문현공 교수의 죽음학과 불교 ⑫ 죽음의 종결



▶한줄요약
무명을 파괴해 태어남과 죽음이 함께 제거되는 것이 극복이다.

불교의 죽음과 극복 '불방일'
〈不放逸〉



죽음이 반드시 한 생명의 종결로만 정의될까. 다른 측면에서 죽음을 볼 수는 없을까. 불교에는 숨을 쉬고, 심장이 뛰며 생명은 지속되지만 마음이 죽어있는 상태가 곧 죽음이라고 하는 용어가 있다. 그것은 바로 방일(放逸, pamatta)이다. 방일을 통해 '살아있는 죽음'이라는 다른 측면의 죽음에 대해 생각해 볼 수 있다. 〈법구경(Dhammapada)〉에는 다음과 같이 말한다.

"방일은 죽음의 길이고, 불방일은 불사(不死)의 길이다. 불방일하는 자는 죽지 않으며, 방일하는 자는 죽은 자와 같다."

방일(放逸)은 마음을 놓아버리고 게으르게 지내는 것을 말하며 '나태한' '태만한' '게으른' 것을 의미한다. 또한 방일은 '어떤 자극 속에 빠져 정신이 마비된 상태', 혹은 '만취한 상태'를 의미하기도 한다. 방일의 반대말은 'appamatta'로서 'appamatta'는 부정접두어 'a'와 'pamatta'가 합쳐진 것으로 불방일(不放逸, appamatta)을 말한다. 〈법구경〉에서는 살아있다 하더라도 그 삶이 방일하다면 마치 죽은 것과 같다고 말한다.

방일은 보통 '게으름'으로 표현되는데 언뜻 보면 그리 어렵지 않은 말처럼 보인다. 그러나 경에서는 방일을 여러 가지로 표현하는데 〈디가니까야(Dīgha Nikāya)〉에서는 '위축된(saṅkhitta) 마음' '혼침(昏沈, thīna) 등으로 방일을 표현한다. '위축된'은 마음이 살아 움직이며 활동하는 것이 아니라 '오그라들어 말라버린 상태(萎縮)'이며 '혼침(昏沈)'은 마음이 마치 잠들어 어두워진 것 같은 상태를 의미한다. 다시 말해, 마음이 깨어있지 않고 주체성, 자율성, 활동성 없는 상태 혹은 수동적인, 막연한, 마비에 빠진 상태가 바로 방일이다.

이에 반해 불방일은 마음이 살아 움직이며 활동하는 상태, 혹은 '깨어있는 상태'를 의미하며 마음이 막연한 시간의 흐름에 얹혀 흘러가는 것이 아니라 능동적으로 활동하는 삶을 뜻한다. 불교에서는 불방일 즉, '깨어있는' 삶을 강조한다. 깨어있음은 빨리어로 '사띠(sati)'로도 표현된다. 싸띠(sati)는 영어로 'mindfulness', 우리말로는 '마음챙김'으로 번역되며 '순간순간에 주의를 기울이는 것'을 의미한다. 특히 싸띠는 불교의 대표적 명상법인 '마음챙김 명상'을 지칭하는 말이기도 하다.

마음챙김의 태도는 깨어있는 마음으로 '지금, 여기'를 알아차리는 것, 현재 내가 생각하고 감각하고 있는 것들을 온전히 느끼는 것, 지금의 순간에 내가 나의 순간들의 주인이 되어 주체적으로 활동하는 것 등을 포함한다. 또한 마음챙김은 몸(身), 느낌(受), 마음(心), 법(法: 진리)의 네 가지 영역을 통해 체계적인 수행법이 제시되어 있다.

마음챙김의 취지인 '깨어있음'을 아는 것, 그리고 마음챙김 수행의 '실천'을 통해 살아있는 삶, 불방일한 삶이 가능할 것이다.

이전의 연재에서 '죽음에 대한 마음챙김(maraṇassati)'을 살펴본 적이 있는데, 〈앙굿따라니까야〉 〈죽음에 대한 마음챙김 경(Maraṇasati-suttaṃ)〉에는 '만약 내가 한끼 음식을 먹는 동안밖에 살지 못한다면' '한 입의 음식을 씹어 삼키는 동안밖에 살지 못한다면' '숨을 들이쉬고 내쉬는 동안밖에 살지 못한다면' 등의 방식으로 죽음을 시간과 관련지어 죽음을 가까이 하는 방법이 제시 되어있다. 죽음에 대한 마음챙김은 삶 속에서 죽음을 가까이함으로써 우리에게 주어진 삶이 한정되어있음을 깨닫게 하여 불방일한 삶을 살게 하는 좋은 방법 중 하나이다.

붓다고사(Buddhaghoṣa)가 저술한 〈청정도론(Visuddhimagga)〉에도 죽음에 대한 마음챙김에 대한 언급이 있는데 경에서는 "죽음에 대한 마음챙김을 수행하는 자는 항상 불방일(appamatto)하게 된다"고 말한다. 죽음을 마음챙김하며 죽음을 삶 속에서 사유하는 것은 고착화, 습관화, 수동화된 삶에 불방일의 마음을 일깨울 수 있으며 우리가 막연히 보내는 순간순간 시간들의 선명함을 드러낼 수 있다.

