명상書 톺아보기

로버트 A.F 서먼의 〈분노〉

‘분노’, 오히려 활용하라

〈1〉 21세기의 분노

시시각각 일어나는 ‘분노’에서 우리는 어떻게 벗어날 수 있을까.

불교의 가르침에서 분노를 극복하는 방법을 찾은 美컬럼비아 대학의 로버트 서먼 명예교수의 〈분노〉 속에는 이에 대한 해답이 들어 있다. 분노의 파괴적 에너지를 변화시키는 지혜를 독자 여러분에게 전한다.

정리=노덕현 기자 noduc@hyunbul.com



중대한 순간

분노가 가져오는 끔찍한 공포에 대해서 우리가 함께 시간을 내어 성찰하는 일은 참으로 좋은 일이다. 분노는 서양의 기독교와 이슬람교에서 오랫동안 ‘대죄’로 여겨졌다. 동양의 불교에서도 분노는 번뇌, 또는 독으로 불리는데 그 것은 탐욕, 무지와 함께 삼독에 속한다. 삼독은 고통스러운 삶의 진정한 원인, ‘삼사라’ 즉 해탈하지 못한 채로 좌절하며 무한히 윤회하는 삶의 진정한 원인이다.

미국과 세계가 다시 한번 큰 전쟁을 일으킬 위험에 처한 지금, 고통스런 주제일지는 몰라도 우리가 함께 분노에 대해서 성찰하는 것은 대단히 중요한 일이다.

‘전쟁’이란 조직화된 분노의 또 다른 이름일 뿐이다. 문화적으로 조직화된 분노는 아킬레스부터 터미네이터에 이르는 영웅들을 모델로 해서 우리의 군국주의적이고 폭력적인 생활방식의 표준을 세우고 있다.

정치적으로 조직화된 분노는 ‘테러’를 정복하기 위한 미국의 공격적인 세계전쟁이 되고 있는데, 그 테러 속으로 기업화된 정부와 그런 정부의 언론 홍보가 우리를 오도하고 있다. CIA의 前 국장은 점점 커져가는 이 세계전쟁을 공공연하게 ‘제4차 세계대전’이라고 불렀다. 이는 한 세기가 넘게 쉬지 않고 증대하고 있던 지구적인 전쟁체계가 확대된 주요사건이다.

우리는 여태 전쟁이 종결될 것이라고 생각해왔다. 우드로 윌슨은 제1차 세계대전이 모든 전쟁을 종결지을 것이라고 생각했다. 1990년대에는 냉전의 종결이 곧 역사의 종언이라고 생각한 사람들도 있었다.

우리는 새로운 세기의 여명에서 희망의 빛 가운데 서 있었고, 그 새로운 세기 안에서 평화로운 지구 사회가 막 가능해 보이기 시작했다. 그러나 선거가 갑자기 전복되고 전후의 ‘평화배당금’ 일체를 탕진했다. 게다가 9·11 재앙은 성서의 ‘바벨탑’ 대참사를 우리의 대중 무의식에 되살렸으며, 이제 우리는 ‘테러와의 무한전쟁’ 안으로 깊이 빠져 들어갔다. 우리는 다시 한번 무한전쟁의 경제, 문화, 이데올로기의 노예가 됐다.

분노는 전쟁에 에너지를 공급한다. 수소폭탄의 분노, 화학적 분노, 생물학적 분노는 대규모 살상무기가 되어 이소행성 위의 모든 생명체를 파멸시킬 수 있음이 분명하다.

영원히 끝날 것 같지 않은 세계전쟁은 여러 형태의 분노를 신격화한다. 그러한 신격화된 분노는 그 어느 때보다도 더 세계체제를 지배하고, 그 체제의 폭력적인 경제를 지지하고 있고, 체계 내부에 존재하는 예술, 문화, 미디어, 교육커리큘럼, 권위주의적 공동체와 가족형태, 개인의 인격 형성을 지배하고 있다.

