



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)



석사학위논문

# 중용개념의 수양치료적 해석

제주대학교 사회교육대학원

심리치료학과

이아를

2023년 12월

# 중용개념의 수양치료적 해석

지도교수 서 명 석

이 아 루

이 논문을 사회교육학 석사학위 논문으로 제출함

2023년 12월

이아룰의 사회교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 \_\_\_\_\_ (印)

위 원 \_\_\_\_\_ (印)

위 원 \_\_\_\_\_ (印)

제주대학교 사회교육대학원

2023년 12월

The Interpretation of Zhōng Yōng Concept by  
Self-Cultivation Therapy

A-Ryul Lee  
(Supervised by Professor Myoung-Seok Seo)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement  
for the degree of Master of Social Education [Master of  
Psychotherapy]

2023. 12.

This thesis has been examined and approved.

.....  
Thesis director, Myoung-Seok Seo, Prof. of Psychotherapy

.....  
.....  
.....  
(Name and signature)

.....  
Date

Department of Psychotherapy  
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL EDUCATION  
JEJU NATIONAL UNIVERSITY

# 차 례

국문초록 .....	iii
<b>I. 서론 .....</b>	<b>1</b>
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구방법 .....	3
<b>II. 증용의 선이해 .....</b>	<b>5</b>
1. 성-도-교 패러다임 .....	5
2. 증용의 개념 .....	9
<b>III. 증용의 수양 .....</b>	<b>12</b>
1. 성(誠)과 성지(誠之)로 본 천인합일(天人合一) .....	12
2. 인(仁)과 의(義), 그리고 증용과의 접점 .....	16
<b>IV. 증용의 수양치료적 적용 .....</b>	<b>19</b>
1. 수양치료의 의미망 .....	19
2. 증용개념의 수양치료적 해석 .....	23
<b>V. 결론 .....</b>	<b>29</b>
참고문헌 .....	31
ABSTRACT .....	34

## 그림 차례

[그림 I-1] 리콕르 해석학 모형 .....	3
[그림 I-2] 연구틀 .....	4
[그림 II-1] 성-도-교 패러다임 .....	6
[그림 III-1] 사계, 천도 그리고 인도의 순환 .....	13
[그림 III-2] 천인심성합일지도 .....	14
[그림 IV-1] 치료의 개념망 .....	19
[그림 IV-2] 중용개념의 수양치료 개념망 .....	21

국 문 초 록

## 중용개념의 수양치료적 해석

이 아 름

제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과

지도교수 서 명 석

이 연구는 『중용(中庸)』을 통해 중용의 개념을 알아보고, 중용을 우리의 일상으로 가져올 수 있는 수양치료적 해석을 하기 위한 것이다. 연구자는 철학적 연구방법인 텍스트 해석학을 활용하였으며, 그중 리콤폴트 해석학을 연구방법으로 채택하였다. 이를 위하여 연구자는 『중용』의 텍스트 중 서명석(2021a)의 『『중용』 완전정복: 오역 없이 제대로 읽기, 그 새로운 지평을 열다』를 기본으로 삼고, 그 안에서 중용의 개념을 이해하고 수양치료적 해석을 하였다.

오늘날 중용보다는 인욕(人慾)에 빠진 현대인들은 중용(中庸)을 지키지 못하고 그 반대인 반중용(反中庸)의 삶을 살며 인성(人性)이 파괴된 병든 삶을 산다. 심신(心身)이 병든 현대인들에게 자신의 본성을 스스로 치료할 수 있는 방법이 필요하다. 수양은 자신 안에 내재된 생명력을 키우는 것과는 같으며, 스스로 행할 수 있다는 점에서 수양에 대한 관심은 커지고 있다. 수양을 행할 때, 중용을 축으로 하여 수양치료를 할 수 있다면 건강한 본성을 유지하며 살아갈 수 있을 것이다.

연구자는 중용의 수양치료적 해석을 하기 위해 중용이 무엇인지를 알아보고, 중용이 수양과 어떻게 접속하는지를 찾았다. 그런 다음 중용개념이 지니는 수양

치료적인 의미를 어떻게 해석할 수 있는가를 연구하였다. 중용은 본성의 관점에서 최적의 알맞음을 찾아 그것을 흔들림 없이 지속적으로 유지하는 것이다. 연구자는 『중용』을 독해하는 과정에서 중용이 수양과 만나는 접점을 천인합일과 인의(仁義)로 보았다. 천인합일은 천도와 인도가 만나 하나가 되는 것이다. 천도의 운행방식인 원·형·이·정이 성(誠)이다. 인욕에 빠진 현대인은 천도의 운행방식처럼 인도의 인·의·예·지의 궤도대로 운행하려면 의도적인 노력인 성지(誠之)를 필요로 한다. 이때 『중용』에 표현된 사람됨인 인(仁)과 마땅함인 의(義)가 중용개념과 만나 수양치료를 어떻게 해야 하는지를 열어준다.

연구자는 중용을 기반으로 수양을 행하고 이 수양을 통해 치료가 가능하게 하는 것으로 중용개념의 수양치료 개념망을 제시하였다. 이 개념망은 인욕에 빠진 현대인들이 어떻게 하면 스스로 성(誠)을 실현해나가고 중용을 행할 수 있을지를 보여준다. 이는 현대인들에게 본성치료의 세계를 열어 밝힌다.

※ 주요어: 성(誠), 성지(誠之), 수양치료, 중용(中庸), 천인합일(天人合一)

# I. 서론

그러므로 지극한 참마음은 멈추지 않는다

[故 至誠無息].

— 『중용(中庸)』 <26-1>

## 1. 연구의 필요성 및 목적

이 시대에 왜 중용인가? 이것이 이 연구의 시작이다. 최근 뉴스기사들을 한번 들여다보자.

추석 연휴 빗발치는 제주 112신고.. 데이트 폭력 78% ‘홀쩍’(김재연, 2023)

퇴출 위기의 틱톡, 이번엔 ‘아동사망·노인학대’ 챌린지까지(김은성, 2023)

비상식적인 내용의 헤드라인은 정도(正道)를 넘은 인성(人性)이 파괴된 인간의 모습을 보여주고 있다. 매일 뉴스에서는 이처럼 자극적이고 충격적인 내용이 보도되고 있으며 이는 허구가 아닌 진실이라는 것이 현재 우리 사회의 현주소이다. 위 뉴스의 헤드라인은 데이트폭력, 학대 등 심신(心身)이 병든 모습으로 삶에 균형을 잃은 현대인들의 모습이 드러난다. 이처럼 삶 속에서 균형을 잃고 인욕에 빠져 극단의 모습으로 살아가는 현대인에게는 중용이 필요하다. 중용은 기준설정을 알맞음[中]에 두고 그 기준인 중(中)을 우리가 살아가는 동안에 언제나 지속하고 유지[庸]하는데 있다(서명석, 2021a: 37). 하지만 현대인들은 인욕에 빠져 중용의 반대인 반중용(反中庸)의 엉망인 삶을 산다.

반중용의 삶을 사는 현대인들에게 스스로 치료를 할 수 있는 방법으로 주목하는 것이 ‘수양’이다. 우리가 몸과 마음을 닦아 질성(質性)을 더 높은 경지로 끌어올리는 활동을 수양이라고 한다(서명석, 2018a: 62). 수양은 스스로 심신을 돌볼

수 있고, 시간과 장소에 구애받는 활동이 아니다. 이 때문에 우리가 병든 심신을 자가 치료를 할 수 있다는 점에서 수양은 주목할 만하다. 중용을 하는 방법을 몰라서, 시간이 없다는 핑계로 우리는 수양과 먼 삶을 살고 있다. 연구자는 이런 수양을 행하기 위해 중용을 소환하였다.

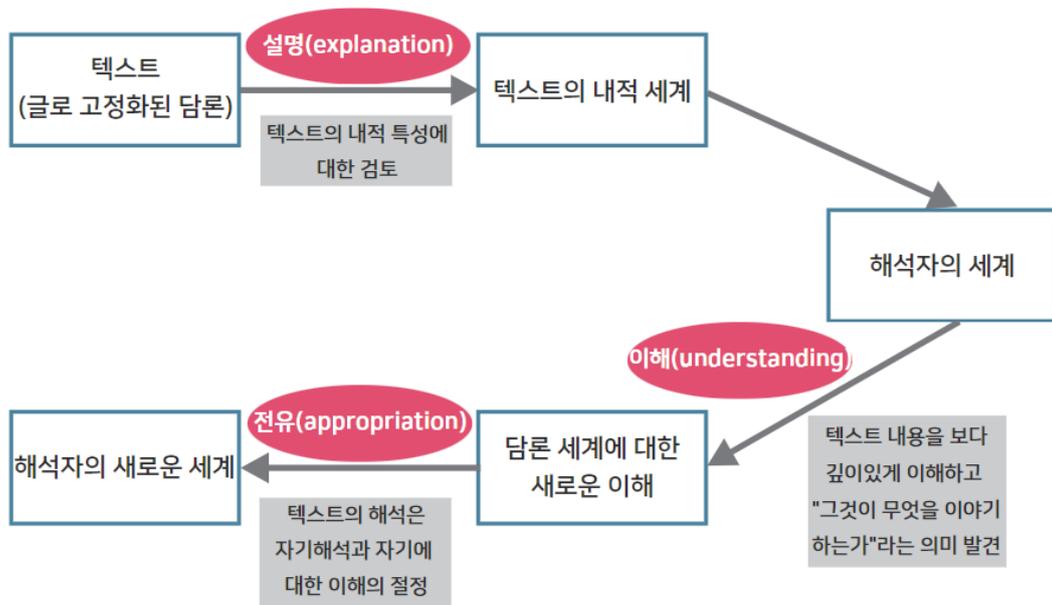
병은 치료의 대상이다. 반중용의 삶을 살아 심신(心身)이 병들 때마다 매번 의학적 치료나 심리치료를 받을 수 없다. 그래서 연구자는 중용(中庸)의 본질적 의미를 이해하고 나아가 병든 심신을 치료하는 수단으로 수양치료를 가지고 올 것이다. 수양치료는 심리치료의 한 수단으로 활용가능한데, 스스로 활용할 수 있다는 것이 수단 그 이상의 의미를 갖는다. 그래서 이 논문의 목적은 중용의 개념과 그것의 이론을 바탕으로 수양치료적 해석을 하는 것이다.

중용(中庸)을 잃어버린 이 시대, 수양을 잃어버린 이 시대에 중용(中庸)의 명확한 의미를 알지 못하는 현대인들을 위하여 중용(中庸)의 개념을 먼저 짚을 것이다. 중용개념을 분석하고 수양치료적 해석을 할 것이다. 오늘날 삶의 균형이 깨진 현대인들이 치료대상의 대상이며, 치료방법은 수양이 된다. 연구문제를 다음과 같은 질문으로 제시한다.

- 중용(中庸)을 무엇이라 말하는가?
- 중용은 수양(修養)과 어떻게 접속하는가?
- 중용(中庸)개념이 지니는 수양치료적 의미는 어떻게 해석할 수 있는가?

