제9강 생사학과 일반인의 죽음이해 비교 2

C 불교의 죽음이해(생사윤회)

1	색수상행식의 오온에는 육체와 영혼(식)이 포함된다.[1]
2	이 세상과 다른 세상을 인정한다. 육도윤회
3	인간을 연기적 존재로 파악하므로, 영혼도 실체적 존재가 아닌 연기적 존재로 인정. 영혼은 중음신, 8식 등 다양하게 표현.
4	불교에서 수행을 강조하는 것은 바로 영혼을 성숙시키라는 의미.
5	달라이라마에 따르면, 죽음은 끝이 아니라 육신의 옷을 벗고 다른 세상으로 떠나는 것.
6	불교에서 수행을 강조하는 것은 바로 배움의 중요성 때문이다.
7	불교에는 죽음과 관련된 다양한 가르침이 구비되어 있다. 하지만 현대인이 생활에서 실천할 수 있는 웰-다잉 가르침은 부족하다.

생사학과 불교의 죽음이해(생사윤회)와 관련되는 죽음의 유형은 9가지 반응 가운데 여섯 번째 수용, 일곱 번째 희망, 여덟 번째 마음의 여유와 관계된다. 여섯번째 반응 수용의 경우, 바람이 불면 부는 방향에 따라 납작 엎드렸다가 곧바로 일어서 자세를 바로잡는 잡초처럼, 시간이 경과함에 따라 감정적 흔들림을 서서히 추스르고 이제 임박한 죽음을 차분히 직시해 수용해야 한다. 죽음을 인정하지 않으면 죽어가는 과정에서, 또 죽은 이후에도 우리는 결코 죽음으로부터 벗어날 수 없다. 죽음이 남긴 침전물이 우리 존재 깊숙이 박혀 있기 때문이다.

하지만 죽음을 수용해 순응하면 죽음을 넘어설 수 있는 계기가 마련될 수 있다. 죽음을 수용하는 시점에서부터 죽음은 더 이상 걸림돌이 되지 않는다. 죽음에 순응하는 바로 그 순간부터 영혼의 치유는 시작된다. 임종을 앞둔 사람들 중에는 마지막까지 죽음을 거부하거나 분노를 표하기 때문에, 여섯 번째 단계인 수용에까지 이르지 못하는 사람들이 많다. 불가피한 죽음을 피하려는 저항이 강하면 강할수록, 죽음이 임박했음을 부정하는 심경이 강하면 강할수록 죽음을 품위 있게 또 평온하게 맞이하기가 어려워진다.

---

1)영혼의 존재를 인정한다고 해서 붓다의 무아 가르침과 충돌되는 것은 아닌지 의심할 수 있다. 우리 존재가 오온의 결합이듯이 영혼 역시 오온의 결합으로 생성된 연기적 존재이므로, 영혼이 실체로서 인정되는 것은 아니다. 달라이라마가 "죽음이란 궁극적인 종말같은 것이라기보다 낡아서 해어졌을 때 갈아입는 옷 같은 것"이라고 말했을 때, 영혼을 실체로서 주장한 것은 아니라 연기적 존재로서 말한 것이다.

죽어가는 사람의 아홉 가지 반응 가운데 처음 다섯 가지 반응과 여섯 번째 반응 '수용'은 크게 차이가 난다. 처음 다섯 가지 반응과 마지막 세 가지 반응의 분기점이 바로 당사자가 임박한 죽음을 수용하느냐 하지 않느냐 여부에 달려 있다. 죽어가는 사람의 모습은 죽음을 수용하느냐의 여부에 따라 크게 달라진다. 죽음 앞에서 한없이 절망하거나 죽음을 두려워만 하거나, 자기가 왜 죽어야만 하냐며 화를 내거나, 마지막 순간까지 슬픔에만 젖어 있다면, 자기의 죽음을 인정하지 않으면서 삶을 마감하는 셈이므로 결코 밝은 모습으로 편안하게 임종했다고 말할 수 없다.

