

Danjeon-Practice in 'Kwan Um School of Zen' and Its Educational Meaning

Yongho Jo

Pusan National University

Abstract

[Objective] The purpose of this paper is to examine the theory of the Danjeon-Practice in 'Kwan Um School of Zen (KUSZ)', founded by Zen Master Seung Sahn, and to examine its implication for current education.

[Contents] To accomplish this purpose, we will first examine the theoretical underpinnings of Dan-jeon in KUSZ and then describe the methodological aspects Dan-jeon (丹田, dantian, elixir field) partice taught in KUSZ. The famous teaching of Zen master Seung Sahn, "Only don't Know," is directly relate to Dan-jeon. According to KUSZ's teaching, the head is considered the "center of thought," the chest the "center of emotion," and Dan-jeon the "center of action." Through Dan-jeon breathing, it's believed that we can achieve a balance between knowledge and emotion. And it's also a path that harmonizes with the world around it.

[Conclusions] Western-style modern education, introduced in the late 19th century, has long dismissed Eastern spiritual tradition and been characterized by a strong emphasis on intellectualism. in today's society, where conflict and tension are escalating, examining the Eastern tradition of balancing knowledge and emotions, and finding harmony between oneself and the world, can help us recognize the limitations of modern education and explore alternative approaches.

[Keywords] Kawn Um School of Zen, Zen Master Seung Sahn, Dan-jeon, Buddhist Education, Religious Education

* **Corresponding author** Yongho Jo (graduate student, Department of Teacher Education, Pusan National University)
E-mail : 100help@hanmail.net

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
Copyrights ©Korean Association for Religious Education

관음선종의 단전 수행론과 그 교육적 의미

조용호

부산대학교 교육학과 대학원생

요 약

[연구 목적] 본 연구의 목적은 송산행원 선사가 창종한 관음선종의 단전 수행론을 고찰하고 그것이 현재 교육에 주는 시사점을 살펴보는 데 목적이 있다.

[연구 내용] 관음선종의 핵심 선사상은 송산의 유명한 연구인 ‘오직 모를 뿐’이다. 관음선종에서 이 ‘오직 모를 뿐’은 단전과 직접적 연관성을 가지는데 그간의 연구들은 그것을 주목하지 않았다. 관음선종에서는 인체에서 머리를 ‘지식의 중심’, 가슴을 ‘감정의 중심’, 그리고 단전을 ‘모를 뿐의 중심’, ‘행동의 중심’으로 보며 호흡을 통해 머리와 가슴의 기운을 단전으로 끌어내리므로 해서 지식과 감정의 조화를 이룰 수 있다고 말한다. 그리고 그것은 주변 세계와의 조화를 이루는 길이기도 하며 그로 인해 상황에 따라 주변을 돕는 지혜로운 행위가 나타난다고 한다.

[결론] 19세기 말부터 도입된 서구식 근대 교육은 동양의 수행 전통을 배격하였으며 주지주의적 편향성을 강하게 지니고 있다. 갈등과 대립이 더욱 심해지고 있는 지금의 사회에서 지식과 감정의 조화, 그리고 나와 세계의 조화를 추구한 동양의 수행 전통을 살펴보는 것은 근대 교육의 한계를 인식하고 대안을 찾는 데 도움을 줄 것이다.

[주제어] 관음선종, 송산행원, 단전, 불교교육, 종교교육

I. 서론

“불교는 종교가 아닌 철학”이라고 일컬어지는 경우가 종종 있다. 우리는 이 말을 신중하게 생각해볼 필요가 있다. 물론 ‘종교’나 ‘철학’이라는 용어 자체가 그것을 정의하는 잣대와 사용되는 맥락에 따라 수없이 많은 갈래로 의미를 달리할 수 있기 때문에 “불교는 철학이다”라는 말을 완전히 그른 것으로 반박하기에는 무리가 있다. 그럼에도 불구하고 만일 불교를 철학으로만 볼 때 우리는 불교를 서양의 합리주의 전통에 종속시키거나 아니면 그에 미치지 못하는 못하지만 자못 대등한 전통으로 인식하는 잘못을 범할 우려가 크다. 무엇보다도 ‘철학’이라고만 할 때 거기에 ‘수행’은 배제되어 있다는 것이 가장 큰 위험성이다.

불교를 기독교와 더불어 ‘합리적 종교’라고 명명한 화이트헤드(A. N. Whitehead) 또한 그러한 우를 범했다고 볼 수 있다. 그는 “불교는 하나의 분명한 ‘형이상학적 개념’과 그것에서 파생되는 교리들과 더불어 출발했기 때문에 더 이상 발전하기 어려웠다(Park, 2019: 379)”라고 기술하였다. 여기서 ‘형이상학’을 ‘철학’이라는 말로 등치시킬 수 있다면 그도 불교를 일종의 ‘철학’으로 본 것이다. 그러나 그는 불교에서의 ‘깨달음’과 ‘수행’의 의미를 간과하고 있는 듯하다. 석가모니의 성도는 사변적 탐구로 얻어진 것이 아니라 수행, 더 좁게 말하면 호흡 수행을 통한 것임은 불교 전통을 가까이 접하는 우리뿐 아니라 이제 세계적으로도 널리 통하는 상식인 것이다. 우리는 “불교는 철학이다”라고 말해서는 안 되고 “불교에는 철학이 있다”라고 말하거나 “불교는 철학적인 면이 있다”라고 말하는 것이 옳다고 여겨진다. 불교에는 논리성과 체계성을 가지는 철학적 교리 외에도 ‘신앙’도 있고 ‘수행’도 있는 것이다.

필자는 교육의 관점에서 불교의 ‘수행’에 주목하고자 한다. 서구적 합리성은 이미 기존의 교육에서 충분히 강조되고 있고 ‘신앙’의 경우는 교육의 주제가 되기에 어렵다. 그러나 ‘수행’의 경우는 우리 교육의 주제가 되기에 충분하다고 본다. 사실 우리의 유·불·도의 전통 교육은 개인의 존재를 주체적으로 변화시키는 공부론이 그 핵을 이룬다. 마음에 관한 이론과 우주론 또한 그 공부론과 긴밀하게 연결되어 있다. 즉, 우리의 전통 교육은 주체적인 노력을 통한 인간 심성의 심화에 집중해 왔다고 볼 수 있다. 그리고 그것을 가능하게 하는 구체적인 방법론을 우리는 주로 ‘수행’이라고 하는 것이다.

그러나 우리가 경험하는 근대 교육에서는 ‘수행’을 거의 찾아볼 수 없다. 근대 교육(modern education)이라는 것은 동아시아 문명권의 입장에서는 곧 서구식 교육(western education)을 의미한다. 그런데 그 서구식 근대 교육은 서양의 이성주의, 즉 주지주의를 근간으로 한다. 한마디로 근대 교육은 주로 ‘정확하게 인식하고’, ‘분명하게 판별하고’, ‘많은 지식을 섭렵’하는 것에 교육의 목적을 두고 있는 것이다. 19세기 말과 20세기 초에 우리의 교육이 전면적으로 서구화되는 과정을 거치면서 전통 교육에 존재하던 수행과 그 수행에 대한 담론은 급격하게 교육의 장에서 밀려났다. 주지주의적 교육은 ‘대중화’를 이룬 반면 소수 지식인들의 고차원적 삶의 양

식이었던 심학적 의미의 수행은 교육적 ‘대중화’를 이루지 못하고 종교의 영역으로 한정되어 간 것이다. 근대전환기에는 교육이 우리 실천 수행의 가치를 미처 인식하지 못했다고 보여진다. 오히려 개화와 근대화를 가능하게 하는 ‘신교육’에 대비되는 수구적이며 비과학적인 교육으로 치부되어 거부되고 배제되어왔지 않은가 한다. 우리가 교육에 있어 ‘수행’에 주목해야 하는 이유는 전통 계승의 문제에만 국한되지 않는다. 왜냐하면 근대 교육이 ‘수행’을 배제함으로써 해서 ‘수행’이 우리 삶에 가져다줄 수 있는 이익 또한 심각한 결여의 상태에 있기 때문이다. 예컨대 불안의 해결, 고요하고 집중된 상태의 유지, 타인과의 조화로운 생활, 존재적 고양 등이다. 우리 삶에 직접적으로 필요한 이러한 실천적 문제상황에 대해 근대 교육은 속 시원히 해결해 주지 않는다. 근대 교육은 여전히 주로 개념적, 관념적 이해에만 경주하고 있다.