## 2. 연구방법

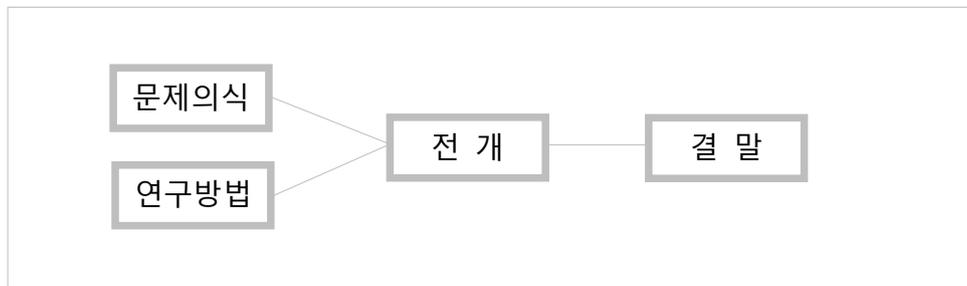
연구자는 연구문제를 해결하고자 철학적 연구방법 중에서 텍스트 해석학을 활용하였으며, 그 중에서 리콰르 해석학을 연구방법으로 채택했다. 구성하는 핵심은 ‘소격화, 설명, 이해, 전유’이다. 리콰르 해석학 이론의 과정은 ① 0수준: 소격화(distanciation), ② 1수준: 설명(explanation), ③ 2수준: 이해(understanding), ④ 3수준: 전유(appropriation)로 되어있으며, 텍스트를 해석해 나가는 동안 내내 소격화가 1~3수준에 모두 공통적으로 작용한다(서명석, 2022a: 166). 이를 정리하면 다음과 같다.



[그림 I-1] 리콰르 해석학 모형(Ghasemi, et al., 2011: 1624)

[그림 I-1]의 리콰르 해석학 모형을 보면 텍스트로 시작된다. 중용개념의 수양 치료적 해석을 하기 위해서는 우선 텍스트가 필요하다. 중용을 설명하는 동양고전에 『중용』이 있다. 이 연구에서 사용되는 핵심텍스트는 서명석(2021a)의 『『중용』 완전정복: 오역 없이 제대로 읽기, 그 새로운 지평을 열다』이다. 『중용』의 번

역서는 무수히 존재한다. 수많은 번역서 중 서명석의 『중용』 텍스트를 선택하게 된 것은 현대인들이 읽기 편안하게 구성되고 해석되었으며, 오역 없이 『중용』의 내용을 친절하게 풀이하였기 때문이다. 『중용』에서 명시적으로 중용(中庸)의 의미를 해석하지 않고 있어 다양한 해석이 존재하고, 오역이 정역으로 받아들여지는 부분이 있다. 이에 연구자는 위 텍스트의 도움을 받아 중용의 개념과 그것의 이론을 살펴보고, 텍스트에 담긴 수양적인 부분을 검토하여 효과적인 중용개념의 수양치료적 해석을 제시하고자 한다. 이 과정에서 꾸준히 거리를 유지하는 소격화가 진행된다. 마지막으로 연구자는 리콤폴트 해석학 이론 중 전유(appropriation)의 도움을 받아 중용개념의 수양치료적 해석이 될 수 있도록 독해할 것이다.



[그림 I -2] 연구틀(서명석, 2019: 115)

이 과정에서 서명석(2019)의 연구틀을 가져왔으며, 이 연구틀로 기본 프레임을 잡고 나아갔다. 연구의 필요성 및 목적과 연구방법이 서론이 되고, 연구문제의 순서대로 이 논문이 전개되어 마지막에 해결하는 것이 이 논문의 결론이 된다. 이 과정에서 연구자는 리콤폴트 해석학 이론을 호출하였고, 리콤폴트의 해석학 렌즈로 중용의 수양치료적 해석을 시도하였다.

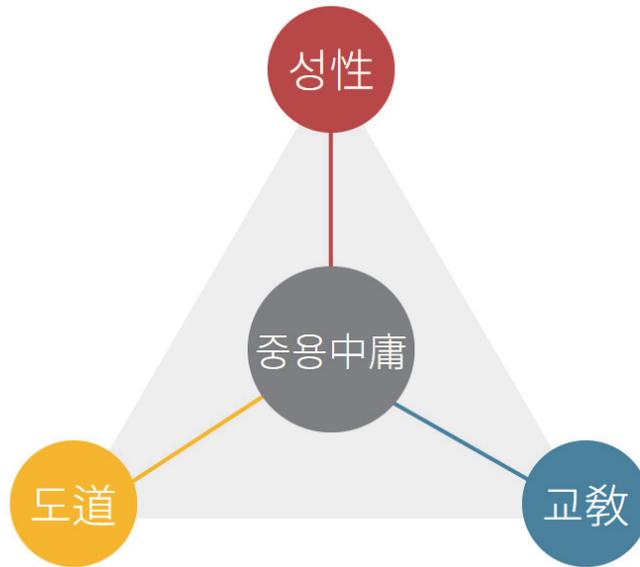
## II. 중용의 선이해

### 1. 성-도-교 패러다임

동양 고전의 특징은 결론을 먼저 말하고 각론으로 들어간다. 『중용』도 역시 같은 특징을 가지는데, 수장(首章)은 텍스트의 핵심장이 되고, 서론이자 결론이 된다(서명석, 2021a: 18). 수장(首章)으로 『중용』의 핵심이 모두 담겨 있는 『중용』 1-1의 원문을 읽어보도록 하자.

하늘의 명령은 본성이고, 본성을 따르는 것은 길이고, 길을 닦는 것은 가르침이다.[天命之謂性 率性之謂道 修道之謂教(서명석, 2021a: 13) <1-1장>]

이를 두고 주희의 『중용장구』에서는 천(天)이 명(命)한 성(性)과 성(性)대로 따르는 도(道)가 일용 생활에서 빛나고, 수도(修道)의 가르침 또한 나로 인해서 세워질 것을 강조하고자 의도적으로 『중용』의 맨 앞에 드러낸 것이라 하였다(서경요·김유곤, 2009: 44). 서명석(2021a)은 『『중용』 완전정복』에서 천명지위성(天命之謂性) 술성지위도(率性之謂道) 수도지위교(修道之謂教)를 ‘성-도-교 패러다임’으로 명제화하였다. 천명지위성(天命之謂性)은 『중용』의 제1의 근본명제, 술성지위도(率性之謂道)는 『중용』의 제2의 근본명제, 수도지위교(修道之謂教)는 『중용』의 제3의 근본명제가 된다(서명석, 2021a: 18). 이때 지위(之謂)는 ‘~은 ~이다’로 『중용』의 3대명제를 ‘천명=성(性), 술성=도(道), 수도=교(教)’로 압축할 수 있다. 즉, 성(性)-도(道)-교(教)는 인간의 본성, 인간의 길, 배움을 통한 수도(修道)로 인간의 본성을 관리하고 다스리는 새로운 세계의 구축원리가 된다. 이것이 성-도-교 패러다임의 골수이다.



[그림 II-1] 성-도-교 패러다임(서명석, 2021a: 18)

위 그림은 『중용』 1-1을 기반으로 표현한 것이다. 성, 도, 교는 『중용』의 핵심 강령이다. 천명지위성(天命之謂性) 솔성지위도(率性之謂道) 수도지위교(修道之謂敎)로 탄생된 성-도-교 패러다임을 이해하고자 1-1의 세구절을 하나하나 들여다 보자.

첫 번째, 제1의 근본명제인 천명지위성(天命之謂性)이다. 천명(天命)은 내 의지와 무관하게 나에게 내려준 하늘의 뜻이다. 천명지위성(天命之謂性)은 두 글자로 줄여 천성(天性)이라 하니 ‘천명≒천성≒본성’이다(서명석, 2020: 21). 즉, 천명지위성이란 만물의 존재 근원인 하늘이 인간에게 법칙과 본성을 그 존재근거로 부여했으며 이렇게 인간이 천명을 부여받고 태어난 본성의 덕이 마땅히 구현해야 할 당위규범이라는 것이다(임현규, 2020: 22). 하늘로부터 부여받은 천명(天命)을 가지고 태어난 우리는 천명을 무시하고 멋대로 자신의 인생을 살기도 한다. 사람이라면 마땅히 인간으로서 가야할 길을 걸어야 함에도 불구하고 현대인들은 인욕에 빠져 경로를 이탈하고 자신을 가꾸지 못하고 방치된 삶을 산다. 『중용』의 첫 시작인 천명지위성을 통해, 하늘의 명령에 의해 인간 자신의 본성(本性)을 부여받는다라는 것임을 상기하며 다음을 보자.

두 번째, 제2의 근본명제인 솔성지위도(率性之謂道)이다. 솔성지위도는 천명지

위성의 바로 다음에 위치하여, 천성을 잘 가꾸어 하늘의 길을 따르는 것이 인간으로서 가야할 길임을 강조하는 구절이다. 여기서 길은 인간이 마땅히 따라야 하는 도리나 규율로, 결코 사람이 걸어 다니는 단순한 통행의 길인 인도의 개념이 아니다(서명석, 2021a: 16). 술성지위도에서 도(道)를 읽을 때, 천도(天道)와 인도(人道)를 염두하며 해석해야 한다. 천도는 누가 그렇게 하라고 시키거나 명령하지 않아도 스스로 그러함의 길이고, 인도는 사람이 의도적이고 인위적으로 그 길을 가도록 쉽 없이 노력해야만 하는 길이다(서명석, 2021b: 100). 천도를 본받아 그대로 따르면 인간세상의 질서가 유지될 수 있다(심범섭, 2014: 32). 이어 술성(率性)을 보자. 술(率)은 자신의 본성을 계발하고 절제하는 작업으로 학습하고 수양하는 공부 그 자체로 보았으며, 성(性)은 하늘이 주고 인간이 받은 본성으로 인·의·예·지(仁·義·禮·智)의 단서로 보았다(신창호, 2008: 202). 인간은 인(仁)을 해야 할 때 인을 마땅히 따라야 하고, 의(義)를 해야 할 때 의를 마땅히 따라야 하고, 예(禮)를 해야 할 때 예를 마땅히 따라야 하며, 지(智)를 해야 할 때 지를 마땅히 따라야 하는 술성(率性)의 길을 걸어야 한다(서명석, 2021b: 101). 정도를 지키지 못하고 균형을 잃은 극단의 문제들은 위의 네 가지를 지키지 못하여 불인(不仁), 불의(不義), 비예(非禮), 비지(非智)로 나타나는 것이다. 천도의 규칙에 따라 천명(天命)을 받은 우리는 인간답게 인도의 규칙에 따라 정성스럽고 성실하게 걸어갈 수 있도록 하는 것, 즉 술도(率道)를 말하는 것이 이 술성지위도이다.

세 번째, 제3의 근본명제인 수도지위교(修道之謂教)이다. 직역하자면 ‘길을 닦는 것이 가르침이다.’라는 의미이다. 수도지위교(修道之謂教)에서 ‘수도(修道)’는 닦을 수(修), 길 도(道)로 오늘날 도인들이나 종교인들의 수행활동을 의미하기도 하나, 『중용』에서 수도는 그런 수도가 아니다(서명석, 2021a: 17). 『중용』에서의 수도(修道)는 몸과 마음을 다스려 인간이 본성을 되찾는 것으로 그 본성을 다스리고 조절하여 인간이 인간으로서의 길을 가는 것이다(서명석, 2021a :17). 수도(修道)에서의 수(修)는 수양하다로 해석하여 몸과 마음을 다스리고 본성을 기르는 것이다. 다시 말해, 수도(修道)는 천성(天性)을 잘 따르며 걸어가고 있는지를 스스로 돌아보고 닦아나가는 과정이다. 수도지위교(修道之謂教)에서의 ‘교(教)’는 가르칠 교(教)인데 도(道)를 닦는 것이 가르침이라는 것이다. 우리는 교(教)를 혼

히 학교 등에서 배우는 교육으로 알고 있다. 하지만 여기서의 교(敎)는 현대교육이 지향하는 교육이 아니다. 인간의 길을 닦아 놓은 것이 바로 예악형정(禮樂刑政)과 같은 성인의 가르침이다(임헌규, 2020: 22). 또한 행한다는 의미의 도(道)를 닦는 수도(修道)에 대해 묻고[問] 배우고[學] 행하는[道] 것이라고도 정리할 수 있다(서명석, 2021b: 103). 자연의 명령[天命]에서 본성[性]→길[道]→가르침[敎]으로 이어지는 삶의 과정은 필연적으로 배움을 이끌어내는데, 이는 성(性)의 의미를 확충하고 실현하는 과정에서 가르침[敎]에 무게중심이 있다는 것이다(신창호, 2011: 206).

