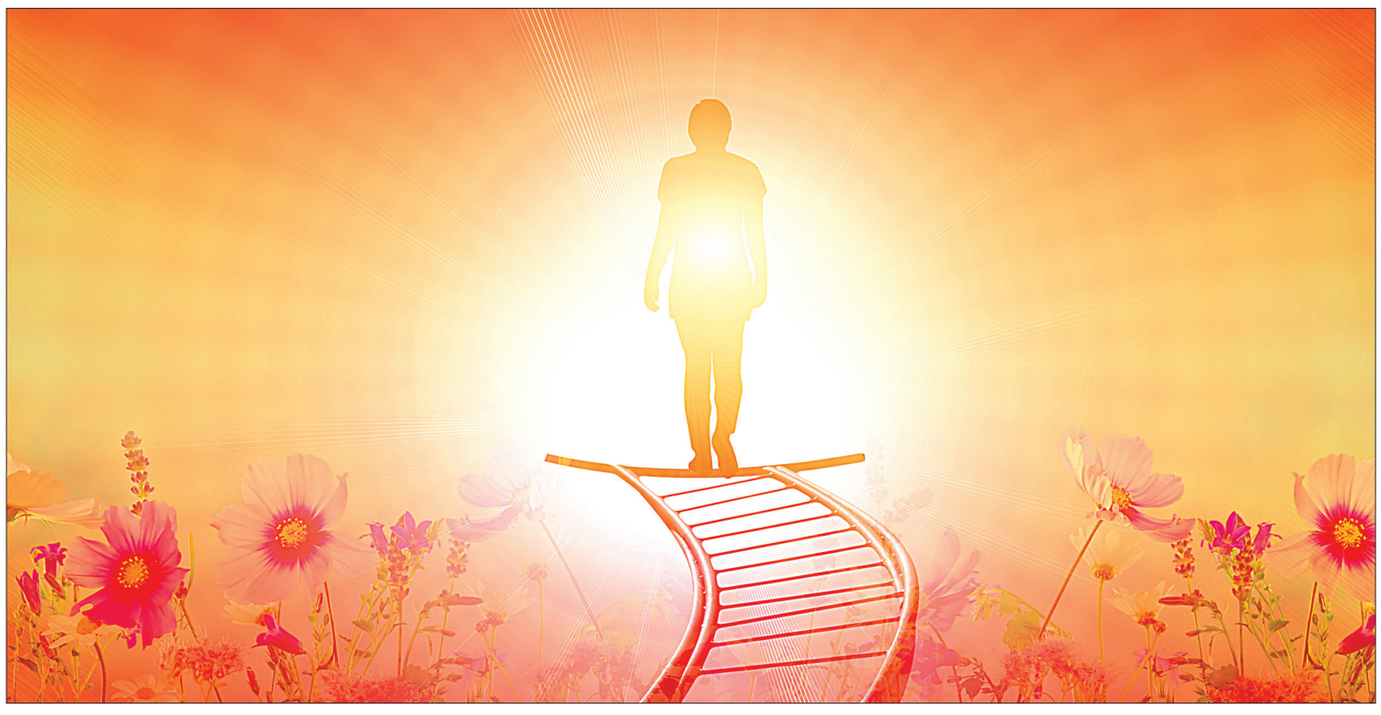
2022년 1월 12일 수요일 / 불기 2566년 현대불교

문현공 교수의 **죽음학과 불교** ❶ 연재를 시작하며

▶**문현공 동국대 응용불교학 전공 조교수**는 '죽음'이라는 주제에 천착해왔다. 명상과 종교심리학을 전공한 그는 그동안 죽음명상과 죽음학 등을 연구했다. 죽은은 삶의 끝일까? 아니면 또 다른 시작일까? 죽음을 주제로 한 불교의 마음공부에 대해 익혀보자. 문현공 교수는 뉴욕주립대 한국학센터 객원연구원과 동국대 전자불전문화콘텐츠연구소 전임연구원 등을 지냈으며, 주요 논문으로 〈불교 죽음 명상의 교육학적 적용〉, 〈죽음 현저성의 교육적 함의〉 등이 있다.