이렇듯 근대 교육이 가진 이러한 주지주의적 편향성을 인식하고 그 한계를 보완하기 위해서 우리는 전통 교육에 있어서 ‘수행’을 살펴볼 필요가 있다고 본다. 특히 선불교에는 수행의 전통이 아직도 강하게 이어지고 있다. 이러한 측면에서 필자는 한국의 선을 세계에 널리 알린 승산행원(崇山行願, 1927~2004)이 1983년 창종한 관음선종(觀音禪宗, Kawn Um School of Zen)의 수행이론과 그 실체에 대해 살펴보고 그것이 지금의 교육에 주는 의미를 숙고해보고자 한다.

관음선종은 대한불교조계종 홍법원에서 연원한다. 승산은 1966년 일본에 홍법원을 설치하여 본격적인 해외포교에 나섰으며 1972년 미국 프로비던스에 홍법원을 개원한 이래 유럽, 아프리카 등지까지 한국선을 선양하여 전 세계 5만여 명의 외국인 제자들을 두게 되었다(Jogye Order of Korean Buddhism, 2015: 241). 이후 미국의 제자들과 함께 행정상 효율과 단체의 응집력을 지원할 목적으로 1983년 관음선종을 설립하여 조계종에서 독립하게 되었다. 관음선종의 본사는 미국의 프로비던스 선원이며 현재 100개 이상의 선원과 수행 그룹이 있으며 40명 이상의 선사와 지도법사가 수행을 지도해 나가고 있다. 관음선종은 조계종 선 전통을 근간으로 하되 세계 각 지역에 맞게 토착화 되어 퍼져나갔다. 특히 승산이 1970년대 미국포교에서 그 지역의 문화에 알맞게 남녀의 차별을 없애고 재가자와 승려의 차별을 없앴 것은¹⁾ 조계종과 대별 되는 관음선종의 큰 특징을 이루고 있다(Choi, 2015: 77-85). 관음선종은 선수행에 있어서도 하나의 특징을 보이는데 그것은 바로 하단전(下丹田, 이하 단전)을 매우 강조한다는 것이다. 이에 본 고에서는 관음선종의 단전 수행론을 고찰하고자 한다.

원불교 전통에서 바로 이 하단전을 이용한 단전주선(丹田住禪) 강조해온 것은 익히 알려진 바이다. 그에 관한 연구논문도 2019년까지 16편에 이르며(Choi, 2020: 7), 최근에는 수행 경험에 관한 질적 사례 연구도 이루어졌다(Lim, 2024). 그러나 조계종 계통의 선불교 전통에서 단전은 비교적 덜 강조되고 있는 것처럼 여겨지며,²⁾ 그러한 만큼 연구도 거의 없는 실정이다. 관

1) 참고로 현재 관음선종에서 조계종의 개념으로 ‘종정’(school zen master)이라고 볼 수 있는 성향선사(Barbara Rhodes)는 여성이면서, 재가자이자, 성소수자(동성애)이다.

음선종에 관한 연구는 주로 숭산행원의 포교 활동 및 선사상과 관련한 논문에서 거론되는 것을 제외하면 거의 없다고 볼 수 있다. 이는 창종 이후 40년이 지나는 동안 국내외적으로 활발하게 선의 전통을 이어오고 있음에도 학계나 일반에 ‘관음선종’이 아직 구체적으로 인식되지 않았음을 의미한다. 숭산행원에 관한 수많은 연구에서는 종종 관음선종의 수행론이 등장하기는 하지만 관음선종에서 강조한 ‘단전’은 거의 언급되어 있지 않다.³⁾

단전호흡의 실증적 효과성을 연구한 논문은 50편 이상에 이르며 대체로 의학 분야 및 체육 분야가 주를 이루고 있다(Han, 2019: 795). 이는 고대로부터 도교 및 신선도의 내단사상이 장생 및 건강에 집중하였던 것과 동일한 선상에서 이해될 수 있다고 보여진다. 그런데 단전 수행을 교육의 관점에서 살펴본 선행연구는 거의 없다고 볼 수 있다. 이에 본 글은 관음선종의 단전 수행의 수행이론과 그 실재를 고찰하고 그것이 지금 우리의 교육에 주는 시사점을 찾아 본다.

위의 목적을 이루기 위해 관음선종을 창종한 숭산의 법어 및 그의 미국인 전법제자이자 현재 계룡산 숭산국제선원무상사 조실로 있는 대봉(大峰, 1950~)의 법어에 나온 단전 수행론을 고찰한다. 주로 문헌에 나타난 법어를 분석하지만 단전 수행의 실재를 살펴보기 위해 동영상의 법어를 참조하기도 한다.⁴⁾ 이러한 자료로 단전이 관음선종의 선사상과 어떠한 관련이 있는가를 살펴보고 단전 수행을 통해 이루고자 하는 목적이 무엇인가를 살펴며 단전수행의 실재도 서술한다. 이를 통해 관음선종의 단전 수행론이 갖는 교육적 시사점을 도출하며 그 한계점도 논의한다. 본 글은 관음선종의 전체 수행을 다루지 않는다. 관음선종은 대체로 하나의 수행만을 강조하지 않고 절, 염불, 주력, 참선 등 다양한 방법을 아우르고 있다. 이 글은 단전과 관련된 참선 및 호흡법에만 주목한다. 또한 이 글은 단전의 역사적 연원과 개념에 대해 심도 있게 다루지는 않는다. 특히 관음선종의 단전 수행론이 어떤 도교적 수련 형태에서 파생되었는가 하는 것도 중요한 주제다. 관음선종의 단전 수행은 조선 중기 이후 형성된 단학과에서 행한 기공(氣功)과의 관련성이 짐작되는 데 그에 관한 것은 본론에서 간략하게 다루고 좀 더 세부적인 연구는 차후의 과제로 미룬다.

- 2) 일례로 조계종 종정이었던 성철(1912~1993)은 단전을 관하는 것이나 단전호흡은 수행 중 상기(上氣) 증상을 다스리는 데 필요할 뿐이지 화두 참선과는 본질적으로 관련이 없다고 하였다(Won tack, 2016: 105-106). 그러나 이러한 말은 선가의 수행에 단전을 중시하는 풍토가 널리 존재함을 반증하는 단서가 될 수 있다. 예를 들면 전강(1898~1974)과 그의 제자 송담(1927~)은 단전 수행을 특히 강조하고 있다.
- 3) 어쩌면 의도적으로 ‘단전’에 관한 기술을 피하는 느낌마저 준다. 이는 단전의 강조가 단학으로부터 이어진 근대 신종교의 수행작법과 연결되는 심상을 주기에 불교적 연구에서 무의식적으로 금기시되는 것은 아닌가 한다.
- 4) 동영상 자료의 경우 인용 시에 본 학회지의 문헌 인용방식을 따르며 쪽수를 내용이 나오는 시간(분)으로 표기하고자 한다. 그리고 참고문헌에는 링크를 첨부한다.