성(性)-도(道)-교(敎) 패러다임에서의 성(性)은 본성에 딱 들어맞는 상태의 중(中)이며, 중(中)은 본성-유지-상태이다(서명석, 2021a: 26). 감정이 일어나기 전에는 본성의 상태를 유지하고 있지만 감정이 일어나면 본래 본성의 상태에서 멀어지는 경우가 허다한데, 이를 조절하여 원래 본성의 모습으로 돌아가는 것을 화(和)라 부른다(서명석, 2021a: 28).

기쁨·화남·슬픔·즐거움이 드러나지 않는 것, 그것을 본성-유지-상태[中]라 하고, 드러나지만 모두 법도에 맞는 것, 그것을 본성-조절-상태[和]라 한다. 본성-유지-상태[中]란 온 세상의 위대한 근본이고, 본성-조절-상태[和]란 온 세상의 두루 통하는 법도이다. 본성-유지-상태[中]와 본성-조절-상태[和]를 이루면 하늘과 땅이 제자리에 있고, 이 세상의 모든 것이 자란다.[喜怒哀樂之未發 謂之中 發而皆中節 謂之和 中也者 天下之大本也 和也者 天下之達道也 致中和 天地位焉 萬物育焉(서명석, 2021a: 13) <1-4, 1-5>]

중화(中和)는 사람의 성정(性情)이 중용의 상태를 잃지 아니한 상태인데, 감정 조절을 하는 것을 말한다. 우리는 하루에도 수많은 감정이 일어나고 다양한 상황에 맞닥뜨리게 된다. 이 과정에서 간혹 감정처리가 잘 안되기도 할 것이며, 본성의 상태에서 멀어지고, 이탈하여 인욕에 빠진 선택을 하기도 한다. 우리의 감정이 끊임없이 중용을 이루는 것, 이것이 중화(中和)다. 중화와 중용에 혼돈이 올 수 있으나, 성정론의 이론적 측면에서 쓰이는 개념이 중화이고, 덕행론의 실천적 측면이 중용이니, 중화보다 중용이 더 포괄적이라 하겠다(김용옥, 2011: 270).

## 2. 중용의 개념

『중용』에서는 중용(中庸)의 의미를 명확히 설명하는 장이 없기 때문에 중용(中庸)의 의미를 정확히 이해하는 사람은 많지 않다. 논쟁이 생기면 다른 사람의 견해를 극단적이라고 비난하고, 중도·중간을 주장하면서 자신의 입장을 ‘중용(中庸)’이라고 하며 자랑스럽게 중도론(中道論)을 내세우는데 이는 결코 ‘중용’이 아니다(우응순, 2016: 6). 가상대화를 하나 보겠다.

<예화 1> 교수와 학생의 가상대화

교수: 중용의 의미를 아는 학생이 있습니까?

학생: 중간만 하자~라는 마인드라고 생각합니다.

교수: 예를 들면요?

학생: 너무 열정적이지도 무기력하지도 않거나, 너무 과하게 친절하지도 무례하지도 않는 그 중간의 마음으로 사는 것입니다.

교수: 『중용』책을 읽어보았나요?

학생: 아니요.

<예화 1>은 중용(中庸)의 의미를 이해하지 못한 학생에 대한 가상대화이다. 중(中)을 ‘가운데 중(中)’으로 해석하여 중립을 유지한다거나 중간 of 立場의 의미로 오해하고 있음을 보여준다. 현대인들의 대다수가 이런 오-개념을 가지고 있다. 이런 해석은 중용의 의미와 무관한 것은 아니지만 중용의 본질을 흐릴 소지가 있다(신창호, 2008: 194). 중용의 개념을 이해하고자 중용(中庸)에 사용된 두 한자를 각각 들여다보자.

먼저, 중(中)이다. 중(中)의 한자는 깃발에서 유래했다. 깃발은 바람이 부는 여건과 상황에 따라 나부끼는데 깃대라는 하나의 축, 표준이 자리매김하여 자신의 방향을 설정한다(신창호, 2000: 92). 그 모습을 형상화한 것이 중(中)이라는 한자이다. 중(中)은 가운데[中]로서의 중간, 산수에서의 중앙치, 산술적 평균치로서의 점수, 공간에서의 중간지점으로 고정 불변하는 것이 결코 아니며 오로지 중(中)

은 매번 변하는 상황과 사태에 가장 알맞은 정도나 상태를 뜻한다(서명석, 2021a: 36). 『교학 대한한사전』에서 중(中)을 찾아보면 ① 가운데 중부터 시작하여 ⑩ 관아의장부 중까지 총 20가지의 의미가 있다. 중용(中庸)에서의 중(中)은 ④ 중도(中道) 중(中)으로 과불급(過不及)이 없는 도(道)로 풀이된다. 따라서 중용에서의 중(中)은 ‘행복-불행’, ‘있다-없다’ 등 복잡한 관계에서 최적의 지점으로, 상반되는 것의 뒤섞임 속에서 ‘밸런스’, ‘균형’, ‘조화’를 중(中)의 핵심 개념으로 보는 관점이다(신창호, 2008: 195). 그래서 중용(中庸)에서의 중(中)은 기준설정을 알맞음[中]에 두는 것이라 하였다(서명석, 2021a: 37). 중(中)은 균형을 잡으며 변화하는 것이니 그 기준이 절대적인 중(中)이 아니다.

이어서 용(庸)이다. 용(庸)의 한자를 나누어보자. 집[广]+손[又]+쓰다[用]로 나뉘며 집[广]은 공간 개념, 손[又]은 휴대 개념, 쓰다[用]는 활용개념이 되어 용(庸)은 우리가 사는 공간[广]에서 휴대하고[又] 쓴다[用]는 뜻으로 풀어볼 수 있다(서명석, 2021a: 32). 『교학 대한한사전』에서 용(庸)을 찾아보면 ① 쓸 용[用也]부터 시작하여 ⑭ 성 용[姓也]까지 총 24가지의 의미가 있다. 사전적으로 ‘쓰다[用也]’, ‘변하지 아니하다[常也]’, ‘법 또는 법칙[法也]’의 의미를 갖고 있다(서명석, 2021a: 32). 정자(程子)는 이를 두고 어떤 기준인 중(中)이 매번 바뀌면 더 이상 그것은 기준이 아니며 중(中)이라는 기준이 있으면 어제도 오늘도 내일도 그 기준이 적용되는데 용(庸)은 이 중(中)이라는 기준을 바꾸지 않는 것이라 하였다(서명석, 2021a: 36). 중용(中庸)에서 용(庸)은 기준인 중(中)을 우리가 살아가는 동안에 언제나 지속하고 유지를 한다는 것이다(서명석, 2021a: 37).

마지막은 중(中)과 용(庸)의 합인 중용(中庸)의 개념을 알아보자. 중용의 의미가 『중용』 텍스트의 맥락에서 해석된다면 우리는 원의를 알아가는 것에 한층 더 도움이 된다. 서명석(2021a)의 『『중용』 완전정복』에서는 중(中)이란 변화하는 시간과 공간 그리고 그 속에서 상황과 맥락에 따라 인간이 맞추어가는 최적의 알맞음이라 하였고, 용(庸)이란 인간이 그런 상태를 유지하면서 지속하는 것이라 하였다. 즉, 중용(中庸)은 최적의 알맞음을 찾아 그것을 흔들림 없이 지속적으로 유지하는 것이다. 하지만 이 역시 중용을 이해하는 것에 한계가 있다. 중용의 사전적 의미를 뛰어넘어 철학적으로 다가가 보자. 중(中)을 공간(space)개념으로 보고 최적의 상황과 맥락의 세트로서 공간의 중으로, 용(庸)을 시간(time)의 개념으

로 보고 지속과 유지로 이해하는 것이다(서명석, 2021a: 37).

이러한 중용을 기준으로 살아가는 성인(聖人)을 지향하는 군자(君子)와 중용과 반대로 살아가는 소인(小人)을 대조하며 중용의 중요성을 알려주는 구절이 있다(서명석, 2021a: 38). 바로 ‘시중(時中)’이다. 시중이 언급된 구절을 보자.

중니가 말했다. 군자는 중용이요, 소인은 중용에 상반된다. 군자는 중용이다. 군자로서 그때마다 적중한다. 소인은 중용과는 상반된다. 소인으로서 두려워하거나 무서워하지도 않는다.[仲尼曰 君子中庸 小人反中庸 君子之中庸也 君子而時中 小人之反中庸也 小人而無忌憚也(서명석, 2021a: 30) <2-1, 2-2>]

『중용』 2-1, 2-2의 내용이다. 군자로서 그때마다 적중한다[君子而時中]는 중용의 지표와도 같은 시중(時中)이며, 시중하는 사람이 군자라고 말한다. 시중이란 우리가 사는 시간과 공간, 우리가 처하는 맥락과 사태가 변해도 그 변하는 와중에서 가장 알맞은 상태를 유지하고 지속하는 것으로, 영어로 말하면 everytime [매번] fit[적합하게 하다]이 시중이다(서명석, 2021a: 40). 매번 알맞음의 상태, 매번 시중하는 삶이 중용을 실천하는 원리 중에 하나가 되는 것이다.