그러므로 지금 우리가 분노에 대해서 조사하고 그 본성을 살펴보며 분노가 정말로 죄인지 독인지를 평가하고 분노가 얼마나 ‘치명적’인지를 결정하는 것은 더욱 더 급선무가 되었다.

핵심적인 질문은 다음과 같다. 분노는 삶에서 불가피한 부분이고 타고난 것임이 틀림없어서 견디며 체념의 태도로 관리해 나가야 할 것인가? 아니면 분노는 금생에 직면하고 극복할 수 있는 것, 그리하여 용인되어야 할 것이 아니라, 개인적 사회적 지구적으로 그 것에 반대하고 그것을 패배시킬 수 있는 것인가?

분노에 항복하기

서양에서는 분노는 어떻게 ‘대죄’로 부상했는가? 분노는 죄 가운데서도 ‘치명적’이거나 ‘죽어야 할’ 죄로 간주되었다. 왜냐하면 분노는 신 안에서의 영혼의 생명을 죽여 버리고 우리를 거룩한 지복(Divine bliss)과 연결하는데 치명적으로 실패하게 만들었기 때문이다. 심정에 분노를 품은 채로 죽는다면, 즉 분노에 대해서 참회하지도 않고 고백하지도 않고 분노로부터 해방되려고 행동하지도 않고 죽는다면, 이는 지옥에 떨어지도록 스스로를 저주하는 것이다.

그래서 서양에서 인간이 사후 미래에도 천국이나 지옥에서 진실로 존재한다는 우주적인 맥락이 없었다면 분노가 치명적이라고 말해야 할 이유는 전혀 없었을 것이다. 마찬가지로 분노는 동양에서도 ‘치명적인’ 것으로 생각되고 있다. 왜냐하면 분노는 금생에 사람들이 서로 죽이거나 자신을 죽이는 원인이 되며, 나아가서는 사람들이 가장 비참한 존재로 윤회하게 하는 원인이 되기 때문이다. 즉 지옥의 영역에서 태어나거나 아귀, 축생, 아수라로 태어나게 하고, 인간 중에서도 가장 비참한 처지의 인간으로 태어나게 하기 때문이다. 그 생물학적 선택지는 참으로 넓고도 끔찍하다.

‘분노’ 성찰 시대적 과제
분노 대한 죄의식 약화
‘의분’ 등 활용 세태 증가
행복 향한 에너지로 인식

많은 현대인들은 여전히 분노를 ‘치명적인’ 것으로 생각하긴 하지만, 지금은 죄라고 하기보다는 ‘부정적인 감정’ 정도로 여긴다. ‘죄’는 근본주의자나 신비주의적 종교그룹을 제외하고는 그다지 널리 통용되는 관념이 아니다. 미래의 존재를 상식적으로 상정하던 우주적 맥락은 극적으로 사라져 갔다. 그래서 ‘치명적인’이라는 말은 이제 금생에 행복의 기회를 얻는데 치명적으로 실패한다는 뜻, 그리고 아마도 죽이고 죽임을 당해서 금생에서 치명적으로 실패할 수도 있음을 뜻할 뿐이다. 더 이상 감정이나 행동이 영혼에 치명적이라는 의미는 거의 없다. 왜냐하면 유물론자들과 이념적으로만 종교를 믿는 자들은 자신들이 정말로 ‘영혼’을 갖고 있다고 여기지 않기 때문이다. 그래서 그들은 내세의 윤회나 개인적 지속성에 대한 본능적 관심이 거의 없다.

종교의식 조사원들에 의하면 거의 90%의 또는 터무니없는 높은 비율의 미국인들이 자신들이 내세에도 존재하고 천국에 갈 것이라 확신한다고 한다. 하지만 동네 주변사람들에 대한 내 경험으로 보면, 그런 조사 결과를 믿을 수가 없다. 그런 조사결과가 사실이었다고 해도, 아마 거기 답한 사람들이 생각하는 내세란 거기에 이르는 데 분노가 큰 문제가 되는 그런 세계는 아닌듯하다. 적어도 분노는 예수나 하나님이 당신을 구원해 내지 못할 정도로 문제가 되는 것, 그래서 당신에게 지독히 치명적인 것은 아니다. 더욱이 하나님과 예수는 그들 스스로 이교도와 죄인들, 천한 자든 이방인이든 신의 비선민 모두에게 일종의 의분을 드러냈으며, 다른 사람들도 그렇게 하도록 용납한 듯하다.