II. 관음선종의 단전 수행론과 실제

1. 관음선종 단전 수행론의 연원

동양의 수련법은 주로 호흡에 기초한다고 볼 수 있는데 그 구체적인 행법은 매우 다양하다고 볼 수 있다. 그중 단전호흡은 내단도교 및 신선도에서 연원하였으며 그것은 유교 및 불교의 수행법에도 일정 부분 영향을 미쳤다. 단전은 일반적으로 배꼽 아래 지점인 하단전을 의미한다.

관음선종의 단전 수행론은 곧 창종자인 송산행원의 단전 수행론과 같다 할 수 있다. 그렇다면 송산행원의 단전 수행론은 어디에서 연원하였을까? 기존의 송산 관련 자료에는 송산이 어떤 과정을 통해 단전의 중요성을 받아들이고 단전 수행론을 구성하였는지 드러나 있지 않다. 다만 그의 단전 수행론은 그가 활동하던 시기에 나타난 국선도(國仙道) 및 한국합기도의 단전호흡과 유사한 맥락을 가지고 있는 것으로 보인다.⁵⁾ 더 거슬러 올라가면 이들은 조선시대 실천 수행적 수련도교인 단학파의 전통과 연결 지어볼 수 있다. 단학파는 유·불·선 삼교합일의 정신을 지향하는데 실제로 단학파라 불리는 이들 가운데는 승려와 유학자들이 많았다(Yang, 1996: 95). 단학파는 임진왜란 이후로 사자상승의 맥이 형성되는데 그들의 영향은 유교 및 불교뿐 아니라 민간에도 널리 퍼졌으며 단학파의 수행법은 현대의 신종교 및 새로운 수행단체의 수련법에도 영향을 미치고 있다(Yang, 1996: 94). 이런 역사적 맥락과 비슷하게 송산도 1950년대 말 30세 무렵 신선도를 하는 송만성⁶⁾의 무리와 조우하게 되는데 그는 만성에게 참선을 가르치고 송만성은 신선도의 술법을 가르쳤다고 한다(Seung Shan, 1988: 83). 단학의 방계라고 볼 수 있는 이러한 무리들과 승려의 교유가 현대에도 이어졌음을 송산의 예를 통해 볼 수 있는 것이다. 송산의 단전 수행론은 그 전수과정은 명확히 드러나지 않지만 조선으로부터 이어져 불교계나 민간에 전수되며 변용된 단학파의 수행법이 영향을 미쳤다고 추론할 수 있다.

단전 수행 전통에서 단(丹)은 생명에너지를 의미하고 전(田) 모인다는 뜻을 가지고 있어 ‘기운이 모이는 자리’라는 뜻이 된다(Han, 2019: 792). 도교의 수행에서 정(精)-기(氣)-신(神)의 수련과정이 정식화되어있음은 주지의 사실이다. 물질적 차원인 정(精)이 축적되고 연마되면 기능적, 에너지적 차원인 기(氣)로 승화되며 기(氣)가 연마되면 영적, 깨달음의 차원인 신(神)으로 전화하는 것이다. 단전 수행 전통은 기(氣)의 보존과 운용을 특히 중시한다.

- 5) 국선도의 단전 수행론에서 머리(상단전)가 지각작용, 가슴(중단전)이 정서작용, 단전(하단전)이 기운의 중심에 배대되는 것은 후술할 관음선종의 단전 수행론과 흡사한 면이 있다. 또 합기도에서는 단전호흡을 통해 무념 상태의 부동심에 이르는 동시에 나의 기운과 외부 세계의 기운이 조화를 이루도록 하는데 이를 합기(合氣)라고 한다. 이는 관음선종의 단전 수행론과 매우 유사하다. 실제로 송산과 대봉은 단전호흡과 관련한 법문에서 합기도에서 말하는 합기를 예를 들곤 하였다.
- 6) 인물 미상이나 송산의 회고에 의하면 신통조화의 술법에 능통하여 그가 살던 일대에서 상당히 유명했으며 송산이 불교정화운동에 참여하여 화계사를 정화할 때도 만성의 힘을 빌렸다고 한다.

관음선종의 단전 수행도 기를 중시하는 측면이 있다. 그러나 관음 선종의 단전 수행의 목적은 축기나 기의 운용에 집중하지 않는 편이다. 동시에 신통력이나 폭발적 에너지의 방출 또는 불로장생에도 크게 관심을 두지 않는다. 관음선종의 단전 수행론은 위로는 깨달음을 얻고 아래로는 사람들을 돕는 불교의 대의에 목적을 두고 있다. 이점에 관음선종 단전 수행론의 차별성이 있다.

2. '오직 모를 뿐'으로서의 단전

승산과 그가 창종한 관음선종의 핵심적인 가르침은 바로 '오직 모를 뿐'이다. 이 '오직 모를 뿐'에 대한 지금까지의 국내 연구를 일별하면 다음과 같다. 우선 승산에 대한 학문적 연구를 처음으로 종합적이고 체계적으로 진행한 최용운은 '오직 모를 뿐'의 역설(力說)이 승산선의 고유한 특성이라고 기술하였다. 그리고 그것은 생각 이전의 자리인 '무심(無心)', 또는 '근본 마음 자리[本原心]'라고 설명한 승산의 법어를 인용하였다(Choi, 2015: 40). 더 나아가 최용운은 승산선의 특징이 '선의 실천성 강조'에 있다고 말하며 '무심'이 체(體)라면 그것을 바탕으로 한 '대비심(大悲心)'의 실천이 용(用)이 되어 이 둘이 체용 관계 속에 상호 불가분의 연관을 가지고 있다는 점을 지적하였다. 조용호는 최용운의 연구를 참고로 하여 승산의 '오직 모를 뿐'과 그것의 실천적 측면인 '오직 할 뿐'의 체용적 관계를 좀 더 상세히 규명하고자 하였다(Jo, 2020).

신규택은 '오직 모를 뿐'이라는 발상이 보리달마(菩提達磨)와 양나라 무제(武帝, 464~549)의 일화인 『벽암록』 1칙 '달마불식(達磨不識)'과의 연관성이 크다고 보며 고영섭이 주장한 승산의 스승 고봉 경욱(古峰景昱, 1890-1961)의 영향설을 보류하였다.⁷⁾ 그러면서 '오직 모를 뿐'은 진여의 마음을 체험하게 하는 화두 관찰법이라 하면서 그것은 선의 '혁명'이나 '변질'이 아니라 오히려 선종의 본래 정신을 현대에 되살린 것으로 평하였다(Shin, 2016). 김범년 또한 그의 석사논문에서 '오직 모를 뿐'은 한 가지 화두를 참구한다는 측면에서 화두참선법이며 입실참문에 서도 '오직 모를 뿐' 화두를 이어간다는 측면에서 조사선(祖師禪)의 공안참구법과 유사하다고 하였다(Kim, 2014). 박준호 또한 이러한 점에 주목하여 '오직 모를 뿐'이 선종 초기의 조사선으로부터 이어진 한국 간화선 전통과 맥을 같이 한다고 보았다(Park, 2020).

