계를 대한 후 유념 처리의 변수와 무념 처리의 변수를 조사기재하여야 한다는 점이다. 이는 일과 경계를 지난 후 다시 그 상황을 되돌아보는 ‘반조공부(返照工夫)’이다. 이 내용은 「상시응용 주의사항」 6조의 “모든 일을 처리한 뒤에 그 처리건을 생각하여 보되, 하자는 조목과 말자는 조목에 실행이 되었는가 못 되었는가 대조하기를 주의할 것”³⁹⁾에 해당하는 것이다.

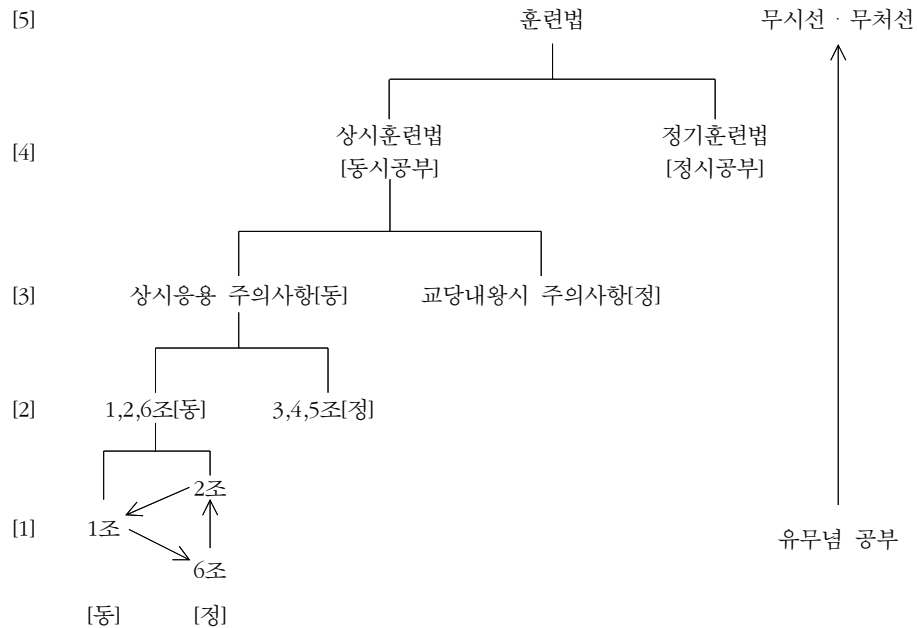
이상 3가지 유무념 공부의 성립요건을 보면, 「상시응용 주의사항」의 ‘2조 → 1조 → 6조 (→ 2조)’로 이어지는 이른바 ‘동시삼학(動時三學)’의 순환 패턴에 따르고 있음을 알 수 있다. 이처럼 ‘유무념 공부’는 ‘상시훈련’(「상시응용 주의사항」)의 기본 공부 패턴을 그대로 담고 있다. 즉 ‘준비 → 실행 → 반조’라고 하는 흔한 일상의 생활패턴을 그대로 마음공부의 기본 패턴으로 활용한 것으로 이는 일상생활 자체가 바로 마음공부의 현장임을 주목한 것이다.

한편 소태산은 공부법(훈련법)을 제정할 때, 동시(動時)와 정시(靜時)를 나누고 있다. 특히 동과 정이 반복되는 과정을 보면, ‘유무념 공부’의 핵심을 담은 [1] ‘「상시응용주의사항」 1조’로부터 [2] ‘「상시응용주의사항」 1·2·3조’로, 다시 [3] ‘「상시응용주의사항」 전체’로 다시 [4] ‘상시훈련 전체’로 그 범위를 확대하고 있으며,⁴⁰⁾ 다시 [5] ‘훈련법 전체’에서 볼 때, 「상시훈련법」과 「정기훈련법」도 동과 정으로 나눌 수 있다. 이를 유무념 공부에 적용하여 상시공부의 기본 패턴을 동정의 반복으로 본다면 그 공부의 범위가 크게 확장된다. 즉 ‘상시응용주의사항 1조’[動]와 ‘2조·6조’[靜], 다시 ‘상시응용주의사항 2조·1조·6조’[動]와 ‘3조·4조·5조’[靜], 다시 ‘상시응용주의사항’[動]과 ‘교당내왕시주의사항’[靜], 다시 ‘상시훈련법’[動]과 ‘정기훈련법’[靜] 등으로 그 공부가 확대되어 마침내는 ‘무시선(無時禪)·무처선(無處禪)’의 공부와 연결되는 것이다.