이런 식으로 죽는 사람의 경우, 그의 삶 역시 그렇게 살았다고 말할 수 있지 않을까. 왜냐하면 죽음은 바로 삶의 거울로 삶과 죽음은 서로 다르지 않기 때문이다. 죽어가는 마지막 모습을 통해 우리는 그의 삶, 죽음 이후의 삶까지도 상상해볼 수 있는 것이다.

일곱 번째 반응은 희망, 인생이라는 길이 너무 막막하고 허무하다고 느껴진다면 당신의 인생 여행은 그 목적을 잃게 된다. 그것은 상상에 불과할지라도 두려운 광경이다. 그러나 죽음에 의미가 있다면, 다시 말해 죽음 저편에 여행길의 본래 목적지가 있다면, 고난의 인생길에도 나름의 의미가 있게 된다.

영원한 생명이란 미래와 관련된 문제만이 아니라, 바로 지금 인생을 어떻게 살고자 하는가 하는 삶의 태도와도 밀접한 관계가 있다. 사후에 계속되는 세계가 있느냐, 없느냐, 혹은 죽음이 끝이냐, 아니냐 하는 문제는 이 세상을 살아가는 각자의 삶의 방식과 밀접한 관계가 있다. 희망을 지니고서 밝은 모습으로 죽는 것과 어두운 표정으로 절망하면서 죽는 것 중 어떤 죽음이 보다 인간적일까. 가능한 한 밝은 모습으로 죽을 수 있도록 준비하는 것이 현명한 삶의 지혜일 것이다.

여덟 번째 반응 마음의 여유, 죽어가는 사람들 중 극소수의 사람들은 생의 얼마 남지 않은 시간들을 마음의 여유와 웃음으로 지낸다. 이런 사람들은 자신에 대한 자존감이 강해 자기 자신을 긍정적으로 생각해 죽음에 임박해서도 마음의 평정심과 여유를 갖고 적극적으로 죽음에 임한다. 이들은 매사에 긍정적인 태도를 지녀 역경에 처했을 때도 충격을 덜 받는다. 평생 한두 번 겪을까 말까 하는 희열보다는 일상에서 자주 느끼는 작은 만족감, 그리고 마음의 여유가 훨씬 우리 삶의 질을 향상시킨다.

갑자기 죽음이 찾아오더라도 담담히 죽을 수 있도록 충분히 연습하는 것이 지혜로운 자의 태도이다. 죽는 마지막 순간까지 태연함을 유지할 수 있는 지혜와 배짱이 있는 사람이라면, 삶에서 두려울 게 있을 수 없다. 죽음 앞에서 조금도 흔들리지 않는 평정심과 마음의 여유는 쉽게 얻을 수 있는 게 아니다.[2)]

6. 죽음치유가 시급하다

사람들의 죽음이해, 의료현장에서 통용되는 죽음이해는 도표에서 나타났듯이 문제가 많다. 죽음판정의 육체적 기준인 심폐사와 뇌사가 죽음정의를 대신하는 등 육체중심의 죽음관, 이로 인해 자살을 비롯 불행한 죽음의 양산이 양산되고 있다. 마지막 죽음의 순간 편안하고 여유있는 모습으로 가족과 작별인사를 나누고 다른 세상으로 여행 떠나듯이 죽는 사람을 주위에서 찾아보기 어렵다.

호스피스 관계자의 증언에 따르면 죽어가는 사람 중 90% 이상이 영적인 고통을 당하고 있다. 불교 가르침에는 죽음과 임종에 관한 다양한 가르침이 갖추어져 오래 전부터 우리 사회에 뿌리내리고 있음에도 불구하고, 우리 사회에 성숙한 죽음문화를 찾아보기 어렵고 죽음의 질에 문제가 심각한 것은 이해하기 어렵다.

아홉 가지 죽음 유형 가운데 처음의 다섯 가지 반응은 그 마음에 무명의 어둠이 내려 죽음을 밝은 지혜로 바라보지 못하기 때문이다. 여섯 번째 수용에서부터 여덟 번째 마음의 여유까지는 그 어둠이 걷히기 시작함을 뜻한다. 마지막 아홉 번째 반응 '밝은 죽음'에 이르러야 비로소 지혜 광명이 저 하늘의 태양처럼 우뚝 솟아 무명의 어리석음을 몰아낼 수 있다. 여섯 번째 수용에서부터 여덟 번째 마음의 여유 반응까지는 애써 정진하기만 한다면 성취할 수 있다. 누구나 붓다가 될 가능성이 있듯이 '밝은 죽음' 역시 불가능한 것은 아니지만, 깨달음 성취가 쉬운 일이 아니듯 '밝은 죽음' 역시 마찬가지이다.