'오직 모를 뿐'을 화두나 공안으로 이해한 연구와는 달리 김유정은 '오직 모를 뿐'이 승산 법문의 핵심이며 수행의 수단인 동시에 목표인 모든 것이라고 하였다. 즉, '오직 모를 뿐'이 곧

7) 필자는 신규택이 말한 '달마불식'과의 연관성에 찬성하지만 고영섭의 주장한 것처럼 스승 고봉 경욱의 영향도 크다고 본다. 고봉은 '다만 알지 못하면 그것이 성품을 보는 것이다(但只不會 是即見性)'라는 지눌의 말을 자주 인용하였으며 그의 비문에도 부기(付記)되어 있을 정도다(Seung Shan, 1992: 97). 그리고 세속 제자인 활연에게 주는 법문에 승산의 '오직 모를 뿐'의 선사상과 거의 유사한 내용이 나타나 있다(Seung Shan, 1992: 117-121).

‘진여(眞如)’를 의미한다는 것이다. 그러면서 ‘오직 모를 뿐’은 세 가지 방식으로 활용된다고 논하였는데 첫째, 꼭 막힌 마음인 벽관(壁觀), 둘째, 일체 경계(境界)에 물들지 않는 무념(無念), 셋째, 의단(疑團)으로서의 모르는 마음이 그것이다(Kim, 2017).

필자는 ‘오직 모를 뿐’이 수행이자 ‘참 존재’ 그 자체로 본 김유정의 논의가 송산선의 본의에 좀 더 가깝다고 본다. 그러나 ‘오직 모를 뿐’의 실수(實修)적 측면이 좀 더 보완되어야 한다고 생각된다. 송산선의 ‘오직 모를 뿐’은 수행의 측면에서 단전과의 관련성을 빼놓을 수가 없는 것이다. 이를 알아보기에 앞서 송산이 인간의 신체를 이해하는 방식을 살필 필요가 있다.

대부분의 사람들은 에너지가 머리에 있거나 가슴에 모여 있다. 머리는 ‘생각의 중심’이고 가슴은 ‘감정의 중심’이다. 머리에 중심을 두는 것은 생각을 복잡하게 하고 에너지를 올라가게 한다. 생각을 머리와 가슴에서 내려놓아라. 단전이 의지와 행동의 중심이 되도록 해야 한다. 생각이 천천히 단전에 모여 안정되면 생각과 감정도 맑아진다(Seung Sahn, 2010: 96).

이처럼 송산은 인체 기운의 중심점을 머리, 가슴, 단전의 세 가지로 나누어 설명하고 있다. 그리고 머리와 가슴을 각각 ‘생각의 중심’, ‘감정의 중심’으로 설명한다. 우리 신체에 직접적으로 가해지는 물리적 고통이나 피로 혹은 병으로 인한 통증 외에 우리가 겪는 고통은 대부분 생각이나 감정에서 비롯된다. 그리하여 머리카 가슴에 과도하게 집중하거나 기운을 모으게 되면 여러 가지 심리적, 감정적 고통을 겪게 될 가능성이 크게 된다. 생각과 감정은 상대성을 지닌다. 머리에 생각이 많으면 시비선악의 점점에 빠져 한시도 쉬지 못하게 될 것이며 가슴의 감정에 과도하게 집중하게 되면 좋아하고 싫어함, 기쁨과 두려움의 갈마들 속에서 편안함을 구하기가 어려울 것이다. 그리하여 머리와 가슴이 아닌 단전에 중심을 두는데 이는 생각과 감정을 아예 막아버리는 것은 아니다. 오히려 단전에 중심을 두게 되면 생각과 감정이 맑아진다(be clear)는 것이다.

그가 1986년 구소련 정신문화협회의 초청으로 모스크바에서 개최된 ‘문화적·정신적 지도자들의 역사적 회합’에 참가하여서는 다음과 같이 단전에 대해 이야기 하고 있다.

다음은 유기학적으로 (인간을)살펴보자. 사람은 음식을 먹고 사는 동물이다. 그 음식이 위장에서 소화되어 에너지가 되어 단전으로 전부 모인다. 그것을 원기(元氣)라 한다. 아무 생각이나 욕망이나 화를 내지 아니하면 그 원기는 그대로 있어 중심이 단단한 사람이지만, 망령된 생각과 행동을 하면 모두 원기가 머리로 올라가 소비되고 마는 것이다. 단전에 원기가 없으면 중심없는 사람이 되어 바른 견해를 가질 수가 없다. 단전호흡을 잘하면 공기 속에 막대한 에너지가 신체 속에 들어가 머리 속에 있는 뇌의 때를 깨끗이 벗겨주고 또한 우주를 싸고 있는 대기와 하나가 되어 대우주의 에너지가 나의 몸으로 들어와 신통조화를 부릴 수 있는 것이다. 나아가 자성을 깨달아 대도를 성취하게 된다(Disciples of Zen Master Seung Sahn, 2000: 180).

송산의 말에 의하면 단전은 우리 몸의 본래 에너지, 즉 원기(元氣)의 중심이다. 그리고 공기가 둘러싸고 있는 대기(大氣)는 우주 에너지의 중심이다. 그런데 단전호흡을 통하면 이 원기와 대기가 하나로 통해지는 합기(合氣)가 일어나게 된다. 그렇게 되면 우주의 에너지를 내 몸을 통해 쓸 수 있기 때문에 여러 가지 일을 할 수 있게 되는 능력을 가지게 되는 것이다.⁸⁾ 그러나 단전의 역할은 그러한 세속적 능력의 성취에만 있는 것은 아니다. 단전호흡을 통해서 자성을 깨달아 대도를 성취할 수 있게 된다고 말하고 있다. 즉, 송산에게 있어서 단전과 단전호흡은 수행의 핵심적 요소인 것이다.

그러나 단전호흡의 목적은 여기에만 그치지 않는다. 다음은 참선과 세계평화의 관계에 대하여 묻는 제자에게 답하는 송산의 법어다.

우리의 마음도 이와 같아. 수행을 막 시작한 단계에서는 중심이, 이 센터가 탄탄하지 못해. 단전에 힘이 없단 말이야. 자신에게 있는 정신 에너지를 깨닫지 못해. 그런데, 보거나 느끼지는 못해도 그 힘은 내부에 있어. 특별한 게 아니야.

세계평화, 아주 간단해. 세계 평화란 너의 정신에너지가 다른 사람의 정신 에너지와 조화를 이루고, 더 나아가 이 세계와 조화를 이루는 것을 말하거든. 힘끼리 조화를 이루면 균형이 잡혀. 그게 전부야. 그러나 먼저 자기 자신과 조화를 이루어야 해. 요새 많은 사람들이 세계 평화를 주장해. 그런데 이 사람들을 보면 바깥 세계의 평화를 이루겠다고 하면서도 정작 속으로는 ‘좋다’ ‘싫다’는 마음을 강하게 갖고 있어. 어떤 것은 끔찍이 좋아하고 어떤 것은 끔찍이 싫어해. 이 전부가 마음이 만들어 내는 불협 에너지에서 비롯되었어. 그러니 세계평화를 못 이루는 거야(Hyeon Gak, 2009: 139).

단전이 약한 사람은 상대적인 마음에 강하게 빠지게 된다. 그리하여 세계평화를 주장하면서도 정작 다른 사람과의 조화로운 관계를 이루지 못하게 되는 것이다. 그것은 그들의 주장에 문제가 있어서라기보다는 그 표면적인 주장 이면에 자기 자신과도 조화를 이루지 못하고 주변과도 조화를 이루지 못하게 하는 시비(是非)나 호오(好惡)의 상대적인 생각과 감정이 너무도 강력하게 자리하고 있기 때문이다. 머리와 가슴에서는 이러한 상대적인 불협 에너지가 나타나지만 단전에서는 조화를 이룰 수 있는 균형 잡힌 에너지가 나타난다는 것이다.