38) 같은 책.

39) 같은 책.

40) 『보경육대요령(寶經六大要領)』(익산: 불법연구회, 1932). 「상시응용주의사항 육조의 대의(大義)」에서 “이 6조를 동정(動靜) 두 사이로 나누어 보면 3조·4조·5조는 정할 때 공부로써 동할 때 공부의 자료를 준비하는 길이 되고, 1조·2조·6조는 동할 때 공부로써 정할 때 공부의 자료를 준비하는 길”이라 하고 있다. 「상시응용 주의사항」이 ‘동할 때’와 ‘정할 때’의 공부로 나눌 수 있으며, 동시에 동과 정이 서로 보완되도록 구상된 것임을 알 수 있다.



〈그림 1〉 동시(動時)공부와 정시(靜時)공부의 관계

3. 유무념 공부의 단계와 대조범위

앞서 『시창 13년 사업보고서』에서 ‘유념무념대조법’을 소개하면서 “대조법이 능한 자에게는 재가응용주의사항 6조 전부로써 대조의 범위를 삼아 유무념을 대조케 하였나니……”⁴¹⁾ 라고 하여 그 대조의 범위가 하나의 일이나 경계에만 한정되지 않음을 살펴보았다. 다시 말해서 「상시응용 주의사항」 1조만이 아니라 「상시응용 주의사항」 전체가 유무념 조목이 되고, 하루 24시간 전체가 다 하나의 유무념 조목이 될 수도 있다는 것이다. 『정전』 「일기법」에 제시된 ‘유무념 공부’를 보면, 그 공부의 심천(深淺)을 들어 2개의 단계를 제시하고 있다.

[1] 처음에는 일이 잘 되었든지 못 되었든지 취사하는 주의심을 놓고 안 놓은 것으로 변수를 계산하나,

[2] 공부가 깊어지면 일이 잘되고 못된 것으로 변수를 계산하는 것이요⁴²⁾

1단계에서는 ‘주의심’ 여부를 중심으로 하고, 2단계에서는 ‘일의 결과’의 잘잘못을 중심

41) 『시창 13년 사업보고서』(1929).

42) 『정전』 제3 「수행편」 제6장 「일기법」.

으로 하자는 것이다. 이는 안으로 취사하는 주의심뿐만 아니라 밖으로 취사의 결과까지도 살펴 취사공부의 양면을 단계화한 것이다.

한편 대산은 『삼학공부』 중 ‘유무념 대조하는 공부’에서 유무념 공부의 4단계를 제시하고 있어 주목된다.

- [1] 첫째 **처음 공부할 때**는 이를 잘하고 못한 것을 가리지 않고 온전한 생각으로 취사 했으면 ‘유념’의 번수에 넣고, 설사 일은 잘 되었다 할지라도 온전한 생각으로 취사하는 마음을 놓고 했으면 ‘무념’의 번수에 넣어서 챙기는 마음을 주로 할 것이며,
- [2] 둘째 **조금 공부가 되어 가면** 일의 잘되고 못된 것으로써 유념, 무념의 번수를 계산하되 본교에서 하라는 삼학팔조, 사은사요, 술성요론 등과 말라는 계문을 표준으로 하되 특히 잘된 것으로 표준할 것이며,
- [3] 셋째 **더 능숙해지면** 경계수를 크게 잡아서 하루 네 때나 또는 하루를 한 경계로 잡고 마음이 끌리고 안 끌림을 표준삼되, 특히 잘된 것을 대중 잡을 것이며,
- [4] 넷째 **아주 능숙해지면** 하루와 한 달과 일 년간에 간단없이 일념이 계속되는 것을 표준삼되 정(靜)한즉 도심(道心)이 나타나고, 동(動)한즉 덕행이 나타나서 불지(佛地)에 계합자재(契合自在)하자는 공부이다.⁴³⁾

여기서 [1]단계인 ‘처음 공부할 때……’와 [2]단계인 ‘조금 공부가 되어 가면……’의 경우는 『정전』 「일기법」에 제시된 유무념 공부의 2단계와 대동소이한 것이다. 다만 [3]단계인 ‘더 능숙해지면……’과 [4]단계인 ‘아주 능숙해지면……’의 경우는 새롭게 더해진 것인데, 3·4단계의 경우에는 그 대조의 범위가 크게 확대되어 ‘하루’를 넘어서고, ‘한 달’ 혹은 ‘1년’까지도 그 공부 범위가 될 수 있다는 것이다.