죽어가는 사람들의 일반적인 반응 절망, 두려움, 부정, 분노, 삶의 마무리, 슬픔, 수용 등의 과정은 누구나 비슷한 단계를 밟게 되지는 않는다. 왜냐하면 사람마다 각각의 방식으로 저마다 다르게 반응하기 때문이다. 어떤 사람은 위의 반응들이 순차적으로 일어나지 않고, 어떤 사람은 두세 가지 반응이 동시에 관찰되기도 한다. 또한 삶을 마무리하

2) 여유있게 죽음에 임한 대표적 사례로는 그리스의 철학자 소크라테스, 중국의 장자, 현대 사회의 경우 미국의 스코트 니어링을 거론할 수 있다. (오진탁, <우리는 어떻게 죽는가> 『중국철학』13집, 2002년, 59-137쪽 참조)

는 모습(네 번째 반응)을 보여주다가 갑자기 죽음에 대한 절망이나 두려움(첫 번째 반응)을 표출하는 사람도 있다.

이처럼 각양각색의 모습을 보이는 것은 죽음이라는 절대명제 앞에서 인간이 지니는 나약한 모습이 적나라하게 드러나기 때문일 것이다. 아홉 가지 반응 가운데 첫 번째에 근접할수록 바람직하지 못한 죽음의 모습이라고 말할 수 있는데, 특히 처음 세 가지 반응은 성숙되지 못한 죽음이다. 여섯번째 수용의 반응은 이전의 반응과 크게 다르다. 아홉 번째 밝은 죽음에 근접할수록 보다 성숙한 죽음, 존엄한 죽음이라고 말할 수 있다.

D 불교의 죽음이해(붓다의 열반)

1	깨달음으로 무아를 성취하면, 내가 따로 없다. 따라서 내 영혼의 존재를 논하는 것 자체가 아무런 의미없다.[3]
2	생사윤회에서 벗어나므로, 이 세상과 저 세상 구분이 무의미. 윤회에서 벗어남은 이 세상과 저 세상 모두로부터 벗어난다는 뜻.
3	죽은 뒤 다른 세상으로 떠나 생사 윤회하는 영혼의 존재가 인정되지 않는다. 무아를 성취했기 때문.
4	불교에서 강조하는 열반은 바로 인간의 완성을 뜻한다.
5	열반을 성취하면 생사윤회의 고통이 끝난다.
6	불교에서 수행 통한 열반의 강조는 바로 배움의 중요성 때문.
7	불교에는 생사윤회의 고통에서 벗어날 수 있는 가르침이 제시되어있다.

죽어가는 사람이 보여주는 아홉 가지 반응 가운데 첫 번째 반응에서부터 다섯 번째 반응까지는 마지막 순간에 임해서도 죽음을 받아들이지 않는다. 여섯 번째 수용에서부터 태도가 바뀌어, 죽어야 한다는 사실에 순응하면서 죽음으로부터 무언가 긍정적이고도 희망적인 메시지를 읽고자 한다. 죽음에 대한 이러한 태도의 변화는 수용, 희망, 마음의 여유를 거쳐 아홉 번째 반응 '밝은 죽음'에 이르러 마침표를 찍는다.

아미타불은 '한량없는 광명(無量光)'의 뜻으로 풀이된다. '비로자나(vairocana)'라는 명호 역시 '광명편조(光明遍照)' 즉 지혜의 빛으로 삼라만상을 널리 비춘다는 뜻이다. 붓다

3) 윤회의 주체에 대한 질문에 대한 붓다가 무기(無記)의 침묵을 지킨 것도 바로 이런 맥락에서 보면 이해가 된다.