그렇다면 송산선의 슬로건이라고도 볼 수 있는 ‘오직 모를 뿐’과 단전은 어떤 관련이 있는지 다음의 법어로 살펴보기로 한다.

찰나찰나 나의 견해와 성장과 환경에서 벗어나 나의 마음을 허공과 같이 지니면 나의 업이 소

8) 위 인용문은 송산행원선사문도회에서 송산이 영어로 말한 것을 한글로 번역한 것이다. 이 인용문에서 ‘신통조화’라는 말은 번역 과정에서 다소 잘못 선택된 말인 듯하다. 필자는 그 원래의 의미가 ‘여러 가지 일을 할 수 있게 되는 능력’이었을 것으로 본다.

떨어져 원기(元氣)와 공기(空氣)가 합기(合氣)가 되어 대우주의 힘이 나의 힘이 되므로 내가 원하는 바 아니 되는 것이 없다. 참선이란 나의 자성을 깨달아 올바른 길과 진리의 생활을 하자는 데 있으므로 일체를 방하착(放下著)하고 시심마(是甚麼), “즉 이것이 무엇인가? 모를 뿐.” 인 그놈을 자나 깨나 끌고 나갈 때 중심이 탄탄하여 부동심이 되어 어떠한 주장이나 환경이나 감정도 시달리지 아니하고 나 자신을 100% 믿는 사람이 된다(Disciples of Zen master Seung Shan, 2000: 300-301).

승산은 ‘이뭇고’ 화두를 들며 ‘모를 뿐’의 상태를 유지해나가면 단전이 점점 강해진다고 말한다. 그렇게 되면 외부의 경계에 쏠리지 않는 대자유인이 된다는 것이다. 이는 외부에 힘없이 끌려 들어가지 않고 자신에 대한 믿음[自信]을 강조한 임제선(臨濟禪)의 종풍과 연결지어 이해될 수 있다. 그런데 승산선에서는 이러한 자유를 가능케 하는 핵심 동인에 엄연히 단전의 역할이 있는 것이다. 승산의 전범 제자인 대봉(大峰, 1951~)⁹⁾은 단전과 ‘모를 뿐’을 더욱 직접적으로 연결 지어 말한다.

만약에 여러분이 에너지를 머리에 두게 되면, 많은 생각과 많은 욕망, 많은 고통이 따릅니다. 만일 에너지를 가슴에 두게 되면, 너무 많은 감정이 일어납니다. 감정은 상대적인 생각(opposite thinking)에서 나옵니다. “나는 좋아해, 좋아하지 않아.” “이 사람은 좋고, 이 사람은 나쁜.” 또 ‘삶과 죽음’. 어떤 종류의 상대적인 생각이든 감정을 만들어 냅니다. 여러분이 에너지를 머리에 두면, 너무 많은 생각과 욕망이 일어납니다. 여러분이 에너지를 가슴에 두면 너무 많은 감정이 일어나구요. 그러면 진리(truth)에 기초하지 않은 이 상대적인 생각들이 더 강해집니다. 그러나 여러분이 에너지를 이 아래로 끌어내리면, 자신의 생각과 의견을 소화(digest)할 수 있고, 자신의 감정을 소화할 수 있고, 상황을 소화할 수 있습니다. 그러면 지혜가 나타납니다. 그래서 머리를 생각의 중심(thinking center)이라고 말하고, 가슴은 감정의 중심(emotion center), 단전은 “할 뿐”의 중심(do it center)이라고 말합니다. (승산)선에서는 “모를 뿐”의 중심(don't know center)라고 합니다. 또한 직관(intuition), 알아차림(perception)의 중심이라고도 합니다.¹⁰⁾

대봉도 마찬가지로 머리를 생각의 중심, 가슴을 감정의 중심이라고 말한다. 머리에서 나타난 호오, 시비의 상대적인 생각이 감정을 형성한다는 것이다. 이렇게 머리와 가슴에 집중을 하게 되면 현실 세계를 있는 그대로 보지 못하고 소아(小我)의 주관적 관념에 따라 왜곡시키게 되는 것이다. 그로 인해 상황에 적절하게 행동할 수 있는 지혜가 드러나지 않게 된다. 그런데 대봉은 이러한 생각과 감정을 차단시키거나 배척하라고 말하지 않는다. 대신 소화(digestion)를 얘기한다. 호흡을 통해 머리와 가슴에 있는 기운을 단전으로 끌어내리는 것을 음식물이 내장 기관

9) 계룡산에 있는 승산국제선원 무상사 조실이며 관음선종 아시아 지부 대표 선사다.

10) https://www.youtube.com/watch?v=jwHQmZP9mGI&list=PLxJZH3xhecBjPL-nN1JRuSenU_ZWNjbEI

에 흡수되는 것처럼 소화의 과정으로 설명하고 있는 것이다. 그렇게 하면 우리가 음식물에서 힘을 얻듯 자신의 생각과 감정뿐만 아니라 처한 상황까지도 감당할 수 있는 힘이 생긴다는 것이다. 외부적인 상황은 사실 그 자체로 시비선악이 있는 것이 아니다. 우리의 생각과 감정이 외부 상황을 시비선악 혹은 호오로 인식하게 만드는 것이다.

그러면서 대봉은 단전을 ‘할 뿐’의 중심, ‘모를 뿐’의 중심이라고 한다. ‘오직 할 뿐’은 ‘오직 모를 뿐’과 함께 관음선종의 대표적인 슬로건이다. 머리와 가슴이 각각 생각과 감정의 중심이라면 단전은 ‘행동’과 ‘무심’의 중심이 되는 것이다. 이렇듯 송산선을 기반으로 한 관음선종에서는 ‘오직 모를 뿐’이라는 체(體)와 그것의 현실적 기능인 ‘할 뿐’이라는 용(用)이 결국 단전이라는 구체적인 신체적 부위 속에서 교호(交互)하고 있는 것이다. 다음 절에서는 관음선종 단전 수행의 실재를 살펴본다.

3. 단전 수행의 실제

1) 자세와 호흡

관음선종에서의 좌선의 자세는 일반적인 선불교 좌선법과 크게 다르지 않다. 가부좌나 반가부좌를 하고 척추를 세우고, 눈은 살짝 뜬 상태로 고개를 살짝 숙여 45도 아래 바닥을 보며 손은 단전 앞에서 오른손을 왼손 밑바닥에 깔고 양 엄지손가락을 맞닿아 둥글게 만들어 앉는 것이다(Senug Sahn, 2010: 309). 그런데 실제 관음선종에서는 좌선의 자세에 대해 엄격하게 규제하지 않고 있다. 기본은 전통적 좌선 자세에 두지만 각 개인의 상황에 따라서 각자가 안정적이고 편안한 자세를 찾을 수 있도록 다양한 형식을 허용하고 있다. 그리고 의자를 사용할 수도 있다. 이는 호흡에 있어서도 마찬가지다. 근기에 따라 다양한 방식이 있을 수 있기에 특정한 호흡법만을 고집하지는 않는다.¹¹⁾

그러나 송산이 단전호흡법으로 제시한 방법은 관음선종에서 여전히 중요한 수행법으로 받아들여지고 있다. 호흡의 중요성에 대해 송산은 다음과 같이 말하고 있다.