그래서 현대 서양의 종교에서 분노는 그렇게 심각한 문제로 간주되지 않는다. 분노는 폭풍이나 번개처럼 자연현상과 같은 것이다. 그리고 분노는 남성의 특권이나 권위의 특전으로 존중되기까지 하는 것 같다. 여성의 분노는 아마도 좀 더 눈살 찌푸려지는 행동으로 잔소리나 히스테리로 생각되는 것 같다.

그러므로 의분, 즉 범죄와 부정에 맞서는 의분, 의무태만자와 주제넘게 나서는 사람들에 맞서는 의분, 사치와 빈곤에 맞서는 의분이라는 것도 있다. 의분의 대상에는 처벌해야 할 개인에서부터 박멸운동의 대상이 되어야 할 집단이 있다. 그래서 일부의 현대 종교인들은 분노를 어느 정도는 도덕적, 실천적으로 문제가 있는 것으로 보고 자제하려 분투노력해야 할 것으로, 또 어느 정도는 존중하고 많은 사용처를 가진 것으로 보고 있다. 그리고 그들은 분노란 궁극적으로 우리의 완전한 이해나 통제를 넘어서서 자연의 영역이나 신의 영역에 있는 것으로 본다. 그런 종교인들은 사형과 엄격한 교도소법의 형식으로 나타나는 분노, 그리고 마약, 테러리즘, 문맹 등에 대한 성전의 형식으로 나타나는 분노를 좋아한다.

그런데 세속주의자들은 분노에 대해서 아주 다른 견해를 갖고 있다. 이들은 ‘대죄’로서의 분노를 종교기관들이 자연적 인간을 억압하기 위해서 사용해왔던 개념들의 쓰레기통에 넣는다. 세속주의자들은 죄나 죄책감이라는 관념 일반을 극히 싫어한다. 그리고 그들은 분노가 심신을 쇠약하게 해서 건강을 망치는 결과를 낳는다는 최신 과학적 증거에 대해서 우려하고 있다. 그들은 그러한 증거에 오류가 없는지, 즉 실험실 안에 종교적 사유가 침투해서 생긴 편견에서 온 오류가 없는지 의심하고 있다.

여하튼 이런 세속주의자들은 분노를 좋아하고, ‘분노 조절’이라는 최신 기술을 습득해서 분노를 유용한 감정이나 에너지로 복권시키려고 열심이다. 특히 해방된 현대여성들은 분노에 대한 그들의 정당한 접근을 주장하기로, 그리고 그 분노를 사용해서 남성우월주의자의 위협과 지배, 억압을 떨쳐버리기로 결심했다. 그들도 분노가 자신이나 인간관계, 다른 사람에게 파괴적일 수 있음을 깨닫고는 있다.

그러나 그들은 오랫동안 인내해 온 자신들의 무자비한 억압적 상황 속에서 압제적인 경제적 문화적 사회적 관계 속에서 분노가 보이지 않게 지하에서 작동하고 있다고 느끼고 있고, 분노가 자신들 속이 아닌 열린 곳을 향하여 밖으로 분출되지 않는다면 도리어 자신들에게 피해를 입힐 것이라고 느끼고 있다. 세속주의자들은 분노를 그러한 기획에 사용될 강력한 에너지로, 즉 명백하고 현존하는 행복에 대한 장애물을 제거할 수 있는 에너지로 본다.

분노는 정복될 수 있는가? 만약 그렇다면 어떻게? 일단 분노가 정복되면 분노가 이전에 독점하던 그 에너지를 활동적으로 사용해 사물과 사건들을 보다 긍정적으로 만들 수 있을까?