삶다운 삶을 위한 '죽음학과 불교'



인간의 죽음은 태어남과 동시에 시작된다. 지금 이 순간에도 죽음으로 향하고 있는 우리 인간은 기대수명을 채우고 죽음과 자연스럽게 만나기도 하고 돌발적인 사건으로 갑작스럽게 만나기도 하며 심지어 스스로 죽음 속으로 들어가기도 한다. 자연사, 사고사, 자살이라는 세 가지 죽음의 방식은 다시, '나 자신의 죽음', 내가 '사랑하는 이의 죽음', 뉴스의 사망기사처럼 나와는 관련 없는 '타인의 죽음'이라는 세 가지 형태 안에서 공포, 불안, 슬픔, 우울, 무관심 등 다양한 모습을 드러내기도 한다.

현실 속에서 많은 이들은 시한부 환자와 같이 명확히 나타난 죽음에만 반응할 뿐이며 대부분 일상의 삶속에서 죽음을 '망각'한 채 살아간다. 그러나 죽음을 망각한 삶은 돌발적으로 나타난 죽음에 감당키 힘든 충격을 받거나 마치 삶은 영원한 듯 부와 성공, 명예만을 추구하는 왜곡된 관점으로 세상을 살아가도록 만든다.

심리학적 관점에서 보면 인간은 무의식적으로 죽음을 감추며 살아가는 측면도 있다. 죽음이 평소에 잊혀 지지 않고 24시간 우리의 마음속에 자리 잡게 되면 지나친 불안감으로 인해 일상적인 삶이 불가능할 수도 있기 때문이다. 아울러 인간은 태어남과 동시에 생존을 지속해야 하는 '생존 본능'이 있기 때문에 죽음을 의식하는 것은 역설적이기도 하다. 하지만 삶다운 삶, 참다운 삶을 알기 위해서는 오로지 '삶'만 보는 것은 한계가 있을 것이다. '탄생, 삶, 죽음'이라는 전체적인 틀 위에서 삶의 참 의미를 알게 될 것이다.

왜 죽음에 관심을 가져야 하는가?

전우주적 진리인 죽음에 대한 망각은 뒤틀린 생사관을 만들어 간다. 과거보다 물질적으로 풍요로워지고 수명도 늘어난 현대 사회의, 특히 경제협력개발기구(OECD) 국가들의 낮은 행복 지수와 높은 자살률이 이를 증명해주고 있다. 오랫동안 OECD 국가 중 자살률 1위를 고수하고 있는 한국의 지난해 자살 인구는 10만명 당 25.7명으로 3위인 슬로베니아 16.5명, 4위인 일본 14.7명과 큰 격차을 보여준다. 보다 심각한 점은 국내 청소년 사망원인 1위 또한 자살이라는 점이다. 청소년은 성인과 달리 삶이 무엇인지, 왜 자살해야 하는지를 판단하기 힘든 상태에서 충동적으로 죽음을 선택하는 경우가 많다. 어떤 면에서 보면 청소년 자살의 근본 원인은 아이들이 아이들답게 살 수 있는 환경을 조성해주지 못하고 도리어 그들을 성공과 부 중심의 사회로 몰아가고 있는 어른들에게 있을 것이다.

자살의 원인은 어디에서 찾아야 할까? 그것은 죽음이 아니라, 바로 '삶'에서 찾아야 한다. 행복한 삶은 자살과 연결되지 않는다. 자살률은 삶의 행복감과 직접적으로 연결되어 있다. OECD 데이터에 따르면 OECD 자살률 1위인 한국의 행복지수는 37개국 중 35위이다. 또한 '한국방정환재단'의 조사에 따르면 국내 아동청소년 행복지수는 OECD 22개국 가운데 20위이다. 주관적 건강, 삶의 만족, 학교생활 만족, 소속감, 외로움 등 행복지수를 구성하는 6개 항목 중 특히, 국내 청소년의 '주관적 건강'과 '삶의 만족' 항목의 점수는 최하위 권이었다.

의료기술의 발달로 인해 수명이 늘어나면서 죽음은 감추어지기 시작했다. 묘지, 화장터는 혐오시설로 간주되어 도시 외곽으로 밀려나고 1990년대까지만 해도 집에서 맞이했던 친숙한 죽음은 차가운 병실에서 대량으로 맞이하는 죽음으로 변했다. 하지만 자연적 이치의 은폐는 왜곡된 현상을 불러온다. 죽음을 감추면 감출수록 삶이 행복해지기 보다는 자살, 부와 성공 중심주의, 물질만능주의 등 일그러진 삶의 단면들을 생산해 낼 뿐이다. 죽음에 대한 담론을 활발히 하며 감추어진 죽음을 개방해 삶속에서 죽음을 드러내어야 한다. 이는 장기적으로 보면 건강한 죽음과 삶다운 삶에 대한 인식증가, 삶의 질 향상, 자살률 감소 같은 문제들에 대해 긍정적인 영향을 끼칠 것이라 생각한다.