이때 유무념 공부의 중심은 ‘외적 경계’에서 ‘내적 심경’으로 변화되고 있다. 즉 처음에는 매일의 경계 하나하나마다 그 번수를 기재하는 방식에서 조금 나아지만 그 마음이 경계에 끌리는지 안 끌리는지 여부, 나아가 간단없는 일념(一念)이 지속되는지 여부 등을 표준으로 할 정도까지 그 범위가 확대되고 있다. 이처럼 유무념 공부는 그 공부패턴과 조사방식이 서로 동일하다 할지라도 그 일의 결과와 그 대조의 범위에 따라 초보자에서부터 능숙한 자에 이르기까지 공부의 폭이나 깊이가 크게 달라질 수 있는 것이다.

4. 유무념 공부와 무시선

유무념 공부는 마음공부의 가장 기초적인 공부 패턴을 가진 것이지만, 그 공부 패턴은 무시선·무처선 공부까지 일관되고 있음을 살펴보았다. 이와 관련하여 유념·무념의 의미를 해설한 정산의 말에 주목할 필요가 있다.

43) 원불교법무실 편, 『대산종법사법문집』 제1권(익산: 원불교출판사, 1980), 33-34쪽.

착심 없는 곳에 신령하게 알고 바르게 행함이 유념이니 이는 생각 없는 가운데 대중 있는 마음
이요, 착심 있는 곳에 미혹되어 망령되어 행함이 무념이니 이는 생각 있는 가운데 대중이 없는 마
음이니라.⁴⁴⁾

여기서 ‘착심이 없는 곳’이란 말 그대로 ‘공적(空寂)’한 자리이고, ‘신령하게 아는 것’은 한 마디로 ‘영지(靈知)’의 작용이다. 유념의 의미를 공적영지의 작용으로 밝힌 것이다. 이는 『정전』 『무시선법』에서 “모든 분별이 항상 정을 여의지 아니하여 육근을 작용하는 바가 다 공적 영지의 자성(自性)에 부합이 될 것”⁴⁵⁾이라고 한 내용과 연결된다. 즉 ‘유무념 공부’는 일상의 경계를 대할 때 주의심을 가지고 마음을 챙기는 것부터 언제 어디서나 선을 할 수 있다는 ‘무시선법’에 이르기까지 일관하고 있음을 알 수 있다.

이러한 취지는 『시창 13년도 사업보고서』⁴⁶⁾에서 살펴볼 수 있는데, 여기서 유무념 공부는 ‘시비이해(是非利害)를 대조하여’ 당연(當然)과 부당(不當)을 판단하여 ‘하기 싫은 일이라도 당연하면 이행하고’, ‘하고 싶은 일이라도 부당하면 이행치 않는’ 공부로 정리될 수 있다. 즉 ‘시비이해’를 대조하고 분석하는 공부가 바로 ‘온전한 생각’, ‘온전한 판단’을 하는 공부인 것이다.

이는 무시선법의 강령인 “육근이 무사(無事)하면 잡념을 제거하고 일심을 양성하며, 육근이 유사(有事)하면 불의를 제거하고 정의를 양성하라.”⁴⁷⁾에서 육근 작용을 할 때, 즉 동할 때의 무시선 공부 내용과 상통한다. ‘유념’은 곧 시비이해를 대조하고 분석한 결과, 정당한 일[是]이면 죽기로써 행하고, 부당한 일[非]이면 죽기로써 하지 않는 것을 말하는 것이다. 이를 통해서 유무념 공부와 무시선 공부가 일관된 선상에 있음을 확인할 수 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이 ‘유념’하자는 것은 ‘온전한 생각으로 취사하는 주의심’을 챙기자는 것이며, 경계에 끌리고 안 끌리는 ‘대중심’을 잃지 말자는 것이며, 모든 분별이 다 ‘공적영지의 자성’을 여의지 말자는 것이다. 그러므로 ‘유무념 공부’는 일상생활의 경계 속에서 하는 마음공부의 출발점으로서 육근을 응용할 때에 온전한 생각으로 취사하는 주의심을 가지고 하는 공부이다. 한편 유무념 공부는 준비-실행-반조의 기본 패턴이 동시와 정시로 보완(반복)되고 확대되어 궁극에 가서는 마음공부의 귀결점이라 할 수 있는 ‘무시선 무처선’ 공부[동정간불리선(動靜間不離禪)]에 이르게 된다. 이상의 내용을 보면, 일상생활의 마음공부로써 제시된 유무념 공부는 상시공부의 기본 패턴을 담고 있으며, 그 변천과정에서 일기법의 한 조항 정도로 인식된 점이 없지 않지만, 한편에서는 대조범위의 확대가능성을 통해서 유무념 공부가 초보적이고 예비적인 공부에만 머물지 않음을 확인할 수 있었다. 이에 따라 유무념 공부의 수행적 의미를 정리해보고자 한다.