〈죽음에 대한 마음챙김 경〉 서두에서는 "죽음에 대한 마음챙김을 닦으면 큰 결실과 큰 공덕이 있고 불사(不死)에 이르게 되며 불사를 완성한다. 그대들은 죽음에 대한 마음챙김을 닦고 있는가?"란 붓다의 질문이 있다. 이러한 붓다의 질문에서 죽음에 대한 마음챙김이 함의하는 것은, 역설적으로 죽음을 넘어서기(不死) 위해서는, 죽음을 가까이 해야 한다는 것이다.

아울러 경에서 말하는 '불사(不死)'가 가리키는 진정한 의미는 무엇일까. 이는 앞서 본 〈법구경〉의 '방일은 죽음의 길이요, 불방일은 불사의 길'이라는 언급과 같은 맥락에 있다. 진정한 불사의 길은 방일한 상태에서 영원히 흘러가는 삶이 아닌, 순간순간 깨어있는 삶인 것이다. 따라서 불교에서 제시하는 진정한 죽음의 의미는 생명 활동의 중지 혹은 삶의 종료를 의미하는 죽음이라는 '사건 자체'가 아니라고 볼 수 있다. 불교의 죽음관은 죽음을 가까이 두면서 삶의 유한성을 자각하고 무명에 가려진 삶, 막연히 반복되는 방일한 삶을 타파하고 순간순간 생생하게 깨어있는 삶을 추구하는 것이다.

마음챙김은 깨어있는 마음
지금 순간의 주체활동 포함
죽음 넘어서려면 가까워야

불교에서 육신의 죽음보다 마음의 죽음을 더 중요시 한다면 죽음 극복의 문제에 대해서는 어떻게 설명하고 있을까? 불교에서 죽음은 1회로 끝나는 사건이 아니며 태어남과 함께 끝없이 반복되는 순환적인 고통이다. 따라서 죽음 극복에서 중요한 것은 반복되는 육신의 죽음이 아니라 죽음을 발생시키는 근본적인 원인을 제거하는 것이 중요한 문제가 된다. 죽음을 발생시키는 근본적인 원인을 알아보기 위해서는 죽음이 어떤 과정으로 발생하는지를 먼저 탐색해야 한다.

〈상윳따니까야〉에서는 죽음이 발생하는 12단계를 다음과 같이 설명한다. "무명(無明, avijjā)이 있을 때 행(行, saṅkhāra)이 있고, 행이 있을 때 식(識, viññāṇa)이 있고, 식이 있을 때 명색(名色, nāma-rūpa)이 있고, 명색이 있을 때 육처(六處, saḷāyatana)가 있고, 육처가 있을 때 촉(觸, phassa)가 있고 촉이 있을 때, 수(受, vedanā)가 있고, 수가 있을 때 애(愛, taṇhā)가 있고, 애가 있을 때 취(取, upādāna)가 있고, 취가 있을 때 유(有, bhāva)가 있고, 유가 있을 때 생(生, jāti)이 있고, 생이 있을 때 늙고 죽음(老死, jarā-maraṇa)이 있다.

무명에서 시작해 죽음으로 귀결되는 과정을 순서대로 관찰하는 것을 순관(順觀), 죽음이라는 최종 결과에서 무명까지 거슬러 올라가는 것을 역관(逆觀)이라 하는데 붓다가 보리수 밑에서 관찰했던 방법은 역관으로 추측된다. 왜냐하면 붓다의 출가 동기는 깨달음이 아니라, 죽음을 포함한 인간존재의 고(苦)였기 때문이다.

붓다처럼 십이연기를 역관(逆觀)으로 살펴보면 먼저, 늙고 죽음이 결과라면 전제 조건 즉, 원인은 '태어남'이다. 태어남이 없다면 죽음 또한 존재할 수 없다. 그리고 태어남의 조건이 되는 것은 유(有, bhāva)인데, 이는 태어나기 위해 모태 내에 머물게 되는 존재를 뜻한다. 또한 유의 조건이 되는 것은 취(取, upādāna)이며 이는 '집착을 의미한다. 취의 조건이 되는 애(愛, taṇhā)이고 이는 갈애(渴愛)라고도 표현되는데 인간의 본능에서 나오는 욕망을 말한다.

이러한 애의 조건이 되는 것은 수(受, vedanā)이다. 수는 감수작용(感受作用)으로 괴로움〈苦〉, 즐거움〈樂〉, 괴롭지도 즐겁지도 않음〈不苦不樂〉의 크게 세 종류가 있다. 수의 조건이 되는 것은 촉(觸, phassa)으로서 괴로움과 즐거움 등의 느낌은 우리의 감각기관〈根: 시각 청각 후각 미각 촉각〉과 그에 대응되는 대상〈境〉의 '접촉'에 의해 발생한다. 어떤 즐거움, 괴로움 등의 감수작용이 일어나기 위해서는 대상과 감각기관의 접촉이 전제되어야 한다.