의 존재는 한마디로 무량한 광명 그 자체이다. 불교에서 말하는 깨달음이란 곧 광명을 깨닫는다는 말이다. 광명은 또한 마음의 지혜, 반야지혜를 가리킨다. 우리의 일상생활은 태양에 의해 크게 좌우된다. 태양이 비추지 않는다면 아무것도 볼 수 없고 우리는 아무 일도 할 수 없다. 태양보다 중요한 역할을 하는 것이 바로 진리 광명이다. 진리가 저 하늘의 태양처럼 우리를 비추어 주니까, 어둠을 헤쳐 나갈 수 있는 것이다.

불교의 목적은 우리의 마음으로부터 지혜의 빛을 발하는 일이다. 무명의 어두운 껍질을 깨뜨려 자기 마음에 본래 갖추어진 지혜광명을 있는 그대로 드러내고자 하는 것이 불교가 지향하는 세계이다. 불교는 생사불이(生死不二), 즉 삶과 죽음 사이에 조금도 차이를 인정하지 않으므로, 불교의 가르침은 죽음에도 그대로 적용된다. 붓다는 삶과 죽음의 어둠을 밝히는 광명 그 자체이다. 불교의 가르침은 육신을 지닌 인간보다, 육신을 벗어난 영혼의 존재가 보다 더 잘 이해한다는 말도 있다. 우리도 삶뿐만 아니라 죽음의 길마저도 그 광명으로 밝히라고 붓다는 가르친다.

죽음을 밝음 혹은 광명과 연결시키기는 쉽지 않으리라 짐작된다. 그러나 죽음문제를 추적하다보면 궁극적으로 접하게 되는 것이 바로 광명 혹은 빛의 존재이다. 불교경전이나 성경에 나오는 광명이나 빛의 존재, 선사들이 남긴 게송, 『티베트사자의 서』에 자주 제시되는 광명, 그리고 현대 사회에 주목받고 있는 임사체험자들이 전하는 빛의 존재 등등. 예로부터 숱하게 전해지고 있는 스승들의 놀라운 죽음의 모습은 우리가 죽음에 임했을 때 어떻게 대처해야 하는지를 보여주는 가장 설득력 있고 감동적인 모범답안이다.[4)]

---

4) 이승을 떠나는 마지막 순간까지도 중생들을 봉양했던 수월(1855~1928)은 한마디 설법도, 한 줄 문장도 남기지 않았지만, 언제나 주위에는 선열(禪悅)이 넘치고 법열(法悅)로 가득 차서 스님이든 일반인이든 심지어 호랑이를 비롯한 동물들까지도 환희에 넘쳤다. 그림자조차 남기지 않았던 삶의 행적은 진리의 빛 그 자체였고, 지혜와 자비의 본디 모습을 숨김없이 드러낸 삶과 죽음이었다. 1928년 무진년 여름, 일흔넷이 되던 해 여름 결제를 며칠 앞두고 수월은 나무하기를 마쳤다. 해제 다음날 점심 공양을 끝내고 대중들과 함께 찬 한 잔 마신 뒤 "나, 개울에 가서 몸 좀 씻을 텨"라고 대수롭지 않게 말하고 밖으로 나갔다. 얼마쯤 시간이 지난 뒤, 개울가로 빨래하러 간 스님이 부리나케 달려와 숨넘어가는 소리로 수월이 개울가에 앉아 열반에 들었다고 말했다.

목욕을 마친 수월은 실오라기 하나 걸치지 않은 맨몸으로 개울가 바위 위에 단정히 앉은 자세로 입적했다. 옆에는 잘 접어서 갠 바지저고리와 새로 삼은 짚신 한 켤레가 가지런히 놓여 있었다. 자연스런 결가부좌, 곧게 쭉 편 허리와 가슴, 고추 세운 머리, 살짝 감은 듯한 눈, 야물게 다문 두 입술, 배꼽 아래 함께 포개져 있는 두 손, 닿을 듯 말 듯 붙어 있는 두 엄지손가락, 누가 보아도 죽은 사람의 모습이 아니었다. 흡사 더운 여름날 매미 소리를 들으면서 개울물에 몸을 씻은 노스님이 잠시 바위 위에 앉아 삼매를 즐기는 그런 모습으로 수월은 육신의 옷을 벗었다. 대부분 사람들이 지닌 죽음에 대한 오해와 편견, 그리고 불행한 마지막 모습과 비교해보면, 수월의 이런 당당한 죽음은 하늘과 땅처럼 느껴진다. 도대체 어떻게 이런 죽음이 가능한지 사람들은 의아해할 것이다. 역으로 수월의 자리에서 보면, 사람들의 불행한 죽음 역시 이해하기 어렵다. 수월은 잠시 인간의 옷을 입고 중생의 아픔을 어루만지면서 지내다가 허물 벗듯이 육신의 옷을 벗고 가볍게 길을 떠났다. (김진태 『달을 듣는 강물』 해냄, 1996년 참조)