44) 『정산종사법어』 제6 「경의편」 22장.

45) 『정전』 제3 「수행편」 제7장 「무시선법」.

46) 『시창 13년도 사업보고서』(1929.3).

47) 『정전』 제3 「수행편」 제7장 「무시선법」.

IV. 유무념 공부의 수행적 의미

1. 삼학병진의 작업취사 공부

유무념 공부는 원불교의 교리체계상 정신수양·사리연구·작업취사의 삼학 중 작업취사 공부에 해당한다. 즉 ‘마음을 사용하는 공부’에 중점을 두고 있다. 작업취사 훈련과목으로는 ‘상시일기’·‘주의(注意)’·‘조행(操行)’이 제시되고 있는데, 이 가운데 유무념 공부는 상시일기의 한 조항으로 제시되고 있다. 그러다보니 유무념 공부를 작업취사(상시일기)유무념의 순으로 그 포함관계를 생각하는 경향이 있었다. 하지만 유무념 공부가 깊은 단계에 이르게 되면 오히려 그 반대로 상시일기의 주된 조사내용인 「상시응용 주의사항」 전체, 더 나아가 하루 24시간 전체, 혹은 한 달, 혹은 1년 동안이 다 그 대조의 범위로 할 수 있으며, 또한 그 공부도 외적 경계에만 머물지 않고, 내적 심경에 ‘온전한 정신’이 지속되는지 여부에 따라 무한히 확대될 수 있다.

‘상시일기’⁴⁸⁾는 기본적으로 「상시응용주의사항」 6개조의 공부를 조사 기재하도록 한 것이다. 「상시응용주의사항」은 다시 정(靜)과 동(動)으로 그 공부를 나누어 볼 수 있는데, ‘정할 때 공부’는 ‘노는 시간이 있고 보면’ 즉 ‘한가할 때’의 공부로 상시 기간 중에도 경전·법규(2조), 의두 연마(3조), 그리고 염불·좌선(4조) 등의 공부로 ‘학습상황’의 시간수를 기재하게 한 것이다. ‘동할 때 공부’는 ‘응용하는 데에 온전한 생각으로 취사’하는 공부(1조)를 중심으로, 사전에 미리 연마하는 공부(2조)와 모든 일을 처결한 뒤에 그 실행 여부를 대조하는 공부(6조)까지 연관된 것으로 ‘2조-1조-6조’가 반복되도록 한 것이다. 특히 1조에서 ‘응용하는 데에’라는 것은 ‘동시(動時)’를 의미하는 것으로 ‘심신(육근)을 작용할 때’를 말한다. 또한 ‘온전’·‘생각’·‘취사’는 각각 수양·연구·취사를 의미하는 것이다. 즉 유무념은 ‘동할 때 삼학을 병진하는 작업취사 공부’로서 일상생활에서 삼학을 함께 단련할 수 있게 한 것이다.

한편 정기훈련의 작업취사 과목 중 상시일기 외에도 ‘주의’와 ‘조행’이 있다. 주의는 “사람의 육근을 동작할 때에 하기로 한 일과 안 하기로 한 일을 경우에 따라 잊어버리지 아니하고 실행하는 마음”⁴⁹⁾을 말하고, 조행은 “사람으로서 사람다운 행실 가짐”을 말하

48) 작업취사 훈련과목의 변천 내용을 살펴보면, 1932년 발간된 『육대요령』까지는 ‘상시일기’가 포함되지 않고, ‘정기일기’만 취사과목에 포함되어 있었다. 당시 정기훈련에서는 염불·좌선·경전·강연·회화·(정기)일기 등 6과정을 위주로 훈련이 진행되는데, 상시일기는 처음(늦어도 1928년)부터 일상생활에서 단원들의 마음공부를 지도하기 위해 제정된 일기였으므로 정기훈련의 과목에는 포함되지 않았던 것이다. 그 대신 1931년 제정된 『통치조단규약』에 단원일기조사법과 유무념조사법으로 상세히 제시되고 있는 것이다. 이후 1943년 발간된 『불교정전』에 비로소 ‘상시일기’가 정기훈련 취사과목으로 포함된 것이다.