### III. 중용의 수양

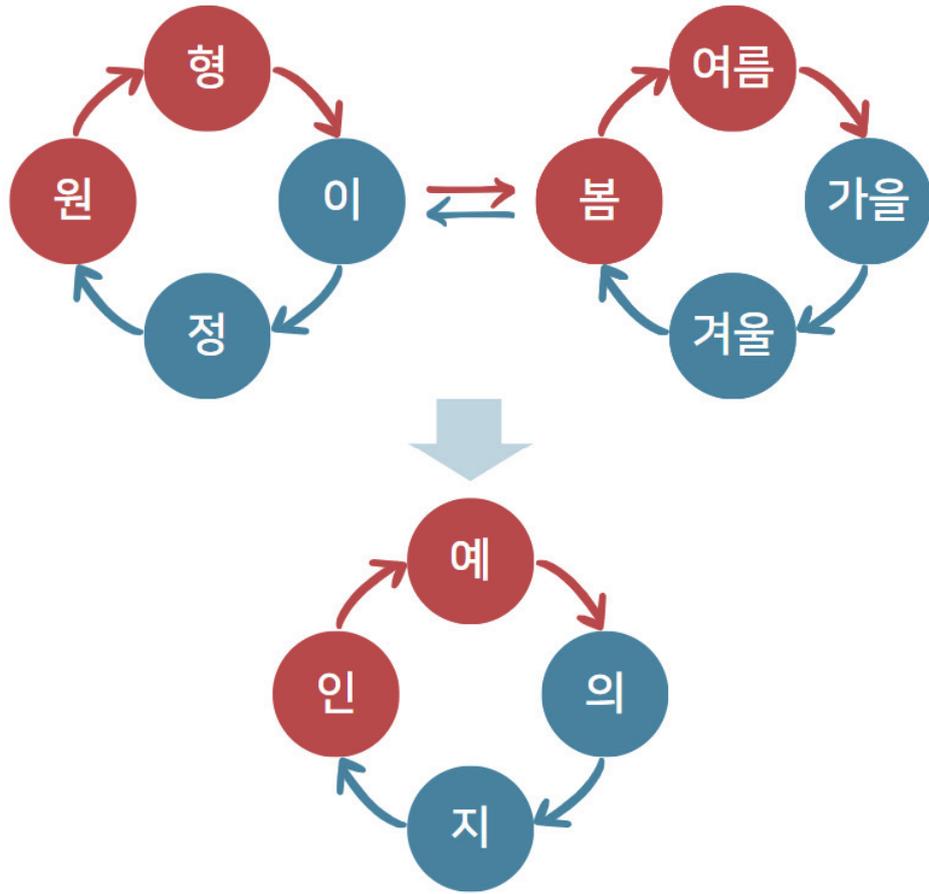
#### 1. 성(誠)과 성지(誠之)로 본 천인합일(天人合一)

성(誠)은 천도(天道)이며 성지(誠之)는 인도(人道)다. 한자 그대로 천도(天道)는 하늘[天]의 길[道]이며, 인도(人道)는 사람[人]의 길[道]이다. 이는 천인합일을 푸는 열쇠가 되어주는데, 천인합일은 천도와 인도가 합쳐 하나가 된다는 뜻이다(서명석, 2021b: 98). 성(誠)과 성지(誠之)가 언급된 『중용』의 20장을 보자.

성이란 하늘의 도이다. 그것을 정성스럽게 하는 것은 사람의 도이다. 성이란 힘쓰지 않아도 들어맞고 원하지 않아도 알맞은 것으로 자연스럽게 태연하게 천도에 맞는 것은 성인이다. 천도를 정성스럽게 하는 사람은 선을 가려서 받드시 선을 지키는 사람이다.[誠者 天之道也 誠之者 人之道也 誠者 不勉而中 不思而得 從容中道 聖人也 誠之者 擇善而固執之者也(서명석, 2021a: 242) <20-18>]

천도는 원(元)·형(亨)·이(利)·정(貞)으로 운행하고, 땅도 그와 동일한 법칙위에서 원·형·이·정으로 운행하는데 이것은 『주역』의 「건괘」와 「곤괘」에서 말하는 하늘과 땅의 운행 사이클이다(서명석, 2021a: 264). 자연의 법칙, 즉 사계의 순환은 춘(春)·하(夏)·추(秋)·동(冬)인데 경로를 이탈하지 않고 순서대로 돌아간다. 『주역』 「건괘」의 선언문은 봄에 원을 배속하였고, 여름에 형, 가을에 이, 겨울에 정을 배속시켜 봄·여름·가을·겨울의 질서에 철학적인 옷을 똑같이 입혀 원·형·이·정을 탄생시켰다(서명석, 2021a: 244). 사계절의 운행성이 천도의 운행성과 같으며, 이러한 질서 안에 인도가 편입된다. 위의 『중용』 20-18을 다시 한 번 보자. 성(誠)이 원·형·이·정으로 무한 순환한다. 성지(誠之)에서 성(誠)은 정성스럽게 하다는 의미이고 지(之)는 그것, 즉 원·형·이·정을 지칭하는 것으로 성지(誠之)는 원·형·이·정을 정성스럽게 한다는 의미가 된다. 원·형·이·정이 천도의 코드라면 인도의 코드는 인(仁)·의(義)·예(禮)·지(智)가

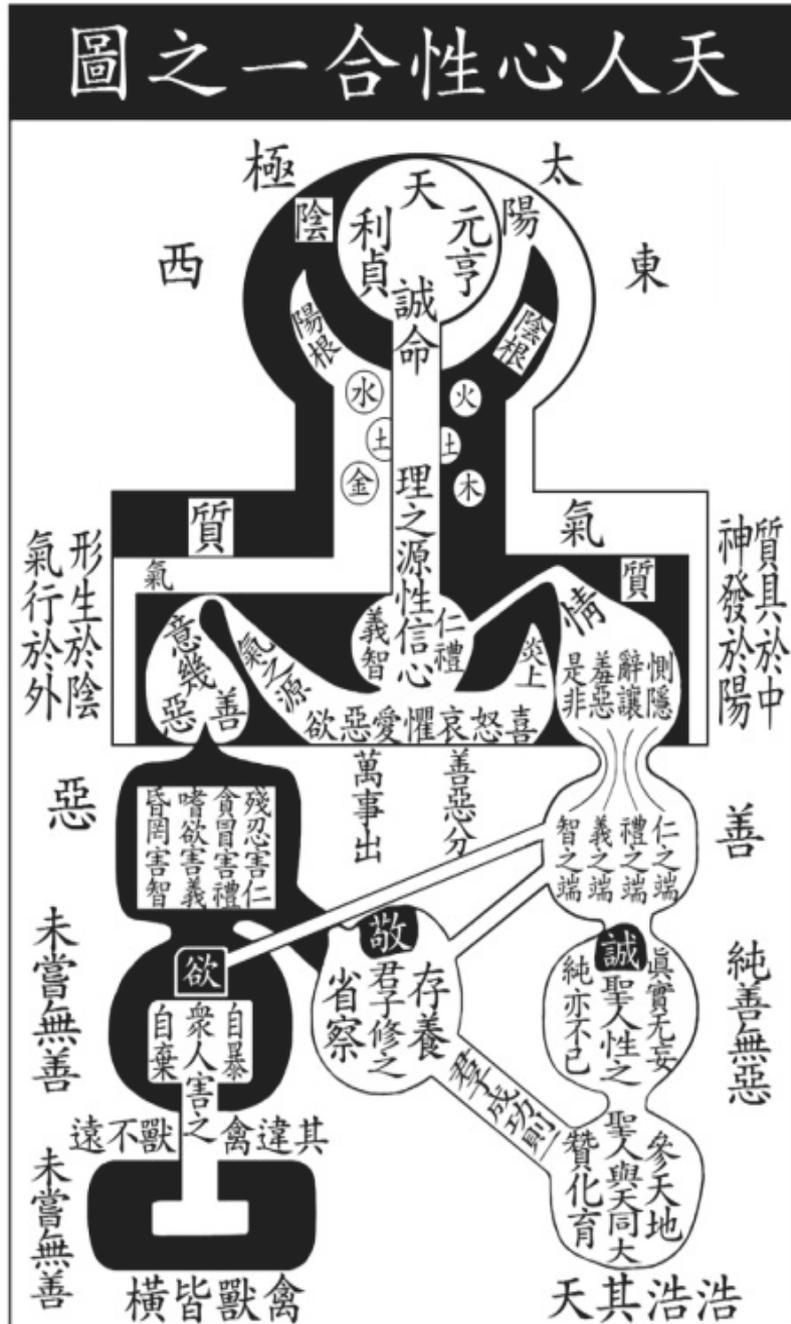
된다(서명석, 2021a: 268). 천도의 운행원리인 원·형·이·정이라는 운행방식이 성(誠)이고, 천도의 운행처럼 인·의·예·지가 정상궤도 속에서 우리마음이 돌아가도록 의도적인 노력을 하는 것이 성지(誠之)이다(서명석, 2019: 113).



[그림 III-1] 사계, 천도 그리고 인도의 순환(서명석, 2021a: 244)

『중용』에서 인간[人]은 하늘[天]을 모방하고 하늘과 일치하려는 형식으로 나타나며, 이른바 자연과 인간의 조화로 천인합일(天人合一)을 논의한다(신창호, 2008: 199). 천명지위성(天命之謂性)을 ① 하늘이 그렇게 돌라고 명령한 것이 본성이다 [천도(天道)] ② 인간이면 그렇게 살라고 명령한 것이 또 본성이다[인도(人道)]로 해석한다(서명석, 2022a: 182). ①의 천도(天道)와 ②의 인도(人道)가 합하여 하나가 되는 것이 천인합일(天人合一)이다. 원·형·이·정은 봄·여름·가을·겨울

처럼 자연적이고 당연한 순환운행이지만, 인·의·예·지는 오로지 인간의 의지로 순환하려고 하는 움직임이다. 하지만 이 역시 사계의 순환, 천도의 운행과 그 원리가 모두 동일하다. 이를 가장 잘 표현한 텍스트가 있다. 바로 권근의 저작 『입학도설』(1390)의 <천인심성합일지도> 그림이다.



[그림 III-2] <천인심성합일지도>

[그림 Ⅲ-2]의 맨 위 원형에 ‘천명(天命)’이 있는데 그 중심에 성(誠)을 두고 원(元)→형(亨)→이(利)→정(貞)의 순서로 천도가 담겨 있다. 천도가 원·형·이·정이라는 것이 그 이치이고 그것을 근원으로 삼아 인간에게도 인도로서 그와 같은 인간의 본성인 인(仁)·의(義)·예(禮)·지(智)가 있다는 것을 맨 위 원형 바로 아래의 작은 원형에 표현하였다(서명석, 2022a: 177). [그림 Ⅲ-2]의 원·형·이·정이 천명이고 이 천명이 성(誠)이라 되어 있는데, 이때 성(誠)은 천도 성으로 누가 시키지 않아도 한 치의 오차도 없이 자신만의 운행을 한다고 하였다(서명석, 2021b: 98). 성(誠)이 천도로 원·형·이·정으로 운행하듯 인도가 인·의·예·지로 운행하도록 의도하는 것이 성지(誠之)가 되는 것이다. 성(誠)이란 한 치의 양보와 한 치의 어긋남도 없이 천도는 원·형·이·정의 궤도를 따라 봄·여름·가을·겨울이라는 사계가 돌아가는 것이다. 인간도 천도의 운행과 같이 그 어떤 핑계나 게으름도 없이 사계의 운행처럼 인·의·예·지라는 사덕의 궤도 안에서 살아야 한다. 성(誠)은 우리 마음이 천도로 운행하거나 천도의 궤도대로 운행될 수 있도록 하는 것으로 대표적 수양장치가 된다. 성(誠)=성지(誠之)가 될 때 그 순간 인간은 성인이 되고, 이 경지가 바로 천인합일인 것이다(서명석, 2022b: 305)

## 2. 인(仁)과 의(義), 그리고 중용과의 접점

『중용』 1-1의 하늘이 명한 것이 성이다[天命之謂性]라는 명제는 본성담론으로, 이 본성을 공자는 인(仁)으로 잡는다. 『중용』을 기반으로 수양치료를 한다고 하였을 때 어떤 가치에 중심을 두고 실천을 하느냐가 의문일 것이다. 인의(仁義)를 기본으로 행하고 인의에서 출발하면 된다.