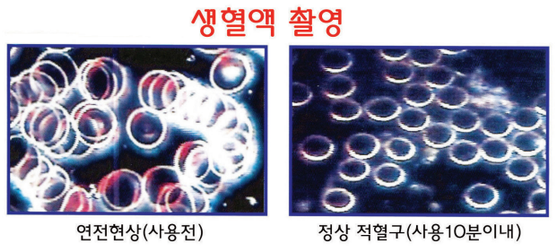
이 글은 로버트 A.F 서먼의 〈분노〉(민족사)에서 발췌한 내용입니다.

손·얼굴 한번 씻었는데 피가 맑아지고 뇌파가 안정되는 비누, 양치후 먹었더니 식중독·배탈·설사가 없어지는 치약

원래의 세정목적 외에 별도의 추가 부담없이
대장균(식중독균), 포도상구균(화농성세균) 99.9% 정균 감소 가능과 탈취 75%, 음이온 134cc, 원적외선방사 90.2% 의 기능으로

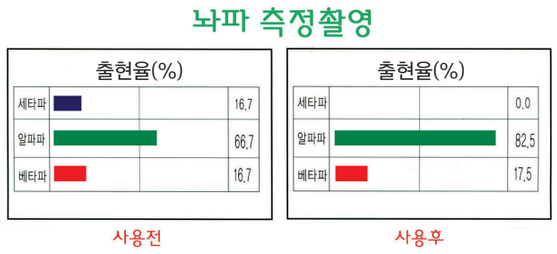
보약을 먹은 것도, 주사를 맞은 것도 아니고 BLOOD MATE® 단 한번 쓰고, 20분도 채 안되어
“엉켜있던 적혈구가 정상 적혈구로, 불안정한 뇌파가 안정된다.”

생혈액 촬영



연전현상(사용전) 정상 적혈구(사용10분이내)

뇌파 측정촬영



사용전 사용후

체험수기 개발자인 41년 3월생 남자 본인은 BLOOD MATE®사용후 6년차에 접어든 현재까지도 단 한번도 몸살, 감기를 앓아누워본 적이 없으며 안경을 써야 신문을 봤는데 현재는 안경없이 신문을 보고 코막힘이 없고 가래나 누런코도 나오지 않습니다.

BLOOD MATE®(비누)는 아토피, 무좀, 비듬, 발뒷굼치각질, 체취 등 각종 피부질환을 없애주고, 특히 연전현상의 엉켜있는 적혈구가 정상화되어 혈액순환이 원활해지므로 허리, 목, 어깨의 통증을 개선하는 효과

BLOOD MATE® ●강비누:120g 개당 25,000원 ●순비누:120g 개당 10,000원

양치후 뱉어내지않고 먹었더니 식중독, 배탈, 설사가 없어지고
숙취에 먹었더니 속이 편안해지며 술이 깨면서 정신이 맑아진다.

ORAL MATE®(치약)는 구강건강(잇몸 붓는것, 피나는것, 아픈것, 이시린것 등)은 기본이고 잇몸이 튼튼하고 치태가 끼지않고 구취가 없으며 하루종일 입안이 개운합니다.
식후에 바로 양치하고 먹었더니 속이 편안해지고 정신이 맑아진다

ORAL MATE® 치약 120g 할인가 개당 15,000원

위와같이 BLOOD MATE®, ORAL MATE®가 별도의 추가 부담없이 공산품인 세정용 비누가 피부, 세포를 건강하게, 혈액순환을 원활하게 한다.
의약외품인 치약이 배탈, 설사, 식중독이 없어지고 구강건강을 지켜준다면

이는 식약처가 과대, 과잉광고로 단속을 하여 생산활동을 막을것이 아니라 진위를 확인하여 오히려 국민건강, 인류건강을 위해 정부가 나서서 적극지원, 보호, 육성하는 것이 올바른 정책이요 국가 산업발전, 해외수출 등 국익에 도움이 되는 길일 것입니다.

㈜에이스 삼강 02)353-9692 010-2791-3696 | 농협 301-0238-2776-51 예금주 : ㈜에이스 삼강