49) 『정전』 제3 「수행편」 제3절 「정기훈련과 상시훈련」.

며, “이는 다 공부인으로 하여금 그 공부를 무시로 대조하여 실행에 옮김으로써 공부의 실효과를 얻게”⁵⁰⁾ 하기 위하여 정기훈련의 과목에 포함시켜 미리 공부하도록 한 것으로, 주의와 조행은 취사를 할 때, 그 취사하는 주의심과 그 실행의 결과를 나누어 안과 밖으로 원만한 취사가 되게 하자는 취지가 담겨 있다.

정기훈련은 정해진 규율 속에 이루어지는 공부로 ‘법의 훈련’이고 ‘서로서로 하는 훈련’이라면, 상시훈련은 정기입선이나 예회에서 배운 ‘법’을 실생활에 활용하기 위한 ‘수행의 훈련’이고, ‘스스로 하는 훈련’이다. 그러므로 정기훈련과 달리 상시에 마음공부를 하기 위해서는 먼저 ‘하자는 조목과 말자는 조목’, 즉 ‘유무념 조목’을 정해야 한다. 정기훈련은 정해진 법과 규율이 있으므로 스스로 조목을 정할 필요가 없는 것이다. 이미 ‘하자는 조목’과 ‘말자는 조목’이 규율로 정해져 있기 때문이다. 다만 그 조목에 대하여 “사람의 육근을 동작할 때에 하기로 한 일과 안 하기로 한 일을 경우에 따라 잊어버리지 아니하고 실행하는 마음”, 즉 ‘주의’를 기울이면 된다.

또한 유무념 공부의 단계에서 볼 때, 처음에는 ‘일이 잘 되었든지 못 되었든지 취사하는 주의심을 놓고 안 놓은 것’을 중심으로 공부하고, 다음으로 ‘공부가 깊어가면 일이 잘 되고 못된 것’을 위주로 하는데, 여기서 1단계는 ‘주의’가 위주가 되어 ‘잊어버리지 아니하고 실행하는 마음’을 살피는 공부라면, 2단계는 ‘조행’이 위주가 되어 그 실행의 결과까지도 살피는 공부라 할 수 있다.

실제로 「상시용용주의사항」과 「교당내왕시주의사항」은 모두 “...주의할 것이요”라고 하여 ‘주의’할 것을 명시하고 있다. 그러므로 ‘취사하는 주의심’에 중점을 둔 유무념 공부의 1단계에 해당한다. 하지만, 그 실행의 결과를 염두에 두고 본다면, 유무념 공부의 2단계에 해당하는 것이다. 이렇듯 「상시훈련법」은 그대로 ‘유무념 공부’로써 실행된다고 할 수 있다.

이상에서 알 수 있듯이 작업취사[실행] 공부를 정기훈련에서는 상시일기·주의·조행의 취사과목으로 그 공부법을 배우겠지만, 일상생활에서는 유무념 공부가 중심이 되며, 이 유무념 공부는 동시(動時)에 삼학을 병진하는 취사의 공부가 된다.

2. 일상생활이 곧 마음공부

유무념 공부는 ‘스스로 훈련’인 상시공부의 첫 출발점이자, 상시훈련의 핵심 공부법이라 할 수 있다. 작다면 작지만, 크다면 큰 공부이다. 일상의 작은 경계에서 ‘온전한 생각으로 취사하는 주의심’을 챙기는 공부로부터 공적영지의 자성을 여의지 않는 무시선·무처선의 공부에 이르기까지 그 폭이 매우 넓고 다양하다. 경계마다 일마다 거기에 맞는 무

50) 같은 책.

궁한 방법이 가능하며, 언제 어디서나 누구나 할 수 있는 단순하면서도 효과적인 공부법이라 할 수 있다.