붓다가 사문유관을 통해 인간은 누구나 반드시 죽는 존재임을 절실히 깨닫고 자신의 내면으로 철저히 받아들였듯, '생명은 태어남과 동시에 죽음으로 향하는 존재'라는 생명의 속성을 많은 이들이 자각한다면 자신에게 주어진 삶의 순간순간들, 곁에 있는 이들과 함께 하는 삶의 순간들의 소중함 또한 깨닫게 될 것이다. 결국 죽음에 대한 공부는 '삶다운 삶'을 위한 공부로 귀결될 것이다.

죽음학(thanatology)이란 무엇인가?

죽음에 대한 연구(studies of death)를 의미하는 '죽음학'(thanatology)은 '학제간적(interdisciplinary)' 접근을 통해서 죽음에 대해 다층적 · 체계적으로 연구하는 학문이다. 죽음학을 말하는 영어 '타나톨로지(thanatology)'는 그리스 신화에 그 어원이 있다. 죽음의 신인 '타나토스(Thanatos)'는 밤의 신인 '닉스(Nyx)'와 시간의 신인 '크로노스(Chronos)'의 아들이며 잠의 신인 '힙노스(Hypnos)'와는 쌍둥이 형제였다. 이는 죽음이 잠(수면), 밤과 유사한 이미지를 가지며 또한 죽음이 시간과 밀접한 연관이 있음을 상징한다. 이에 따라 타나톨로지는 죽음을 뜻하는 '타나토스(thanatos)'와 '학문[學, science]'를 의미하는 접미사 'logia'에서 유래한 'logy'가 결합된 말이다.

모든 번뇌의 근간 '죽음'
'삶' 소중함 깨닫는 원천
서구선 '생사학' 등 발달
불교와의 접점 고찰 중요

죽음학은 미국을 중심으로 60여 년 전부터 본격적으로 시작되었다. 죽음학의 선구자인 헤르만 파이펠(Herman Feifel)은 1956년 『죽음의 의미(The Meaning of Death)』를 발간하며 종교, 철학, 사회학, 심리학, 문화인류학, 자연과학, 예술학 등의 영역을 '죽음'이라는 하나의 주제로 통일했고 '죽음 각성 운동(death awareness movement)'을 전개했다. 이후 1969년 엘리자베스 퀴블러로스(Elisabeth Kübler-Ross)는 〈죽음과 죽어감(On Death and Dying)〉을 출간하면서 인간이 죽음에 이를 때 다섯 가지 단계를 겪게 됨을 제시했는데 이는 죽음학이 대두되는 계기가 되었다.

또한 헤르만 파이펠의 영향을 받은 로버트 카스텐바움(Robert Kastenbaum)도 '죽음에 대한 심리적 관점(Psychological Perspectives on Death)', '이론, 연구, 그리고 응용: 죽음학에 관한 중요한 문제들(Theory, research, and application: Some critical issues for thanantology)' 등 심리학적 관점에서 죽음을 다룬 연구들을 발표하며 죽음학에 대한 불씨를 이어갔다. 1975년에는 레이몬드 무디(Raymond Moody)가 인간이 사망한 뒤의 경험을 다루는 근사체험(near-death experience)에 관한 책, 〈삶 이후의 삶(Life After Life)〉를 출간했고 이후 죽음에 대한 연구는 본격적으로 이루어지고 있다.

근래 들어 미국은 '죽음교육 및 상담협회(The Association for Death Education and Counseling')'를 중심으로 '죽음연구(Death Studies)', '죽음과 죽어감(Death and Dying)' 등 학술지 간행으로 죽음학을 확산시키고 있다. 일본에서도 50여년 전부터 서양의 연구를 받아들여 '사생학(死生學)'이란 명칭으로 죽음연구를 진행하고 있으며 대만에서도 푸웨이쉰(傅偉勳)의 사상을 중심으로 '생사학(生死學)' 연구가 이루어지고 있다. 국내에도 동국대학교 생사문화산업연구소, 최준식 교수의 '한국죽음학회', 한림대 '생사학연구소'를 중심으로 '죽음학', '생사학' 등의 명칭으로 죽음학이 연구되고 있다. 사실 죽음학은 단순히 죽음만을 연구하는 학문이 아니라 삶과 죽음을 함께 연구하는 학문이다. 일본에서 죽음학을 '사생학'이라 칭하거나 대만과 한국에서 죽음학을 '생사학'이라 부르는 이유도 이 같은 맥락에 있다.

