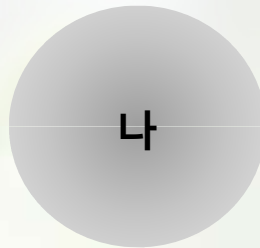


# 정체관 (正體觀)

# 정체관이란

> 나는 ○○이다.

➤ 우주의 중심에 무엇이 있습니까?



- 내가 있음으로 해서 내 인생이 있고 역사가 있는 것이며, 내가 있음으로 해서 '나'와 '우주' 등에 대해 논할 수 있게 됨

➔ 그러므로 <나>라고 하는 존재는 천하제일의 중요성을 가짐

# 정체관이란

> 나는 ○○이다.

## ➤ 진정한 나인가?

- 사람들에게 있어서 <나>란 나와 관련된 모든 수식어들이 통합되어서 <나>로 인식됨  
예) 나는 홍길동이다. 나는 ○○ 회사 사장이다.  
나는 우리 집 가장이다. 등
- 우리가 '나는 ○○이다'라고 정의할 때 그것이 진정한 나인가?  
→ 『나』에 대한 **하나의 관념이고 신념체계**일 뿐

# 정체관의 중요성

## > 정체관과 삶의 질

### ➤ 가치관 가운데 가장 중요한 것은 정체관

- <나>에 대한 정체성(正體性)이 애매한 사람은 애매한 인생을 살게 됨
- 선명하고 수준 높은 정체성이 있는 사람은 뚜렷하고 질 높은 인생을 살게 됨

#### 정체 (正體)

- '자아', '나'를 의미
- 일반적인 언어에서 쓰이는 '나'란 단어가 가지고 있는 이기적인 속성과 차별화하기 위한 동사섭의 용어

# 정체관 확립하기

## > 나란 무엇인가?

### ➤ '<나>란 무엇인가?'란 물음에 대한 답 찾기

- 정체관 확립은 <나>란 무엇인가라는 물음에 대한 답을 찾는 과정임.
- 물음에 대한 답은 여러 가지가 될 수 있음.
- <나>에 대한 관점을 **나와 우리의 행복에 도움이 되는 관점**이 되게 할 것

# 정체관 확립하기

## > 정체관의 예

### > 석가모니의 자아에 대한 관점

- 나의 죽음이라고 하는 문제를 고민하고 6년 간의 수행 끝에 <나>에 대한 관점을 바로 함으로써 해탈
- 나라고 하는 실체가 없다는 의미인 무아(無我)의 개념을 발전시킴.

### > 서양적 관점에서의 자아관

#### William James의 자아(Self) 개념

미국의 선구적인 심리학자였던 윌리엄 제임스(1842-1910)는 자아란 '한 개인이 자기 것이라고 말할 수 있는 모든 것'이라고 정의하였으며 다음과 같은 3가지 구성요소로 나누었다.

- ① 물질적 자아 : 나를 이루고 있으며 나와 관계된 가시적인 물질적인 측면
- ② 사회적 자아 : 타인과의 관계 속에서 나타나는 나의 신분과 위치
- ③ 심리적·영적 자아 : 가치관, 도덕 기준등과 관련된 나의 내면적 특성과 자기 반성적인 사고들

# 정체관 확립하기

## > '나'에 대한 바람직한 관점

### 주인정신

- **'나는 주인이다.'**라는 주인정신에서 출발함
- 주인정신을 가진 자는 주인의 마음으로 자기 주변을 살피게 됨.
- 주인정신을 가진 자는 자기 주변을 보다 행복하고, 보다 평화로운 삶이 되게 하고자 노력함.

# 정체관 확립하기

## > '나'에 대한 바람직한 관점

### 주인정신을 기초로 한 4차원 자아관

- 1차원 자아관을 지양하며, **보다 높은 차원의 자아관을 지향**

- 1차원 자아관: 부정적 자아관
- 2차원 자아관: 긍정적 자아관
- 3차원 자아관: 초월적 자아관
- 4차원 자아관: **묘유적 자아관**



# 정체관 확립하기

## > 1차원 자아관이란

### ➤ 1차원 자아관: 부정적 자아관

- '나는 나쁘다'. '나는 할 수 없다!'
- 부정적인 자아관을 가진 사람은 일을 행함에 있어서 자신감이 떨어지고 생기와 활기가 부족하므로 일의 성취도도 낮음.
- 다른 사람들과 비교할 때에는 열등감을 드러낼 수도 있음.

→ **지양**해야 할 자아관

# 정체관 확립하기

## > 2차원 자아관이란

### ➤ 2차원 자아관: 긍정적 자아관

- '나 괜찮아', '나는 할 수 있어!'
- 자신을 긍정적으로 인정하는 자아관
- 평소 자신의 긍정적인 면에 대해서 생각해볼 필요가 있음

#### <예시 활동>

동사섭 수련 프로그램 중 '긍정점 3003가지'

: 자신에 대한 긍정적인 면을 써서 발표하는 활동

# 정체관 확립하기

## > 3차원 자아관이란

### ➤ 3차원 자아관: 초월적 자아관 (超越的 自我觀)

- '나는 없다.' '실체로서의 나는 존재하지 않는다.'
- 진공적 자아관 (眞空的 自我觀)이라고도 함
- 세속적인 <나>라는 실체에 집착하지 않는 자아관
- 나를 초월해버린 경지에서 얻을 수 있는 자아관

# 정체관 확립하기

## > 4차원 자아관이란

### ➤ 4차원 자아관: 묘유적 자아관 (妙有的 自我觀)

- 초월적 자아관에서 한 단계 더 나아가서 <나> 라는 것이 다시 역할을 하게 됨
  - <나> 라는 것이 기존에 생각하던 이기적인 내가 아니며 ,  
나와 관련된 집착과 번뇌가 사라진 상태
- 내가 원하는 대로 걸림 없이 자아놀음이 가능함

→ 가장 바람직한 자아관

# 손철

걸림 없는 마음으로 천수천안(千手千眼)을 나타낸다.

걸림 없는 마음이란 해탈을 이룬 후 얻을 수 있는 자유로움을 뜻한다. 천수천안이란 지혜와 자비를 상징하는 관음보살의 손과 눈을 의미하는 것으로서, 천 개의 손을 의미하는 「천수」는 자비의 광대함을 나타내고 천 개의 눈을 의미하는 「천안」은 지혜의 원만, 자재(自在)함을 나타낸다. 천 개의 손바닥 하나하나에 눈이 있어, 모든 사람의 괴로움을 그 눈으로 보고, 그 손으로 구제하고자 하는 염원을 상징한다. 따라서 『걸림 없는 마음으로 천수천안(千手千眼)을 나타낸다.』는 것은 자유, 자비, 자재를 갖춘 좋은 마음 상태를 의미한다.