또한 자신의 기질이 변화되고 경계 속에서 마음의 힘을 얻어가듯이 자신의 가정과 직장에서 어려운 문제를 유무념 조항으로 정하여 함께 협력하여 해결할 수 있다. 이상의 내용을 바탕으로 유무념 공부의 수행적 의미를 다섯 가지로 정리하고자 한다.

첫째, 유무념 공부는 **스스로 공부할 조목을 정하는 자발성에 바탕을 둔 공부이다**. 일기 조사법에 만약 유무념 공부가 없다면 결국 정해진 항목을 조사기재하는 공부가 위주가 되어 ‘스스로 훈련’으로서 상시공부의 본래 취지가 퇴색할 수 있다. 유무념 공부는 스스로 항목을 정할 수 있다는 큰 장점을 가지고 있다. 일상생활에서 각자가 처한 경계는 매우 다양하며 거기에 대응하기 위해서는 다양한 공부법이 제시되어야 한다. 그러므로 상시공부는 자발성에 바탕을 둔 매우 유연한 공부가 되어야 한다. 즉 어떤 경계가 온다 할지라도 각자의 처지에 맞는 ‘유무념 조목’을 정할 수 있어야 한다.

둘째, 유무념 공부는 **하면 할수록 삼학병진의 취사력을 증진시키는 공부이다**. 즉 응용할 때 온전한 생각으로 취사하는 공부로 일상생활의 경계 속에서 수양·연구·취사의 삼학공부를 동시에 할 수 있는 공부이다. 유무념 공부는 유념과 무념을 나누는 기준으로 「상시응용주의사항」 1조에 제시된 ‘응용하는데 온전한 생각으로 취사하기’로 하는 동시(動時) 삼학병진의 공부이다.

셋째, 유무념 공부는 **실질적인 삶의 변화를 가져오는 공부이다**. 자신이 처한 문제 중 반드시 해결하기 위한 몇 가지를 유무념 조목으로 정하여 그것의 실행에 온 정신을 집중함으로써 어려운 문제를 해결함으로써 구체적인 삶의 변화를 가져올 수 있다. 개인뿐만 아니라 가정·직장·사회·국가의 현안을 ‘공동유무념’으로 함께 해결하는 데 합력을 이끌어 해결해 갈 수도 있다. 그러므로 유무념 공부는 개인수행을 통한 기질변화와 함께 단체조직의 체질변화를 이끌 수 있는 유용한 방법이 될 수 있다.

넷째, 유무념 공부는 **누구나 언제 어디서나 쉽게 할 수 있는 공부이다**. 유무념 공부는 단순하다는 면에서 언제 어디서나 누구나 쉽게 할 수 있다. 그리고 일상생활 자체를 공부화한 것으로 생활따로 공부따로 하지 않고 공부와 생활을 일치시킨 효과적인 공부법이다. 유무념 공부가 단순성과 효과성을 두루 갖추고 있다는 점에서 불법의 대중화와 수행의 보편화에 큰 역할을 할 수 있다.

다섯째, 유무념 공부는 **모든 공부의 성취를 위해서는 없어서는 안 될 공부이다**. 유무념 공부는 모든 수행에 다 적용시킬 수 있으며, 실제로 적용시켜야 그 일을 성취할 수 있다. 그런 점에서 아주 사소한 것에서부터 구경의 경지에 이르기까지 모든 마음공부가 그 효력을 발휘하기 위해서는 사실상 유무념 공부가 필요하다. 어떤 공부라 할지라도 ‘온전한 생각으로 취사하는 주의심’을 가지지 않는다면 그 공부의 실효과는 볼 수 없을 것이기 때문이다. 원불교에서 구경의 공부라 하는 무시선·무처선의 공부도 바로 이 기본 공부인

유무념 공부가 깊어지면 서로 만나게 되고, 이 유무념 공부를 통해서 비로소 그 구경의 성취도 가능하게 된다.

V. 나가며

지금까지 일상생활에서 마음공부로서 원불교의 유무념 공부를 살펴보았다. 유무념 공부는 1925년경 ‘유념무념대조법’이 실시되면서 본격적으로 시작된 것이다. 이어서 1928년경 ‘일기성적조사법’이 제시되면서 ‘유무념공부인’의 상당수가 ‘일기공부인’으로 옮겨가게 되며, 이후 유무념 공부는 일기법보다 초보적인 혹은 낮은 수준의 공부, 혹은 일기법 이전의 예비단계 공부로 인식되어 오늘에 이르게 되었다. 하지만 일기법 시행 이후에도 유무념 공부가 지속적으로 활용될 수 있었던 것은 유무념 공부만의 특징 때문이다. 즉 정해진 서식에 따라 진행되는 상시일기보다 좀 더 자유로운 공부라는 점, 폭넓고 다양한 문제를 유연하게 다룰 수 있는 점 등이다.