호흡을 통제할 수 있으면 마음을 통제할 수 있다. 천천히 숨을 내쉬고 들이쉬며 따라 생각도 천천히 밀므로, 밀므로 가라앉는다. 에너지가 천천히 배꼽 아래 단전에 모이기 시작하면 생각도 덜 복잡해진다. 참선 수행에서 마음을 두는 곳은 항상 우리의 중심, 즉 단전이다(Seung Shan, 2010: 96).

이는 그저 자연스럽게 일어나는 호흡을 관찰하는데 더 집중하는 위빠사나와는 조금 차이를 이룬다. 여기서는 호흡을 단지 가만히 두는 것이 아니라 단전에 마음을 둔 채 호흡을 천천히

11) 이는 관음선종 아시아 선원인 무상사 결제에 참가해 본 연구자의 경험이다.

해나가는 의식적인 노력이 관여되어 있는 것이다. 호흡과 마음은 깊이 연관되어 있다. 마음이 불안하면 호흡이 얇고 가빠지며 마음이 평온한 상태에서는 깊은 호흡이 가능한 것이다. 역으로 호흡을 깊게 하면 평온한 마음을 얻을 수 있는 것이다.

관음선종에서는 숨을 들이쉴 때 배가 나오고 내쉴 때 배가 들어가는 복식호흡을 권장한다. 그리고 들이쉬는 숨보다 내쉬는 숨을 두 배 정도 길게 하도록 한다. 2초 동안 숨을 들이마셨다면 3초 정도 동안 내쉬고, 3초 들이쉬었다면 7초 정도 내쉬고, 5초 동안 들이마셨다면 10초 정도 내쉬는 식인 것이다. 그러나 이것을 너무 억지로 하거나 틀에 맞춰서 하지는 않는다. 자연스럽게 하다 보면 천천히 호흡하는 습관이 생기고 생각과 감정을 소화할 수 있게 되는 것이다.

2) 선유 호흡법

관음선종에는 ‘선유’라는 호흡법이 있다. ‘선유’가 한문으로 번역된 것은 없으나 대봉이 그것의 의미를 ‘zen play’로 말한 것을 보면 ‘禪遊’라고 보여진다. 이 선유(禪遊)라는 글자는 역사적 용례를 찾기 어려우나 송산이 체조의 의미를 ‘놀이’로 규정한 것이 아닌가 한다. 이 호흡 운동은 복잡한 생각을 가라앉히기 힘든 현대인들을 위해 송산이 직접 만든 것이라고 한다.

선유는 앞서 말한 단전호흡을 기반으로 거기에 간단한 신체 동작을 결합한 것이다. 동작은 크게 ‘좌선자세’와 ‘다리를 뻗거나 누워있는 자세’로 나뉜다. 대봉은 이들 동작 중에서 스스로에게 편안하게 느껴지는 하나를 선택해서 하루에 10-20분 정도를 수행할 수도 있고 그중 네 가지를 선택해서 각각 5분씩 실천할 수도 있다고 말한다. 각각의 동작은 단계를 지니고 있는 것은 아니며 개인의 상황에 따라 유연하게 실천될 수 있다. 선유의 모든 동작은 숨을 들이쉬는 부분과 내쉬는 부분으로 나누어져 있다. 그리고 앞서 말했듯이 내쉬는 숨은 들이쉬는 숨의 두 배로 한다. 다음은 ‘좌선자세’의 선유 동작들을 표로 나타낸 것이다.

<표 1> 선유 호흡법(계속)¹²⁾
<table 1> Seon-yu Breathing Exercise (continued)

호흡		단전으로 들이쉬는 숨	단전으로 내쉬는 숨(들숨보다 더 천천히)
동작	1	손을 무릎에 놓은 상태에서 전완(前腕)을 천천히 들어 올린다.	다시 무릎으로 천천히 손을 내린다.
	2	손을 무릎에 놓은 상태에서 팔 전체를 천천히 들어 올린다.	다시 무릎으로 천천히 손을 내린다.
	3	가슴 앞에서 합장한 상태로 합장을 천천히 풀며 손바닥을 앞으로 내민다.	다시 가슴 앞 합장 상태로 돌아온다.
	4	가슴 앞에서 합장한 상태로 합장을 천천히 풀며 손바닥을 위로 내민다.	다시 가슴 앞 합장 상태로 돌아온다.

<표 1> 선유 호흡법(계속)¹³⁾
 <table 1> Seon-yu Breathing Exercise (continued)

호흡		단전으로 들이쉬는 숨	단전으로 내쉬는 숨(들숨보다 더 천천히)
동 작	5	가슴 앞에서 합장한 상태로 합장을 천천히 풀며 손바닥을 위로 내민다.	손바닥을 앞을 향한 채로 팔로 큰 원을 그리며 내려와 단전에서 손이 만나게 한 후 다시 가슴 앞 합장 상태로 돌아온다.
	6	5의 동작을 빠르게 3번 한 후 손바닥을 감싸 쥐고 손바닥의 맥박을 느낀다. 그리고 맥박을 느낄 때마다 속으로 “관세음보살”을 염한다.	
	7	가슴 앞에서 합장한 상태로 합장을 천천히 풀며 손바닥을 위로 내민다.	손바닥을 앞을 향한 채로 팔로 큰 원을 그리며 내려와 단전에서 손이 엇갈리게 교차하여 합장한다.
		엇갈린 손을 안쪽으로 세 번 돌리며 머리 위로 들어 올린다.	다시 손바닥을 앞을 향한 채로 팔로 큰 원을 그리며 내려와 다시 단전에서 손이 엇갈리게 교차하여 합장한다.

전체 동작은 크게 들이쉬는 숨과 내쉬는 숨으로 나누어져 있으며 총 8가지의 동작으로 되어 있다. 이 동작들의 공통적인 특징은 숨과 동작을 천천히 하되 항상 의식은 단전에 두고 내쉬는 숨을 들이쉬는 숨의 두 배 길이 정도로 더 천천히 한다는 것이다. 이렇게 하면 단전에 기운이 잡히며 복잡한 생각도 끊을 수 있게 된다고 한다.

앞서 밝혔듯 관음선종에서는 단전이 ‘오직 모를 뿐’의 중심이며 ‘무심’의 자리이다. 선행연구들에서 밝힌 바를 고려해보면 관음선종에서는 단전이 진여(眞如)의 자리라고까지 말할 수 있는 것이다. 조계종 계열의 선불교 전통에서는 화두 참선이 잘되도록 하기 위해 단전에 주목하는 경우가 많다. 즉 상기(上氣) 증상이 일어나지 않도록 하고 마음을 차분하게 가라앉히게 하기 위하여 단전호흡을 이용하는 것이다. 그러나 관음선종에서는 단전 자체가 무심의 자리이고 또 이 타행을 실천하는 근원이 되는 자리이다. 그리하여 화두 참선법만을 고집하지 않고 단전을 강화할 수 있는 선유라는 체조적인 호흡을 고안하여 현대인들이 쉽게 생각과 감정을 소화하고 기운을 내릴 수 있도록 한 것이다.