죽음학과 불교, 그리고 융합적 연구

현재 미국을 비롯한 서구에서는 붓다의 수행법인 마음챙김 명상이 유행하고 있다. 대표적인 예로는 존 카밧진(Jon Kabat-Zinn)이 개발한 마음챙김 기반 스트레스 감소 (MBSR: Mindfulness Based Stress Reduction) 프로그램이 있다. 서양에서 붓다의 수행법이 유행하는 이유는 불교의 명상이 서양의 심리학과 만나면서 성공적인 재해석이 이루어졌기 때문이다. 명상과 심리학의 '만남'은 한 영역이 다른 영역과 함께 연구되는 일종의 융합적 연구로서 '학제간(Interdisciplinarity)'적 연구라 불린다.

죽음학 또한 '학제간적 연구'의 방식으로 이루어져 왔다. 죽음학은 죽음에 대한 심리적, 교육적, 의학적, 종교적, 철학적 연구 등 죽음과 관련된 통합적 연구를 의미한다. '학제간(學際間)'이라는 용어는 각각의 학문이 서로의 경계를 넘어, 죽음이란 하나의 주제로 각 영역의 축적된 연구를 총합하는 접근법이다.

'불교교육학'이라는 학제간적 연구의 선구자 박선영 교수는 '불교 교육(Buddhist Education)'을 '불교의 교육(Education of Buddhism)'과 '불교적 교육(Buddhistic Education)'으로 구별해야 한다고 주장했다. 불교의 입장에서 교육을 수용하는 것은 '불교의 교육'이며 교육의 입장에서 불교를 채택하는 것을 '불교적 교육'이다. '불교의 교육'은 불교대학, 강원처럼 스님들을 위한 교육, 재가불자를 위한 교육 등 교단 내에 국한된다. 그러나 '불교적 교육'은 교육학적 영역에 불교를 도입하는 것으로 종교의 경계를 넘어 보편적 학문의 세계로 불교를 확장시킨다. 보편성에 불교가 진입하게 되면 불교는 불교도 뿐 아니라 모든 이들을 아우르게 된다.

앞으로 함께 공부할 주제들

고타마 싯다르타가 출가를 결단한 이유는 모든 존재의 근원적인 괴로움 즉, 생로병사 우비고뇌(生老病死 憂悲苦惱)를 넘어서기 위함이었다. 그리고 이 괴로움들 중에는 죽음이 정점에 있었다. 그는 사색과 수행을 통해 깨달음을 얻었고 결국 죽음을 극복했고 그 방법을 설파하면서 불교가 시작되었다. 죽음은 불교 뿐 아니라 모든 종교, 철학, 문학, 의학 등에서도 중요한 주제이기도 한다.

앞으로 함께 공부할 주제로는 먼저, 죽음을 알아가는 첫 걸음인 죽음의 정의, 그리고 인간이 죽음에 이르는 과정, 죽음에 대한 마음챙김(maraṇasati), 부정관(不淨觀) 등 불교의 죽음관련 명상, 간병, 호스피스 같은 타인의 죽음을 대하는 태도, 붓다의 사문유관과 죽음심리학(Terror management theory), 자살과 불교, 정토불교와 티벳 사자의 서, 근사체험에서 다루는 사후세계의 문제 등 불교와 죽음학을 함께 살펴보면서 죽음에 대한 다양한 내용을 알아보도록 하겠다.

〈동국대 응용불교학 전공 조교수〉

일일시호일

골육종에 무너진 청년의 꿈…
"다시 웃을 수 있길"

베트남 출신 이주노동자 탄 골육종에 왼쪽다리 절단
병원비만 1000만원 이상…의족 있으면 걸을 수 있어



농협 301-0189-0372-01 국민 023537-04-004063 예금주:일일시호일

후원신청전화 070.4707.1080
♥정기 후원 한 달에 만원

이주노동자 지원 사업
다문화가정 지원 사업
국내 취약 계층 지원 사업
해외 지원 사업