촉의 조건은 육처(六處, saḷāyatana)인데 이는 인간의 여섯 가지〈眼耳鼻舌身意〉감각기관을 말한다. 그리고 육처의 조건은 명색(名色, nāma-rūpa)으로 색은 물질적 영역, 명은 정신적인(비물질적인 것: 언어, 관념, 기억 등) 영역을 포함한다. 명색은 물질과 비물질적 복합체(인식의 대상)를 뜻한다. 명색의 조건은 식(識, viññāṇa)으로 이는 의식(consciousness) 혹은 인지(cogniton)의 기능이 있다. 불교에서는 식, 명색, 육처, 촉의 네 가지는 매우 밀접한 관계로 보고 있다. 즐거움과 괴로움 등의 감수작용이 일어나기 위해서는 감각기관〈根〉·대상〈境〉·인식작용〈識〉의 접촉〈三事和合〉이 전제되어야 한다. 이 네 가지는 매우 밀접한 관계이며 거의 동시적으로 함께 일어난다.

다음으로 식의 조건은 행(行, saṅkhāra)이다. 행은 '잠재적 형성력' '충동력(impulse)' 등의 의미가 있는데, 이는 일종의 어떤 대상을 실재화, 구체화 하려는 잠재적 에너지라 말할 수 있다. 다시 행은 십이연기의 시작이자 마지막 단계인 무명에 근거해 작동한다. 무명(無明, avijjā)은 '밝지〈明〉 않음'으로 쉽게 말해 어리석음, 무지를 뜻하지만 이는 '근원적인 무지'를 의미한다. 무명은 무상(無常) 무아(無我) 등에 무지함이며, 원초적인 근본 번뇌로서 모든 집착과 번뇌의 근원이며 고통으로 가득한 삶을 전개 시켜 종국에는 태어남과 죽음을 발생시키는 태초의 원인이다.

불교에서는 생멸을 반복시키는 주체가 '마음'에 있다고 보며 죽음은 마음 영역의 문제로 귀결된다. 특히 마음의 영역 안에 있는, '무명'이 끝없는 생사의 반복을 생성해 낸다. 바로 이 무명의 타파를 통한 생의 차단, 그리고 생(태어남)의 차단을 통해 죽음은 발생하지 않게 된다. 무명을 파괴해 태어남과 죽음을 함께 제거하는 것, 이것이 불교에서 말하는 진정한 죽음 극복의 의미이며 바로 열반인 것이다.

열 두 가지의 연기적 요소들 각각은 원인과 결과의 고리로 얽혀 있다. 죽음이 존재하기 위한 전제 조건은 태어남이며, 태어남의 조건은 태어날 존재(有)가 있어야 한다. 계속해서 태초의 원인을 거슬러 올라가면 무명이 최종 원인이다. 따라서 무명(어리석음)의 '명'(明)으로의 전환을 통해 무명이라는 원인이 제거되면 차례차례로 모든 인과의 연결고리가 소멸하기 시작하고 결국 죽음은 사라지게 된다.

우리의 인식작용, 감각기관과 대상, 욕망의 작동은 멈추고, 종국에는 태어남이 사라지고 태어남이 없어지면 죽음은 발생하지 않는 것이다. 따라서 죽음의 해결은 무명의 타파를 통해 가능하다. 결국 불교의 죽음 극복의 문제는 죽지 않음(不死)이 아닌, 태어남의 없음(不生)을 통해 실현될 수 있다.

〈동국대 응용불교학 전공 조교수〉

불기 2567(2023)년 계묘년(癸卯年)

신년 축하광고 접수안내

귀의삼보 하옵니다.
다사다난했던 임인년의 해가 저물어가고 희망찬 새해가 밝아옵니다.
어려움 속에서도 임인년 한 해 현대불교신문에 베풀어주신 관심과 은혜에 다시 한 번
깊은 감사의 인사를 올립니다. 행복과 소망이 성취되는 새해 새 마음을 담아
불기 2567(2023)년 계묘년 신년 특집호를 아래와 같이 준비하고 있습니다.
무루 동참해 주시어 부처님의 법음이 세상 곳곳에 전해지도록 함께 하여 주시기를 부탁드립니다.

본 사	T. 02)2004-8204	F. 02)737-0698
경남지사	010-3860-7008	성낙두
부산지사	010-5640-8883	이도경
대구지사	010-6780-9190	배철완

전남지사	010-2629-1508	양행선
전북지사	010-8642-7733	조동제
영주지국	010-9373-3778	박영애
문화사업단	010-3048-4008	구광국

광고내용
임원명단, 축하문구, 이미지

접수문의 02)2004-8200
hyunbul1994@naver.com

계좌번호
KB(국민) 222-25-0005-381
(주)현대불교신문

현대불교신문