인의(仁義)는 사람다움의 성명(性命)과 사람노릇의 의리(義理)를 의미하며, 이러한 성명의리(性命義理)의 인도(人道)를 바로 잡는일이 중(中)인 것이다(서경요·김유근, 2009: 14). 인(仁)과 의(義)는 중용과 함께 사서(四書)에 포함된 『논어』와 『맹자』의 핵심 사상이다. 그렇다면 인의(仁義)는 무엇인가? 『중용』의 20-5를 보자

어짚이란 사람됨이다. 친척을 친애함이 존중하는 것이 된다. 옳음이란 마땅함이다. 어진사람을 받들음은 존중하는 것이 된다.[仁者人也 親親爲大 義者宜也 尊賢爲大(서명석, 2021a: 190) <20-5>]

인(仁)은 어질다라는 의미로, 공자 철학의 대표적인 용어이다. 인자인야(仁者人也)에서 인(人)은 사람됨이라는 뜻으로 해석된다(서명석, 2021a: 190). 인(仁)은 사람이 몸소 행해야 하는 것이며 그중에서도 친친(親親)이 중요한데 부모·형제를 가까이 여기고 사랑하는 것이 인(仁)의 실천에서 가장 크고 중요한 것이다(우응순, 2016: 204). 의(義)는 옳다라는 의미로, 의자의야(義者宜也)는 의(義)란 마땅함이다로 해석된다(서명석, 2021a: 191). 의(義)는 이치를 제대로 분별하는 것을 말하는데, 『중용』 20-5에서는 존현위대(尊賢爲大)라 하여 현명한 사람을 제대로 알아보고 그를 능력만큼 높여 대우하는 것이 의(義)의 실천에서 중요한 것이라 한다(우응순, 2016: 205). 이러한 인(仁)과 의(義)는 예지(禮智)와 더불어 유가철학의 골수를 이룬다(서명석, 2021a: 191). 앞서 성(誠)과 성지(誠之)를 볼 때 천도와 달리 인도는 운행 사이클을 쉬지 않고 노력하며 살아야 한다고 하였다.

그 다음 세세한 일을 극진하게 하는 것인데 세세한 일도 참되게 함에 있을 수 있다. 참되게 하면 나타나고 나타나면 두드러지고 두드러지면 확실하고 확실하

면 감동시키고 감동시키면 변하고 변하면 감화시킨다. 오직 온 세상의 극진한 참마음만이 감화시킬 수 있게 된다.[其次致曲 曲能有誠 誠則形 形則著 著則明明 明則動 動則變 變則化 唯天下至誠爲能化(서명석, 2021a: 276) <23-1>]

『중용』의 23장은 인도(人道)를 말하는 장이며, 중용(中庸)의 핵심과도 같은 성(誠)을 이야기한다. 『중용』 23장에는 지성능화(至誠能化)라 하여 성(誠)이 지극하면 변화한다 하였고, 『중용』 26장에는 지성무식(至誠無息)이라 하여 성(誠)이 지극하면 멈추지 않고 지속한다 하였다. 영화 <역린>(2014)의 명대사이기도 한 『중용』 23장은 유천하지성위능화(唯天下至誠爲能化)를 ‘그러니 오직 세상에서 지극히 정성을 다하는 사람만이 나와 세상을 변하게 할 수 있는 것이다.’라고 하였다. 또한 『중용』 23장의 치곡(致曲)으로 참마음[誠]을 보유할 수 있다고 보았다. 인도(人道)에서 인·의·예·지가 인도(人道)의 전체를 형성한다고 보고 각각의 곡(曲)을 구성한다고 해보자. 그렇다면 타인을 상대할 때 남을 헤치려는 마음 없이 참마음이 충만하여 인(仁)을 쓰는 것이 일종의 인(仁)의 치곡이고, 사적 이익을 취하는 상황에서 이(利)를 물리치는 참마음이 충만해져 의(義)를 취하는 것이 의(義)의 치곡이라 하였다(서명석, 2021a: 278). 하나하나 미루어 이루어서 각각 끝까지 다하도록 하는 것이 곡(曲)을 이루는 것으로, 곡이 이루어지면 덕이 실하게 되어 온전한 성을 간직할 수 있다(유교문화연구소, 2007: 241). 지극한 참마음만이 세상을 변화시키기 위한 엔진이라는 것을 『중용』 23장을 빌어 말한다. 인도의 코드인 인·의·예·지는 인도에서 벗어나서 운행하려는 관성이 있어 부단한 노력이 필요한데, 이는 쉽지가 않다. 아래의 기사를 보자.

<기사 1> “내 말 안들어서” 집에 불 질러 모친 살해한 아들, 향소심도 징역 8년

주택 계약 건과 관련해 자신의 말을 듣지 않는다는 이유로 집에 불을 질러 모친까지 숨지게 한 50대가 향소심에서도 중형을 선고받았다. 부산고법 형사 2-3부(부장판사 ○○○)은 현존건조물방화치사 혐의로 기소된 A씨(50)에게 원심의 징역 8년형을 유지한다고 8일 밝혔다. 1심이 인정한 범죄사실에 따르면 A씨는 지난해 7월15일 부산 금정구 모친 B씨(70대)의 집에서 휘발유가 들어있는 20L의 말통을 건너차 거실 바닥에 쏟아지게 한 후 라이터로 불을 붙여 B씨에게 화

상을 입혀 패혈성 쇼크로 숨지게 한 혐의를 받는다. …… 1심 재판부는 “단순 건조물방화치사 사건을 넘어 ‘존속살인’에 준하는 엄중한 범행으로 엄벌이 불가피하다”며 “그럼에도 피고인은 여전히 범행을 축소하고 있어 진심으로 잘못을 인정하는지 의심스럽다”고 판시했다. …(조아서, 2023).

<기사 2> 檢 ‘아들 입시비리’ C씨 징역 2년 구형… “부당한 교육 대물림”

입시 비리 혐의 등으로 기소된 C씨(60)의 재판에서 검찰이 C씨에 대해 징역 2년을 구형했다. 앞서 유죄가 확정된 사건에 포함되지 않은 아들 입시 비리에 관여한 혐의 등에 대해서다. 서울중앙지법 형사 21-1부(○○○·○○○·○○○ 부장판사)는 18일 C씨부부에 대한 공판을 열었다. 검찰은 “대학교수인 피고인들이 기득권과 특권을 이용해 정의롭지 못한 결과를 만들어내 부당한 방법으로 자녀들에게 교육대물림을 시도했다”며 이같이 구형했다. “땀의 가치를 믿었던 평범한 학생들의 인생 항로를 좌절에 빠트린 중대 범죄”라고도 했다. …… 공직자 윤리법상 재산신고와 백지 신탁 의무를 피한 혐의도 지적했다. “부정부패 척결과 공정사회 구축 위한 우리 사회의 노력을 물거품으로 만드는 내로남불의 중대 범죄라는 것이다. C씨가 입시 비리 혐의로 먼저 기소돼 징역 4년의 실형을 확정 받았는데도 모대학 PC의 증거능력을 부인하는 등의 주장을 이어가는 점 역시 짚었다. 확정된 대법원 판결에 아무런 영향을 줄 수 없다는 것을 객관적인 시선에서 바라본다면 삼척동자도 알 만큼 명백하다”고 했다. …(오효정, 2022).

<기사 1>과 <기사 2>는 인의(仁義)가 실천되지 못하는 사례들이다. <기사 1>은 ‘인(仁)’을 실현하지 못하고 모친을 살해한 A의 존속범죄의 내용을 담고 있다. <기사 2>는 마땅히 옳은 ‘의(義)’를 실현하지 못하고 입시비리를 한 내용이다. <기사 1>과 <기사 2>는 존속범죄를 하고 입시비리를 한 내용으로 반증용한 사례 중 대표적이다. 이렇듯 인의(仁義)를 해친 현대인들의 모습이 다양한 형태로 드러나고 있다. 따라서 불인(不仁)하고 불의(不義)한 현대인에게 불인(不仁)이 인(仁)이 되고, 불의(不義)가 의(義)가 되도록 도와주는 프로그램이 필요한 것이다.

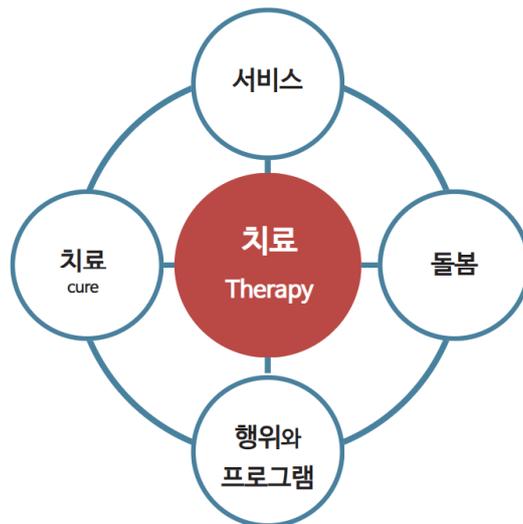
## IV. 중용의 수양치료적 적용

### 1. 수양치료의 의미망

수양치료는 무엇일까? 이 물음에 답을 하고자 수양과 치료를 각각 먼저 살펴볼 것이다. 그 다음 수양과 치료를 통합하는 방식을 취해보자.

먼저, 수양(修養)이다. 수양은 자기-자신을 닦는다는 수기(修己)에서의 수(修)와, 마음을 기른다는 양심(養心)에서의 양(養)이 결합한 것이다. 유학에서 수양(修養·Self-Cultivation)은 대략 2500년 이상의 긴 역사성을 가지고 있으며, 몸과 마음의 결합체인 ‘자기-자신(己)’을 닦음[修]의 대상으로 바라보는 독특한 전통이 있다(서명석, 2018a: 21).

다음은 치료에 대해 알아보자. 원래 치료는 그리스어 ‘*ἰατρική(therapeia)*’에서 파생되었으며, 이때 치료(Therapy)는 치료(cure), 서비스(service), 그리고 돌봄(care)으로 이루어 진다(Liddell & Scott, 1986: 792). 치료는 ‘bio-therapy’와 같이 ‘bio-’라는 접두사 뒤에 쓰여 ‘therapy’가 ‘행위(act)’이자 ‘프로그램(program)’을 뜻하기도 한다(서명석, 2018a: 34, 재인용).