12) 표는 2021년 대봉이 선유 호흡법에 대해 설명한 유튜브 영상의 내용을 정리하여 나타낸 것이다.
https://www.youtube.com/watch?v=jwHQmZP9mGI&list=PLxJZH3xhecBjPL-nN1JRuSenU_ZWNjbEI

Ⅲ. 관음선종의 단전 수행론이 주는 교육적 시사점

1. 지식과 감정의 조화와 행동

캐나다의 교육철학자 키렌 이건(Kieran Egan, 1942~2022)은 19세기 말에 일어난 근대 공교육에 가장 직접적이고 큰 영향력을 미친 사상가로 허버트 스펜서(Herbert Spencer, 1820~1903)를 꼽고 있다. 사회 진화론으로 유명한 스펜서가 끼친 영향은 일반적으로는 물론 교육학계에도 오랫동안 잘 알려져 있지 않았다. 그러나 1860년대 출판된 그의 저서 *Education: Intellectual, Moral and Physical*은 세계적인 베스트셀러가 되면서 당시 19세기말 교육가들에게 심오한 영향을 미쳤으며 그것은 근대 학교 설립을 위한 교육사상의 바탕을 형성하였다(Kieran Egan, 2002: 2-5). 그리고 그 영향은 지금까지 이어져 오고 있다.

허버트 스펜서의 영향을 받은 일본의 교육학자 능세영(能勢榮)은 스펜서의 개념을 지육(智育), 덕육(德育), 체육(體育)으로 번역하여 체계화 시켰다. 그 영향을 받은 기무라 도모지(木村知治)의 『신찬교육학』이 1890년대에 조선에 도입되고 1895년 반포된 고종의 「교육입국조서」에는 지·덕·체의 삼육체계(三育體系)가 반영되게 된다(Kim, 1996: 78-83).

이후 1910년대에는 이 지·덕·체 개념이 인간의 감정을 배제하였다고 하여 이에 대한 대안으로 인간의 심리에 주목한 지·정·의(知·情·意) 개념이 등장하였다. 지·덕·체와 지·정·의는 100년이 넘는 근대 교육을 줄곧 지배한 개념이었다. 이 말들이 요즘 교육학계에서는 특별히 언급되지는 않지만 여전히 이 개념들은 교육의 당연한 전제로 받아들여지며 교육 과정과 내용에 영향을 미치고 있는 것으로 보여진다.

그런데 필자가 문제 삼고자 하는 것은 과연 지식, 도덕, 몸, 감정, 의지가 분리될 수 있는가 하는 것이다. 스펜서의 삼육체계는 지·덕·체의 균형적인 발달을 위해, 특히 당시 교육의 지·덕 편중성을 극복하고자 체육의 중요성을 강조한 노력이라고 볼 수 있다. 그러나 문제가 되는 것은 이렇게 교육의 범주를 나누는 순간 우리는 그것들을 분리된 것으로 인식하게 되고 그러한 교육으로 형성되는 인간도 앎과 도덕 그리고 감정이 분리될 수 있는 위험성이 생기게 되는 것이다. 실제로 지금 우리 교육에서는 고등교육을 받은 사람도 이런 앎, 도덕, 감정의 부조화로 인해 고통을 겪는 경우가 많다.

관음선종의 단전 수행은 이러한 부조화를 해결할 수 있는 방법을 제공한다. 관음선종에서는 머리의 지식에 과도하게 집착하거나 가슴의 감정에 과도하게 집착하면 삶과 주변에 문제와 고통을 일으킬 수 있다고 보고 있다. 그렇다고 하여 지식과 감정을 부정하는 것은 아니다. 단지 호흡을 매개로 하여 머리의 기운과 가슴의 기운을 자연스럽게 단전으로 끌어내리면 지식과 감정이 상황에 알맞고 조화롭게 기능한다는 것이다. 그리고 그것으로부터 나오는 행위는 자연스럽게 주변을 돕는 것이 된다고 보고 있다. 이렇게 지식과 감정 그리고 행동이 조화롭게, 그리

고 타인을 위해 기능하는 것을 관음선종에서는 ‘지혜’라고 하는 것이다.

2. 주지주의적 편향성 극복

서구식 교육학이 지·덕·체 혹은 지·정·의의 균형적인 발달을 주장하였으나 여전히 우리의 근대 교육은 주지주의적 편향성을 극복하지 못하고 있다고 본다. 이 점은 서론에서 밝혔듯 근대 교육이 서양의 이성주의와 합리주의 전통에서 비롯되었기 때문이다.

반면 동양의 ‘심학(心學)’ 전통은 몸으로 하는 수행을 강조한다. 그것은 근대적 체조에서 볼 수 있는 기계적이고 타율적인 움직임이 아니다. 유교, 불교, 도교의 몸 수행은 호흡을 기반으로 하되 몸과 마음을 면밀히 알아차리고 마음을 비우며 또는 기(氣)를 체험하는 등 섬세한 영적, 내면적 체험을 위한 움직임이다. 그러나 근대 교육은 이러한 수행 전통을 전혀 중요하게 생각하지 않았고 교육학의 대상으로 전혀 고려하지 않았다. 안경식의 지적대로 이제 교육학계에서 수행을 중시하는 ‘심학적 담론’은 거의 사라질 위기에 처해 있는 것이다(Ahn, 2011: 119). 만일 우리가 유교, 불교, 도교의 가르침을 여전히 이성주의적 전통에 따라 ‘철학적’으로만 접근한다면 그 가르침들이 주고자 하는 ‘개인의 구원’으로부터 이탈될 가능성이 있을 뿐 아니라 복잡하고 무의미한 교리적 논쟁에서만 헤맬 위험성이 있다. 그런 의미에서 수행의 ‘요체’를 직접적이고 솔직하고 과감하게 드러낸 관음선종의 단전 수행론은 큰 의의를 가진다고 본다. 그리고 우리가 이러한 류의 수행 전통을 들여다봄으로써 지금의 근대 교육이 가진 주지주의적 편향성을 여실히 인식하게 되고 그것을 극복을 위한 방안의 논의도 어쩌면 시작될 수 있다고 본다.

IV. 결론

근대 전환기 신교육의 유입과정에서 전통 교육에서 강조되었던 마음의 이론과 그에 따른 수행의 전통은 급격히 단절되었고 우리 교육은 서구적 합리주의와 주지주의 일변도로 선형화되었다. 주체적 노력을 통한 몸과 마음의 긍정적 변화를 꾀하는 수행은 종교적 영역으로만 국한되었고 그로 인해 수행론은 교육 담론에서 배제되었다. 이제 근대 교육의 한계를 물어야 하는 시점에서 우리 전통 교육의 수행론은 교육적으로 재해석되어 적용될 필요가 있다고 여겨진다. 특히 선불교는 아직까지 수행 전통을 온전히 보전하고 있으며 그에 대한 탐구의 하나로 본고는 관음선종의 단전 수행론에 주목하여 연구를 진행하였다.

관음선종의 단전 수행론은 조선중기부터 내려온 단학사상의 영향을 간접적으로 받은 듯하지만 그 목적은 불교에서 강조하는 무심의 증득과 타인을 돕고 조화로운 삶을 영위하는 ‘보살도’에 초점이 맞추어져있다. 관음선종의 슬로건인 ‘오직 모를 뿐’과 ‘오직 할 뿐’은 무심과 행동의

중심인 단전과 관련이 밀접한 관련이 있다. 단전 수행을 통해 머리의 사고작용, 가슴의 정서작용을 조화시켜 상황에 올바른 행동을 해나간다는 것이 관음선종 단전 수행론의 핵심이다. 그것을 이루기 위해 참선 수행뿐 아니라 선유 호흡법이라는 체조를 고안하기도 하였다.

이러한 단전 수행론을 통해 우리가 얻을 수 있는 시사점은 그간의 교육학에서 분리된 것으로 믿고 따로 교육할 것이라고 믿었던 지·덕·체의 합일이며 또 지식 교육에만 한정된 근대 교육의 주지주의적 편향성의 극복의 가능성이다.