앞서 유무념 공부의 기본 공부 패턴[준비공부-실행공부-반조공부]을 통해서 일상생활의 삶 자체가 곧 마음공부가 될 수 있음을 보았다. 이를 통해서 유무념 공부가 자발성에 기초한 매우 유연한 공부이고, 일상의 경계에서 삼학을 병진하도록 하는 공부이며, 구체적인 문제에 대하여 실질적인 변화를 가져오게 하는 공부이고, 누구나 언제나 어디서나 할 수 있는 공부이며, 모든 마음공부가 그 실효과를 거둘 수 있도록 하는 공부라는 점으로 그 수행적 의미를 살펴보았다.

오늘날 마음공부가 단지 한 종교의 수행차원을 넘어서 널리 통용되어 가는 추세이지만, 일상생활에서 마음공부를 할 수 있다는 생각, 혹은 해야 한다는 생각은 여전히 통용되지 못하고 있는 것 같다. 특별한 시간이나 특별한 장소에서 특별한 시설이나 특별한 공부법에 의해서만 마음공부를 할 수 있다면 그것은 한정된 공부가 되고 말 것이다. 일상생활의 경계 속에서 무수히 반복되는 문제들을 직접 유무념 조목으로 정하고 경계를 대할 때 ‘온전한 생각으로 취사’하는 살아있는 마음공부가 된다면, 마음의 실력도 일취월장할 뿐만 아니라 개개인의 기질(氣質)에도 변화가 일어나고 삶의 조건들도 훨씬 풍요롭게 달라질 것이다.

참고문헌

- 『정전』, 『원불교전서』, 익산: 원불교출판사, 1977.
- 『대중경』, 『원불교전서』, 익산: 원불교출판사, 1977.
- 『정산종사법어』, 『원불교전서』, 익산: 원불교출판사, 1977.
- 『불법연구회규약』, 익산: 불법연구회, 1927.
- 『불법연구회통치조단규약』, 익산: 불법연구회, 1931.
- 『보경육대요령』, 익산: 불법연구회, 1932.
- 『시창 13년도 사업보고서』, 익산: 불법연구회, 1929.3.
- 『시창 14년도 사업보고서』, 익산: 불법연구회, 1930.3.
- 「선원일지」, 익산: 불법연구회, 1936-1940(영인본).
- 『월말통신』 1, 2, 6, 7호, 1928, 『원불교자료총서』 제I권, 익산: 원광사, 1984(영인본).
- 『회보』 41, 47, 48, 49, 50, 53호, 1938-1939, 『원불교자료총서』 제VIII권, 익산: 원광사, 1984(영인본).
- 원불교정화사 편, 『원불교교고종간』, 제5권, 익산: 원불교출판사, 1994.
- 원불교법무실 편, 『대산종법사법문집』, 익산: 원불교출판사, 1980.
- 고시용, 「원불교 전무출신에 대한 연구」, 『원불교사상과 종교문화』, 제48집, 익산: 원불교사상연구원, 2011.
- 김귀성, 「마음공부와 도덕교육 프로그램 개발의 방향」, 『원불교사상과 종교문화』, 제49집, 익산: 원불교사상연구원, 2011.
- 김성관, 「원불교 범위등급에 관한 연구」, 원광대학교 석사학위논문, 1976.
- 박병수, 「원불교 초기교단의 공부점검법-민간도교의 『공과격』과 관련하여-」, 『원불교사상』, 제23집, 익산: 원불교사상연구원, 1999.
- _____, 「원불교 교의에 수용된 도교사상의 연구」, 원광대학교 박사학위논문, 1996.
- 박희중, 「무시선법 중 경계에 대한 인식과 수행의 단계 고찰」, 『원불교사상과 종교문화』, 제42집, 익산: 원불교사상연구원, 2009.
- 양은용, 「원불교 소태산의 학교교육제도 수용과 교육사상」, 『종교교육학연구』, 제25권, 서울: 한국종교교육학회, 2007.
- 장진영, 「원불교 교역자제도 변천사 연구」, 『원불교사상과 종교문화』, 제46집, 익산: 원불교사상연구원, 2010.
- _____, 「불법연구회 교화단사」, 『정신개벽』, 제17집, 익산: 신통교학회, 2011.
- 최광현, 「원불교 무시선의 유·무념 공부에 관한 연구」, 『정신개벽』, 제16집, 익산: 신통교학회, 1997.
- 한용운 편, 『불교대전』, 이원섭 역주, 서울: 현암사, 1980; 2010(개정판).