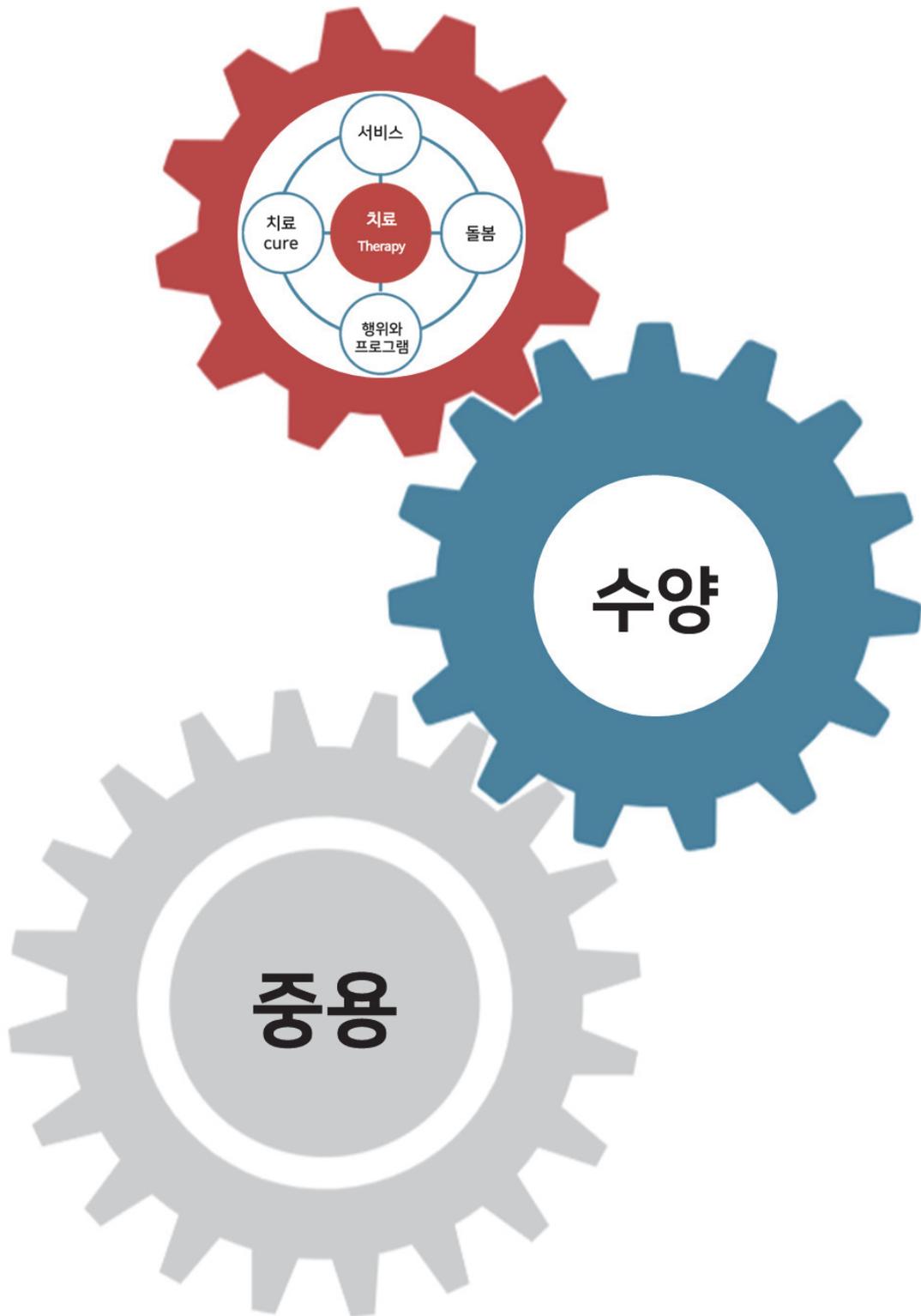


[그림 IV-1] 치료의 개념망(서명석, 2018a: 58)

[그림 IV-1]을 보면 핵심개념인 치료(Therapy)가 가운데 위치하고 왼쪽에 치료(cure)가 있는데, 치료(Therapy)는 치료(cure)의 상위개념으로 더 복잡하고 중층적이라 같은 치료이지만 역할과 위상이 다르다(서명석, 2018a: 37). [그림 IV-1]의 치료의 개념망은 의사와 간호사의 역할로 설명이 가능하다. 병원에서 환자를 치료(Therapy)를 할 때 간호사의 돌봄(caring)을 받으면서 의사의 치료(cure)가 이루어지며 이 치료(cure)와 돌봄은 기본적으로 서비스마인드를 기반으로 의도적인 행위와 프로그램을 통해 환자를 치료한다는 것이다(서명석, 2018b: 59). 이에 연구자는 ‘명상치료’, ‘음악치료’, ‘미술치료’ 등 다양한 치료의 형태와 같이 ‘수양’과 [그림 IV-1] 치료의 개념망과 결합하여 수양치료를 볼 것이다.

인격이 최고의 경지에 다다른 사람을 성인이라고 한다. 우리는 성인이 되기 위해 노력한다면 성인이 못되더라도 군자는 될 수 있을 것이다. 어리석은 소인으로서 남으려 하지 말고 이치에 밝아진 인간이 되기 위해 끊임없이 자신을 갈고닦아 마음을 길러야 한다. 이것이 수양이다. 수양(修養)은 오랜 시간이 걸린다. 무엇보다 우리가 실천하게 되는 중용은 행함이 무엇보다 중요하고 행하는 사람에 대해 보상이기 때문에 끊임없이 갈고 닦아야 한다.

이제 수양과 치료를 더해 수양치료를 들여다보자. 수양은 내 몸과 마음을 갈고 닦아 나를 끊임없이 새로운 나의 세계로 재편해 나가는 기획이며 21세기에서 현대적으로 재해석해서 계승해야 하는 문화적 자산이다(서명석, 2017: 24). 수양치료는 약물에 의한 치료가 아닌, 마음이 마음을 치료하는 것으로 치료받는 마음과 치료하는 마음이 동시에 있다(서명석, 2018a: 37). 수양치료는 서양에서 말하는 심리학적 치료가 아니다. 흔히 서양에서 말하는 심리치료는 상담사를 통한 심리적 안정을 추구한다면, 수양치료는 수양을 통해 스스로를 제어하고 틀을 잡아 나갈 수 있는 역할에 핵심이 있다. 치료는 약물에 의한 치료가 아닌 오로지 마음에 의한 치료다. 『중용』 텍스트는 치료자의 개입 없이 자각을 통해 자신의 본성을 깨닫고 이를 실천하는 수양치료적 텍스트가 된다. 수양의 목적은 본래 내게 주어진 마음을 지키고, 자신 안에 내재되어 있는 생명력을 키우는 것이다(이연도, 2013: 702). 따라서 이 논문에서 연구자는 수양치료의 구체적인 방법을 『중용』로 하여 중용을 중심축으로 설정하였다. 그리고 나는 [그림 IV-1] 치료의 개념망을 중용개념과 접목하여 [그림 IV-2]를 제시한다.



[그림 IV-2] 중용개념의 수양치료 개념망

중용의 개념이 수양과 만나게 되고, ‘치료(therapy)’의 개념망을 만나 중용으로 써 수양치료를 가능하게 한다. 이로써 우리는 언제 어디서나 자신만의 중용을 실천해 나갈 수 있도록, 중용을 수양의 장치로 활용한 수양시스템을 구축할 것이다. 연구자는 중용의 수양시스템이 치료를 만나, 스스로 치료가 가능하게 핵심적인 체계를 세웠다. 즉, 우리에게 중용은 중용을 매번 상기하여 온갖 일과 생각에 근본이 되고 인생의 지침처럼 활용하는 것이다. 중용을 매번 행하는 것은 쉽지 않다. 현대인들은 중용을 주춧돌로 삼아 각자 스스로 자신의 가슴속에 견고한 중용기반의 수양치료를 행해야 한다.

연구자는 중용을 읽은 현대인에게 중용기반 수양치료방법을 하나의 심신수양 방법으로 제시하고자 한다. 중용개념을 바탕으로 한 수양치료는 중용의 개념을 마음에 새겨, 스스로를 돌보며 치료하는 각종서비스로서의 활동 및 프로그램이다. 수양치료의 방법을 찾기 위해 연구자는 서명석의 치료의 개념망의 논리를 빌어 중용개념을 수양치료적으로 해석하였다.

[그림 IV-2]을 보자. 중용이 주 엔진이 되어 작동을 하면, 이어서 수양이 작동된다. 마지막으로 치료의 의미망에 전달되어 중용의 수양치료가 작동되는 것이다. 이는 마치 톱니바퀴가 맞물려 돌아가는 모습이다. 주 엔진인 중용이 가장 큰 톱니바퀴가 되어 먼저 작동을 하면 그 동력으로 다음 톱니바퀴인 수양이 맞물려 돌아 마지막에 치료의 의미망에 전달되어 중용의 수양치료가 완성된다. 수양과 치료의 개념망 톱니바퀴가 맞물려 돌아가고, 수양을 통해 본성을 되찾을 때 우리의 병이 치료되는 것이다. 즉, 중용의 수양치료는 중용을 기반으로 중용에 표현된 수양이 치료와 만나 수양치료라는 하나의 치료법이 된다. 『중용』을 읽고 수양치료적인 해석을 우리 삶 속에서 꾸준히 시도해 나간다면 해석을 하기 전과 후의 달라진 나, 치료된 나를 발견하게 될 것이다. 이에 연구자는 중용개념의 수양치료 개념망을 만들었다. 치료(therapy)에 서비스(service), 치료(cure), 돌봄(care)의 개념과 여기에 ‘활동(activity)’과 ‘프로그램(program)’을 더하여 하나의 개념망으로 만든 것이 치료의 개념망이다. 연구자는 중용개념이 ‘치료(therapy)’의 역할을 하여 수양치료를 가능하게 한다고 보았다.

## 2. 중용개념의 수양치료적 해석

다산 정약용은 『중용자잠』 제1권에서 이런 말을 한다. “신독(愼獨)이란 성(誠)이다. …신독(愼獨)은 지성(至誠)이고 지성(至誠)은 신독(愼獨)이다. 이미 그러하니 의심할 수 없다[愼獨者誠也…愼獨之謂至誠 至誠之謂愼獨 既然無疑.]” 신독은 한자 그대로 해석하면 홀로 있음[愼]을 삼가는[獨]는 것으로 해석할 수 있다. 하지만 다산(茶山)의 해석은 조금 다르다. 이를 말하자면 계신(戒愼)과 공구(恐懼)를 추가적으로 알아야 한다. 계신(戒愼)과 공구(恐懼)는 『중용』 1-2에서 언급된다.

길[道]이란 잠깐 동안이라도 떨어질 수 없다. 떨어질 수 있다면 길[道]이 아니다. 이 때문에 군자는 그 볼 수 없는 것을 경계하고 삼가며, 그 들을 수 없는 것을 무서워하고 두려워한다.[道也者 不可須臾離也. 可離 非道也. 是故 君子戒愼乎其所不睹 恐懼乎其所不聞(서명석, 2021a: 19) <1-2>]

계(戒)는 경계하다, 신(愼)은 삼가다, 공(恐)은 무서워하다며 구(懼)는 두려워하다이다. 즉, 계신(戒愼)은 경계하고 삼간다는 의미이며 공구(恐懼)는 무서워하고 두려워하다라는 의미이다. 『중용』 1-2에서는 계신회기소부도(戒愼乎其所不睹) 공구회기소불문(恐懼乎其所不聞)이라 하여 볼 수 없고[不睹] 들을 수 없다[不聞]는 도(道)의 특성을 가지고, 이런 도에 대해서 계신(戒愼)하고 공구(恐懼)해야 한다는 것을 먼저 말하고 있다. 이어서 『중용』 1-3에서 군자신기독야(君子愼其獨也)라 하여 도(道)를 파지하는 전략을 계신(戒愼), 공구(恐懼)와 신독(愼獨)으로 말하였다(서명석, 2021a: 24). 다산(茶山·1762~1836)은 인간이 자신의 행동을 함부로 하는 것을 견제하기 위해 상제[天]이라는 장치를 설치하여 공구(恐懼)하고 계신(戒愼)하여 상제[天]를 밝게 섬기라 하였다(서명석, 2018a: 97). 다산(茶山)에게 계신(戒愼)과 공구(恐懼)는 치료의 문으로 들어가는 열쇠로, 신독(愼獨)은 치료로 들어가는 문과 같다(서명석, 2018a: 98). 그렇다면 신독은 무엇인가? 신독이란 위기지학(爲己之學)을 하는 군자가 철저히 자기책임 하에서 홀로일 때를 삼가 조심

하며, 마음의 기미(幾微)가 일어날 때 인욕이 싹트는 것을 막아 도를 떠나지 않는 것을 말한다(임헌규, 2020: 255). 신독은 다산의 수양체계에서 매우 중요한 개념으로, 인·의·예·지라는 사덕의 놀이터에 본성이 적극적으로 가담하는 수양의 시스템이다(서명석, 2020: 163). 신독을 한 글자로 말하면 성(誠)이요, 두 글자로 말하면 지성(至誠)이다. 신독은 성(誠)의 작용을 쉽 없이 하면서 인·의·예·지를 과지하려고 성실한 자세를 유지하는 것을 말한다(서명석, 2020: 204). 다산이 말하는 신독이란 지독할 정도로 인·의·예·지라는 인도를 유지하거나 인도의 궤도를 이탈하지 않도록 하기 위해 자신이 전심전력하는 모든 노력을 말하는 것이다. 이러한 점 때문에 다산은 신독이 지성이자 곧 지성이 신독이라고 힘주어 말하는 것이다(서명석, 2020: 205). 신독(慎獨)은 인간이 홀로 있을 때 가장 조심해야한다는 뜻이다. 신독이 그만큼 어렵기 때문에 중용(中庸)을 행함이 쉽지 않다. 혼자일 때, 나의 행동을 남이 보고 있지 않는다는 생각에 자신의 행동을 편하게 하거나 반중용(反中庸)을 행하여 자신의 본성을 해치기 쉽다. 그렇기 때문에 우리는 홀로 있을 때 더욱 언행을 신경 쓰고, 남들의 시선과 상관없이 항상 중용을 지키고자 노력할 필요가 있다.