건강한 삶과 건강하지 못한 삶이란 말이 있듯이 건강한 죽음과 건강하지 못한 죽음, 행복한 죽음과 행복하지 못한 죽음이란 말도 있다. 삶을 밝은 모습으로 살아야 하는지, 어두운 표정으로 살아야 하는지 모르는 사람은 하나도 없다. 밝은 모습으로 삶을 마감해야 하는지, 어둡고 마지못한 표정으로 작별인사를 해야 하는지 조금만이라도 생각해보면 알 수 있는 문제이다. 그럼에도 불구하고 대다수의 사람들은 마치 불행한 죽음을 원하기라도 하는 것처럼 어두운 모습으로 삶을 마감한다.

사람마다 죽어가는 방식이 다른 것은 살아가는 방식이 차이나는 것과 마찬가지이다. 아무 준비 없이, 아무렇게나 마치 불행한 죽음을 원하는 것처럼 죽어도 되는 것인가. 죽음의 방식은 자기존재의 가치를 있는 그대로 비추어주는 거울이다. 이런 맥락에서 죽음의 방식에는 그 사람의 전부가 담겨 있는 것이다. 사람마다 죽어가는 모습이 천양지차인 것은 각자가 이 삶에서 살았던 모습이 그만큼 달랐기 때문이다.

다양한 사례와 함께 죽어가는 마지막 모습을 자세히 논의한 것은, 우리 사회에 죽음방식의 중요성에 대한 공감대가 전혀 형성되어 있지 않기 때문이다. 사람들은 어떻게 먹고 살 것인지, 어떤 직업을 택할 것인지, 어떻게 해야 돈을 벌 수 있는지 이런 질문을 수시로 던진다. 그러나 어떻게 죽을 것인지 하는 질문을 자신 앞에 던지는 사람은 몇이나 될까.

‘어떻게 살 것인가?’ 하는 물음은 세속적인 성공이나 출세 등을 모색하는 ‘삶의 양(Quantity Of Life)’과 관계되는 질문이다. 반면에 ‘어떻게 죽을 것인가?’ 하는 물음은 삶과 죽음의 의미, 영혼, 가치, 삶의 보람, 죽음방식의 중요성을 의미하는 ‘삶의 질’(Quality Of Life)과 ‘죽음의 질’(Quality Of Death)에 관계되는 물음이다. 삶의 양적인 차원과 관련되는 문제는 이 세상에서만 의미 있는 듯이 보일 뿐 삶의 질과는 별 관련이 없다. 하지만 삶과 죽음의 질과 관계되는 문제는 이 세상과 저 세상 양쪽 모두에 통용된다.

지금까지 우리는 인간다운 사람의 권리만 생각했을 뿐, 인간다운 존엄한 죽음의 권리를 생각해본 일이 없다. 우리 삶은 죽음에 의해 마감되므로, 웰빙은 웰다잉에 의해 완성된다. 잘 죽지 못한 삶은 결코 웰빙일 수 없다. 만일 어떤 사람이 죽음을 건강하게, 밝

은 모습으로 마감하지 못했다면, 그의 삶 역시 마찬가지라고 말할 수밖에 없다. 이제, 이 세상에서만 통용되는 그런 방식으로 살 것인지, 아니면 이 세상뿐만 아니라 저 세상에서도 통용되는 방식으로 살 것인지, 자기 자신에게 언제든지 찾아올 수 있는 죽음을 실제로 맞이하기 이전에 어떻게 죽을 것인지, 물어볼 때가 되었다.