다만 이러한 시사점 이외에 관음선종의 단전 수행론은 다음과 같은 한계점을 지닌다. 첫째, 교육계에 단전 수행에 대한 대중적 인식 기반이 부재하다는 것이다. 근대 교육의 인성론은 주로 서구의 인격심리학의 이론을 따르고 있으며 인간의 문제를 수행, 마음공부, 비움을 통한 존재 근원과의 접촉에서 해결하기보다는 치료, 부가, 형성을 통한 ‘사회화’를 통해 해결하려고 하고 있다. 물론 후자의 방법도 유효한 방법이지만 동양의 인성론과 그에 따른 수행론, 공부론도 이론적, 실증적 측면에서 재검토될 필요가 있다. 교육에서 수행이 경시되는 상황에서 통속적으로 자주 신비주의로 취급되는 단전 수행이 교육학계에 진지하게 받아들여지기에는 많은 연구와 시간이 필요하다고 생각한다. 무엇보다 본 고에서 하지 못했던 교육 현장의 실증적 연구가 절실히 요청된다고 하겠다. 그래야만 실제 교육 현장에 적용 여부가 검토될 수 있을 것이다. 둘째로는 수행법 자체의 한계다. 단전 수행은 잘못 운용하였을 때 상기(上氣)가 일어나 도리어 심신에 악영향을 미칠 수 있음이 불교 및 도교의 수행전통에서 빈번히 드러난다. 또 개인의 체질과 성품에 따라 단전 수행은 유효한 경우도 있고 그렇지 않은 경우도 있을 것이다. 그리고 세 부적인 호흡 수련법도 개인에 따라 다를 수 있다. 관음선종의 단전 수행론이 일반적인 효과가 있을지 또한 실증적 연구를 통해 검증이 필요한 부분이다.

현재 우리 사회는 대립과 분열로 치닫고 있다. 세대 간, 남녀 간, 정치적 신념 간의 강한 대립과 갈등이 일상적 삶을 영위하는 인간의 실존에 직접적으로 영향을 끼치고 있다. 그로 인해 많은 사람들은 힘겨워하기도 하기도 하고 때로 약물에 의존하기도 한다. 그 점은 교육 현장에서도 마찬가지다. 많은 교사들이 학생, 학부모, 동료 교사와의 갈등으로 인해 정신적 고통을 겪고 약물의 도움을 받기도 한다. 교육이라는 가치를 추구하고 비교적 안전을 보장받는 교직 사회에도 이러한 고통이 만연하다면 교육 현장 밖의 사회는 그 정도가 더욱 심하다고 볼 수 있다.

그런데 지금 우리의 교육이 이러한 문제들을 해결하는 데 도움을 주고 있다고 믿는 사람은 이제 많지 않을 것이다. 오히려 우리의 교육은 타인과의 조화로운 삶이 아닌 경쟁을 유도하고 있다. 심지어는 스스로를 돌아볼 시간적 기회를 박탈함으로써 자기 자신과도 조화를 이루지 못하게 하고 있는 것은 아닌가 한다. 이런 점에서 우리는 수행을 중시한 우리의 여러 교육 전통들을 교육적 측면에서 재발견해야 하고 또 그것을 교육에 도입하는 노력을 기울여야 한다고 생각한다. 그러한 수행은 나, 타인, 세계와 조화를 이루는 데 목적을 두고 있기 때문이다.

References

- Ahn, G. S. (2011), Zen Master Ma Zu's Thought and Its Educational Meaning. *The Journal of Educational Idea*, 25(3), 119-138.
- Choi, M. C. (2020). *A Study on Sitting Meditation of Won-Buddhism*. Unpublished Doctoral Dissertation, Wonkwang University.
- Han, S. M. (2019), Empirical Values of Danjeon Breathing through Related Studies Analysis. *Journal of Eastern-Asia Buddhism and Culture*, 9, 791-804.
- Jo, Y. H. (2020), A Study on 'Only Don't Know' of Zen Master Seung Sahn (崇山) and Its Educational Meaning. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 44, 665-687.
- Kieran Egan (2002), *Getting It Wrong from the Beginning: Our Progressivist Inheritance from Herbert Spencer, John Dewey, and Jean Piaget*. New Haven & London: Yale University Press.
- Kim, B. N. (2014). *An Investigation on the Seon Thought for the Seungshan Hangwon*. Unpublished Master's Thesis, Dongguk University.
- Kim, Y. J. (2017). *A Case Study Seung Sahn's Propagation of Korean Buddhism in America*. Unpublished Master's Thesis, Dongguk University.
- Lim, J. O. (2024), A Qualitative Case Study on the Long-Term Practice of Won-Buddhism Danjeonju Meditation. *Won-Buddhist Thought & Religious Culture*, 99, 41-87.
- Musangsa (2021. 10. 14.), *Seon-yu Theory Zen Master Dae Bong*. Retrieved 2025. 8. 2, from https://www.youtube.com/watch?v=jwHQmZP9mGI&list=PLxJZH3xheeBjPL-nN1JRuSenU_ZWNjbEI
- Park, J. H. (2020). *A Study of Sungsan Haengwon's Thought and His Spreading Buddha's Dharma toward Oversea*. Unpublished Doctoral Dissertation, Dongbang Culture University.
- Park, S, Y. (2019). Whiteheadian View of Buddhism. *The Journal of the Korean Association for Buddhist Studies*, 89, 363-394.
- Seung sahn. *Only Don't Know: Selected Teaching Letters of Zen Master Seung Sahn*. 은석준 옮김 (2009). 오직 모를 뿐. 서울: 물병자리.
- Shin, G. T. (2016). Zen Master Seung Sahn's Seon Thought. *Studies of Seon Culture*, 21, 7-41.
- Yang, E. Y. (1996). The Expansion and a Regimen Though of Training. *Korean Association for the History of Religions*, 4, 53-35.
- 김성학 (2016). 서구교육학 도입의 기원과 전개. 서울: 문음사. (Translated in English) Kim, S.

- H. (2016). *The Origins and Evolution of Western Education in Korea*. Seoul: Mooneumsa.
- 대한불교조계종 교육원 (2015). 조계종사 근·현대편, 서울: 조계종 출판사. (Translated in English) Jogye Order of Korean Buddhism (2015). *The Modern and Contemporary History of Jogye Order*. Seoul: Jogye Press.
- 승산 (1988). 천강에 비친 달. 서울: 이화문화사. (Translated in English) Seung Sahn (1988). *Moonshine on Thousand of Rivers*. Seoul: Yihwamunhwasa.
- 승산 (1992). 고봉경옥대선사 겹외가. 서울: 고봉경옥대사문도회. (Translated in English) Seung Sahn (1992). *Zen Master Ko bong's Songs of Outside Kalpa*. Seoul: Disciples of Zen Master Ko bong.
- 승산 (2010). 선의 나침반. 서울: 김영사. (Translated in English) Seung Sahn (2010). *Compass of Zen*. Seoul: Kimyoungsa.
- 승산행원선사문도회 (2002). 세계일화 가는 곳마다 큰스님의 웃음. 서울: 불교춘추사. (Translated in English) Disciples of Zen master Seung sahn (2000). *Whole World is Single flower: Zen Master's Laughter in Wherever He Goes*. Seoul: Bulgyochunchusa.
- 최용운 (2015). 승산행원의 생애와 사상. 서울: 운주사. (Translated in English) Choi, Y. W. (2015). *Life and Thoughts of Zen Master Seung Sahn*. Seoul: Woonjusa.
- 현각 (2009). 부처를 쏘라. 서울: 김영사. (Translated in English) Hyeon Gak (2009). *Shoot the Buddha*. Seoul: Gimyoungsa.