그렇다면 중용개념으로 수양치료를 해보자. 병든 현대인들이 스스로를 치료하려면 신독(慎獨)의 문을 열어야 한다. 이 신독(慎獨)의 문은 계신(戒慎)과 공구(恐懼)의 열쇠로 열 수 있다. 그렇다면 계신(戒慎)과 공구(恐懼)로 신독(慎獨)의 문을 열고 들어가면 무엇이 기다리고 있을까? 바로 성(誠)이다.

현대인들이 인의(仁義)를 못해서 중용을 지키지 못하고 있다. 현대인들이 계신(戒慎)과 공구(恐懼), 신독을 모두 실수했기 때문이다. 신독(慎獨)은 누구의 도움을 받지 않고 자력으로 자신만의 성약(誠藥)을 스스로 조제하는 것을 말하며, 성약(誠藥)을 스스로 처방하고 조제하여 복용하는 하나의 일관된 시스템이 바로 신독(慎獨)이다(서명석, 2020: 48). 우리는 하늘의 도움을 받으면서 지속적으로 인·의·예·지를 과지해야 한다.

[그림 IV-1] 치료의 개념망을 가지고 해석해본다면, 자신을 돌보고 치료하며 스스로 수행하는 주도적 봉사(service)를 하는 이러한 행위 또는 프로그램이 공구와 계신이자 신독이다. 따라서 연구자가 제시하는 중용의 수양치료는 다음과 같다. 치료(cure)의 목적은 인간의 본성을 유지할 수 있도록 하는 것이고, 자신의

본성에 대한 자기 자신의 돌봄(care)과 자신의 본성 보호를 위해 자발적으로 수행하는 주도적 봉사(service)가 계신공구와 신독의 전략으로 중용을 행하는 행위 또는 프로그램이 되어 수양치료가 완성된다.

중용개념으로 수양치료가 가능하다는 점을 알아보려고 앞선 <기사 1>과 <기사 2>를 [그림 IV-2] 중용개념의 수양치료 개념망으로 풀어보고자 한다. <기사 1>과 <기사 2>는 인의(仁義)하지 못한 인간의 모습으로 반중용(反中庸)인 현대인의 모습이 나타나는 사례이다. 자신의 인욕을 스스로 제어할 수 있어야 천도를 닮은 인도를 걸어갈 수 있다. 그렇다면 각 <기사>에 중용개념의 수양치료 개념망을 대입해보자. ①은 첫 번째 톱니바퀴인 ‘중용’, ②는 두 번째 톱니바퀴인 ‘수양’, ③은 세 번째 톱니바퀴인 ‘치료의 개념망’이다.

<기사 1>에서 존속범죄를 행하는 이들에 대한 중용개념의 수양치료적 해석

①중용(中庸): 인(仁)하지 못한 자아(自我)를 계신공구(戒愼恐懼)하여 남이 보고 있지 않더라도 불인(不仁)한 자신이 인(仁)을 행할 수 있도록 신독(愼獨)으로 매순간 자신의 행동에 대한 반성과 성찰한다.

②수양(修養): 인욕 때문에 인(仁)을 행하는 것이 어렵지만 삶의 좌표를 중용(中庸)에 두고 끊임없이 수양(修養)한다.

③치료의 개념망: 존속범죄를 행하려는 이들을 치료(Therapy)하기 위해서는 스스로를 의사라 생각하여 내가 병든 곳에 대한 진단을 통해 치료(cure)를 진행한다. 이때 불인(不仁)한 마음이 병이 되는 것이니 불인(不仁)한 마음이 인(仁)할 수 있도록 치료가 진행되며, 이때 돌봄이라는 지원이 필요하다. 인(仁)할 수 있도록 치료(cure)하고 돌볼 때 서비스를 기반으로 진행이 되어야 한다. 마지막으로 치료(Therapy)를 성공적으로 마치기 위해 치밀한 행위와 프로그램을 구축한다. 이로써 불인(不仁)한 마음이 중용(中庸)을 찾아 인(仁)을 행하는 자로 살아나갈 수 있다.

사람은 인의예지(仁義禮智)의 마음을 갖고 있다. 존속범죄는 사람이라면 행하지 말아야 하는 불인(不仁)한 모습이다. 맹자사상의 핵심은 사람의 본성이 인의예지(仁義禮智)인 사단(四端)으로 구성된다는 것이다. 그중 이 사례는 불인(不仁)

한 사례로 인(仁)의 단서인 측은지심(惻隱之心)이 없는 것이다. 즉 <기사 1>에서는 인(仁)이라는 요소를 대입하면 되겠다. 인(仁)을 바탕으로 수양을 행하고 마지막으로 불인(不仁)으로 굽은 존속범죄자들의 치료(Therapy)를 치료(cure), 돌봄, 서비스, 행위와 프로그램으로 스스로 치료할 수 있다.

<기사 2> 입시비리에 대한 중용개념의 수양치료적 해석

①중용(中庸): 의(義)하지 못한 자아(自我)를 계신공구(戒愼恐懼)하여 남이 보고 있지 않더라도 불의(不義)한 자신이 의(義)를 행할 수 있도록 신독(愼獨)으로 매순간 자신의 행동에 대한 반성과 성찰한다.

②수양(修養): 인욕 때문에 의(義)를 행하는 것이 어렵지만 삶의 좌표를 중용(中庸)에 두고 끊임없이 수양(修養)한다.

③치료의 개념망: 입시비리를 치료(Therapy)하기 위해서는 스스로를 의사라 생각하여 내가 병든 곳에 대한 진단을 통해 치료(cure)를 진행한다. 이때 불의(不義)한 마음이 병이 되는 것이니 불의(不義)한 마음이 의(義)할 수 있도록 치료가 진행되며, 이때 돌봄이라는 지원이 필요하다. 의(義)할 수 있도록 치료(cure)하고 돌봄 때 서비스를 기반으로 진행이 되어야 한다. 마지막으로 치료(Therapy)를 성공적으로 마치기 위해 치밀한 행위와 프로그램을 구축한다. 이로써 불의(不義)한 마음이 중용(中庸)을 찾아 의(義)를 행하는 자로 살아나갈 수 있다.

입시비리는 마땅히 행하지 말아야하는 도리에 벗어난 불의(不義)한 모습이다. 다시 맹자사상의 핵심인 사단(四端) 중 이 사례는 의(義)의 단서인 수오지심(羞惡之心)이 없는 것이다. 즉 <기사 2>에서는 의(義)라는 요소를 대입하면 되겠다. 의(義)를 바탕으로 수양을 행하고 마지막으로 불의(不義)로 비리를 행하는 자들의 치료(Therapy)를 치료(cure), 돌봄, 서비스, 행위와 프로그램으로 스스로 치료할 수 있다.

타자를 불쌍히 여기는 마음이 측은지심이고, 불의를 부끄러워하고 불의를 미워하는 마음이 수오지심이다. 측은과 수오의 마음이 안에서 나타나서 인의가 밖으로 이루어진다(서명석, 2020: 112). 측은지심을 행하면 인이 되고, 수오지심을 행

하면 의가 된다. 이렇게 인의(仁義)를 행하면 우리는 선(善)을 지킬 수 있다. 『중용』 20-18을 다시 보자.

성이란 하늘의 도이다. 그것을 정성스럽게 하는 것은 사람의 도이다. 성이란 힘쓰지 않아도 들어맞고 원하지 않아도 알맞은 것으로 자연스럽고 태연하게 천도에 맞는 것은 성인이다. 천도를 정성스럽게 하는 사람은 선을 가려서 반드시 선을 지키는 사람이다.[誠者 天之道也 誠之者 人之道也 誠者 不勉而中 不思而得 從容中道 聖人也 誠之者 擇善而固執之者也(서명석, 2021a: 242) <20-18>]

여기에서 주목할 점은 성(誠)은 자가 발전으로 스스로 돌아가는 것이고, 성지(誠之)는 인위적으로 힘들여 노력해야 돌아가는 것이다(서명석, 2021a: 246). 『중용』 20-18에서는 성지자 택선이고집지자야(誠之者 擇善而固執之者也)라 하여 우리가 성지(誠之)를 행하는 자에 대한, 성지를 하는 것에 대한 결과를 알려준다. 이를토대로 <기사 1>과 <기사 2>를 다시 한 번 보자.

<기사 1> 존속 범죄를 행하는 불인(不仁)한 자(者)

- 성지자 택선이고집지자야(誠之者 擇善而固執之者也)의 선(善)에 인(仁)을 대입

↓

- 성지자 택인이고집지자야(誠之者 擇仁而固執之者也)

<기사 2> 입시비리를 행하는 불의(不義)한 자(者)

- 성지자 택선이고집지자야(誠之者 擇善而固執之者也)의 선(善)에 의(義)를 대입

↓

- 성지자 택의이고집지자야(誠之者 擇義而固執之者也)

이는 <기사 1>에서는 인(仁)이 <기사 2>에서는 의(義)가 선(善)이 된다. 선(善)은 이치에 따르고 법도에 맞는 완전 무결한 작용이 되어 원·형·이·정의 운행처럼 우리가 불선(不善)의 궤도로 이탈하지 않고 인·의·예·지를 완벽하게 구현하는 것을 말한다(서명석, 2021a: 248). <기사 1>의 존속범죄를 행하는 자는 인(仁)의 가치를 택하여 반드시 지켜 선(善)인 인(仁)을 지키게 되는 것이다. <기

사 2>의 입시비리를 행하는 자는 의(義)의 가치를 택하여 반드시 지켜 선(善)인 의(義)를 지키는 것이다.

우리에게 이제 중용이라는 삶의 지침을 부여받게 된다. 이로써 생활을 하는 과정에서 만나는 다양한 문제나 상황 속에서 균형을 잡아갈 수 있다. 스스로를 치료하고 더 나아가 타인을 치료해 나간다면 요즘 시대의 ‘선한 영향력’을 끼칠 수 있는 자로 거듭날 것이다.

## V. 결론

중용의 자성명은 이 두 가지를 참마음으로 하는 것이다.