원고접수 : 2011년 11월 14일 1차 심사 : 12월 6일 게재승인일 : 12월 18일

연구자소개 : 장진영

① 전공 : 불교학 / 소속 : 원광대학교 원불교사상연구원 마음인문학연구소

② 관심영역 : 불교사학, 원불교학

③ 주요논저 : 화엄경문답의 교판사상, 연기와 성기의 관계,
원불교 교역자 제도 변천사 연구

④ E-mail : jinsuwon@hanmail.net

Abstract

Mind Practice in Daily Life: With a Special Focus on the Practice of Checking Mindfulness and Unmindfulness

Jang, Jinyoung

Institute of the Mind Humanities, Wonkwang University

In modern society there is a growing preference for studying the mind from an experiential or practical level, rather than from an academic or theoretical one. Although it is important to engage in ‘Periodic Practice’ (Fixed-Term Training) by entering a professing training center and temporarily leaving behind one’s routine life, what is equally important is setting up a ‘Regular Practice’ (Daily Training) or a ‘Mind Practice in Daily Life,’ that integrates and is carried out in one’s life without abandoning one’s home or work environment.

Won-Buddhism established a teaching based on the buddhadharma suitable for this era, lifestyle, and public. Sotaesan enacted the ‘Dharma of Training’ in order to study the buddhadharma and apply it in one’s life regardless of whether one is ordained or lay. Among his teachings, Sotaesan taught the ‘Practice of Checking Mindfulness and Unmindfulness’ (abbreviation, PMU) designed to directly study the mind when faced with ‘Sensory Conditions (境界)’ in daily life. PMU follows three requirements: First is ‘preparation practice,’ which means setting up in advance ‘an article to do’ and ‘an article not to do.’ Second is ‘action practice,’ which means going on with one’s daily activities keeping in mind the pre-defined articles and ‘making choices with sound thought.’ Third is ‘reflection practice,’ which means investigating one’s level of study by accessing whether one was ‘mindfulness’ (有念), if making choices with heedfulness or ‘unmindfulness’ (無念), if making choices without heedfulness. These three points correspond with articles [1, 2, 6] of the ‘Items of Heedfulness in Daily Applications’ in the section called ‘The Method of Daily Training.’ Therefore, the PMU contains the basic pattern [or article 2.→article 1.→article 6. in ‘Item of Heedfulness in Daily Applications’] of daily study. Furthermore, the scope of the study expands by repeating ‘when to act’ and ‘when to rest,’ finally connecting mind study with the teaching on ‘Timeless Sŏn (無時禪) · Placeless Sŏn (無處禪).’

The PMU that carries out ‘The Method to Assess Mindfulness or Unmindfulness’ was practiced most widely in small edification groups composed of ten people called *Tan* around 1925. However, ‘The Method of Keeping a Dairy’ formally took effect around 1928, and since that time up until now ‘The Method to Assess Mindfulness or Unmindfulness’ has been considered a more basic method than that of keeping a diary.

However when the PMU is practiced at a deep level it takes on a completely new aspect. At the beginners level, the PMU depends on outside sensory conditions, but at the level of an adept, that practice depends on the inner state of the mind. So the scope of access greatly expands and the person at this level only studies how they are using their mind and body when in action or at rest without having to leave the original mind [or the self-nature of the void or calm and numinous awareness]. Therefore it becomes a living practice in which a person does not leave their original mind in daily life. PMU presents the most basic patterns in everyday life, making choices in action to progress the threefold study together, at the same time. And ultimately, anyone can do ‘mind practice’ regardless of time or place.

Key words: Mind Practice, Mindfulness, Unmindfulness, Practice of Checking Mindfulness or Unmindfulness, Keeping a Daily Dairy, Timeless Sŏn, Placeless Sŏn