[中庸之自誠明 誠此二者也]

— 『여유당전서』 1집(集) 시문집(詩文集) 제 10권

위 시(詩)는 다산의 『여유당전서』의 시문집(詩文集)중에 하나인 원교(原教)이다. 정약용은 원교를 통해 가르침의 근본을 밝혔다. 원교의 내용 중 『중용』을 한 구절로 정의해 둔 대목이 있다. 중용지자성명(中庸之自誠明) 성차이자야(誠此二者也)는 중용이 스스로 성(誠)해서 밝아지는 것[自誠明]은 이 두 가지를 참마음으로 하는 것이라는 의미이다. 여기에서 이 두 가지[此二]는 인의(仁義)를 가리킨다. 이 시를 통해 다산(茶山)은 『중용』에서 특히 성(誠)을 강조하는데, 성(誠)은 참마음이자 인의(仁義)를 행하는 것을 뜻한다. 이때 인의(仁義)가 성(誠)의 밑바탕이 된다. <기사 1>에서는 존속범죄로 B씨의 아들인 A씨가 불인(不仁)을 행하고, <기사 2>에서는 C씨가 아들을 위해 입시비리로 불의(不義)를 행하였다. 분명 A씨와 C씨는 스스로가 잘못된 행동인 것을 알고 있을 것이다. 다만 이들은 인욕에 빠져 불인(不仁)하고 불의(不義)한 행동을 하였다. 이들에게 필요한 것은 성(誠)이자 중용(中庸)의 지혜이다.

『중용』을 이해하고 내 안의 중용(中庸)을 살려 중용을 행하는 삶을 살자. 인생은 삶에 있어 과(過)할 때도 있고, 불급(不及)할 때도 있다. 하지만 중용을 알게 된 우리는 알맞음의 상태를 지속적으로 유지하는 삶아야 한다. 이것이 『중용』이 오늘날 우리에게 주는 현대적 의의이다.

『중용』 2-1이 ‘군자중용(君子中庸) 소인반중용(小人反中庸)’인데 우리는 군자가 아닌 소인의 삶을 살고 있다. 인욕에 빠진 삶을 사는 현대인은 현재 본성 상태가 작동하는 중용(中庸)을 잃기 쉬운 상황에 처해 있다. 현대인은 중용을 지키는 것 보다는 반중용을 행하며 산다. 이렇다 보니 인간본성의 문제는 더욱 심각해져 정도를 넘은 범죄들이 끊임없이 발생한다. 우리는 천명(天命)을 받고 이 세상에 태어났고, 성(性)대로 살아가는 인도(人道)를 걸어야 하나 인욕이 인간의 경로를 방

해한다. 인간이 인욕만으로 살아갈 때 그의 본성을 지키기 위해 중용을 작동시켜야 하고, 인욕을 치료하기 위하여 본성으로 나아가도록 중용을 작동시켜야 한다. 이로써 우리는 자신을 돌아볼 수 있고, 자신의 인욕을 다스릴 수 있는 수양치료를 행할 수 있다.

성(誠)은 노력하지 않아도 저절로 그렇게 되는 것이지만, 성지(誠之)는 부단한 노력을 해야 돌아간다. 과연 우리는 그러한 삶을 살고 있는가? 인욕에 빠져서 어두워진 삶의 상태에서 벗어나 참마음인 밝음의 상태로 나아가야 한다. 성(誠)에 우리 마음을 불어넣어 진심을 다해 중용의 엔진을 돌려보자. 진실무망(眞實无妄)으로 말이다!

## 참고문헌

『논어(論語)』

『대학(大學)』

『맹자(孟子)』

『여유당전서(與猶堂全書)』

『입학도설(入學圖說)』

『주역(周易)』

『중용(中庸)』

『중용자잠(中庸自箴)』

『중용장구(中庸章句)』

김용욱 (2011). **중용한글역주**. 서울: 통나무

김철호 (2022). 마음챙김과 사회정서학습의 융합. **윤리교육연구**, 66, 239-271.

대한한사전편찬실 (2013). **교학 대한한사전**. 서울: 교학사

서경요, 김유곤 (2009). **조선조 유학자의 중용읽기**. 서울: 문사철

서명석 (2013). 『동몽선습』 오륜 텍스트의 현대적 독법. **인격교육**, 7(3), 43-61.

서명석 (2017). 다산 기호담론의 수양치료적 해석. **교육사상연구**, 31(3), 23-36.

서명석 (2018a). **성리학의 수양치료**. 용인: 책인숲

서명석 (2018b). **철학상담&철학치료 철학café**. 용인: 책인숲.

서명석 (2019). 율곡 성치료의 교육적 의의. **퇴계학논총**, 34, 113-134.

서명석 (2020). **다산철학과 교육**. 고양: 공동체.

서명석 (2021a). 『중용』 완전정복: 오역 없이 제대로 읽기, 그 새로운 지평을 열다. 용인: 책인숲

서명석 (2021b). 『中庸』의 교육설계: 誠개념 중심으로. **퇴계학논총**, 38, 91-112

서명석 (2022a). 천인심성합일지도로 본 태극도설의 의미와 교육적 함의. **퇴계학논총**, 40, 163-186.

- 서명석 (2022b). 퇴계 선조에게 글을 올리다. 용인: 책인숲.
- 신창호 (2000). ‘중용’의 개념과 사상적 특징. *한중철학*, 6, 91-115.
- 신창호 (2008). 『중용』수장(首章)의 교육학적 해석: 성(性) 도(道) 교(教)의 인간학적 관점. *교육철학*, 34, 191-211.
- 신창호 (2011). 유교(儒教) 사서(四書)의 배움론. 고양: 온고지신.
- 심범섭 (2014). *중용*. 고양: 도서출판 평단.
- 여수현 (2017). 자기이해를 위한 읽기 교육 방법 연구: 리콰르 해석학을 중심으로. 서울교육대학교 교육전문대학원, 석사학위논문.
- 우용순 (2016). *친절한 강의 중용*. 서울: 북드라망.
- 유교문화연구소 (2007). *대학 중용*. 서울: 성균관대학교 출판부
- 윤순남 (2018). 茶山 丁若鏞의 慎獨工夫論 研究. 성균관대학교 대학원, 석사학위논문.
- 이상각 (2003). *중용의 성공학*. 서울: 들녘미디어.
- 이연도 (2013). 힐링(healing)과 동양 수양론. *인문과학연구*, 36, 691-710.
- 임현규 (2020). *주자의 사서학과 다산 정약용의 비판*. 서울: 파라박스
- Ghasemi, A., Taghinejad, M., Kabiri, A., & Imani, M. (2011). Ricoeur's theory of interpretation: A method for understanding text(course text), *World Applied Sciences Journal* 15(11), 1623-1629.
- Legge, J. (1977). *Confucius: Confucian Analects, The Great Learning & The Doctrine of the Mean*. New York: Dover Publication.
- Liddell, H. G., & Scott, R. (1983). *A Greek-English lexicon*. New York: Oxford University Press.
- Ricoeur, P. (1976). *Interpretation theory: Discourse and the surplus of meaning*. Fort Worth, Texas: TCU Press. / 김윤성, 조현범 옮김 (1996). *해석이론*. 파주: 서광사.
- Ricoeur, P. (1981). *Hermeneutics and the human sciences: Essays on language, action and interpretation*. Cambridge, Massachusetts: Cambridge University Press. / 윤철호 옮김 (2013). *해석학과 인문사회과학*. 파주: 서광사.

Ricoeur, P. (1986). *From text to action: Essays in hermeneutics II*. Evanston, Illinois: Northwestern University Press. / 박병수, 남기영 옮김 (2002). **텍스트에서 행동으로**. 서울: 아카넷.

김은성 (2023). 퇴출 위기의 틱톡, 이번엔 ‘아동사망·노인학대’ 쉐린지까지.  
경향신문 (2월7일)

<https://www.khan.co.kr/economy/industry-trade/article/202302071602001>

김재연 (2023). 추석 연휴 빗발치는 제주 112신고..데이트 폭력 78% ‘홀쩍’. JIBS  
제주방송(9월15일) <http://www.jibs.co.kr/news/articles/articlesDetail/34102>

오효정 (2022). 檢 ‘아들 입시비리’ 정경심 징역 2년 구형...“부당한 교육 대물  
림”. 중앙일보(11월18일) <https://www.joongang.co.kr/article/25118685>

조아서 (2023). “내 말 안들어서” 집에 불 질러 모친 살해한 아들, 항소심도 징  
역 8년. 뉴스1. (11월8일) <https://www.news1.kr/articles/5225203>

홍익학당 (2012). [인문학 고전콘서트]11강 - 권근의 ‘입학도설’. YouTube. (11  
월 4일) <https://www.youtube.com/watch?v=AOLu0wY2iCY>

# A B S T R A C T

## The Interpretation of ZhōngYōng Concept by Self-Cultivation Therapy

A-Ryul Lee

Major in Psychotherapy  
Graduate School of Social Education  
Jeju National University  
Jeju. Korea

Supervised by Professor Myoung-Seok Seo, Ph. D.

This study aims to explore the concept of ZhōngYōng through “ZhōngYōng (中庸)” and provide a therapeutic interpretation of self-cultivation to apply ZhōngYōng to our daily lives. The researcher adopted Ricoeur’s hermeneutic theory of interpretation among methodologies for textual analysis, which is a philosophical research method. For this purpose, the researcher used *Complete Mastery of ZhōngYōng: Reading it Right without Mistranslation and Opening a New Horizon*, written by Myoung-seok Seo (2021a), as a basis, among the texts on ZhōngYōng, and understood the concept of ZhōngYōng in the book and conducted a therapeutic interpretation of self-cultivation.

Modern people living today are more inclined to follow their instincts

rather than ZhōngYōng and live lives that contradict ZhōngYōng, failing to follow ZhōngYōng, and fall ill, destroying human nature in their daily lives. Modern people, whose body and mind are sick, need ways to heal their nature as humans. Self-cultivation is like nurturing the force of life within oneself, and it is garnering more attention in that one can practice it on one's own. Through performing self-cultivation, one would be able to live while maintaining a healthy human nature if one could practice Self-Cultivation Therapy with ZhōngYōng as a main principle.

In order to interpret ZhōngYōng from a Self-Cultivation Therapy perspective, the researcher investigated what ZhōngYōng is and how it connects with self-cultivation. The researcher then studied how the concept of ZhōngYōng can be interpreted from a Self-Cultivation Therapy perspective. ZhōngYōng is about finding the optimal fit from a human nature perspective and consistently maintaining it without wavering. In the process of interpreting “ZhōngYōng,” the researcher saw the point where ZhōngYōng and self-cultivation meet as TiānRènHèYī and Rén Yì (仁義, benevolence and righteousness). TiānRènHèYī is about the way of heaven and the way of humans coming together as one. Yuán, Hēng, Lì, and Zhēng (initiating, prospering, benefiting, and persisting), the methods by which the way of heaven is operated, are Chéng (誠). Modern people who are true to their instincts need ChéngZhī (誠之), which is intentional effort to operate the way of humans along the orbit of Rén, Yì, Lǐ, and Zhì (benevolence, righteousness, courtesy, and wisdom), just like how the way of heaven is operated. At this point, benevolence and righteousness as expressed in “ZhōngYōng” meet the concept of ZhōngYōng and show how to perform Self-Cultivation Therapy.

The researcher presented the conceptual network of Self-Cultivation Therapy based on the concept of ZhōngYōng, suggesting self-cultivation based on ZhōngYōng can lead to treatment. This conceptual network shows how modern people, who are true to their instincts, can realize Chéng (誠)

and practice ZhōngYōng. This opens up the world of healing human nature for modern people.

Key words: Chéng, ChéngZhī, Self-Cultivation Therapy, ZhōngYōng, TiānRènHèYī