

죽음과 고통에 대한 성찰 2

- 인생, 죽음에 이르는 여정 그리고 고통

최수빈

서강대학교 종교학과 교수

삶에 어떤 의미가 있다면 고통을 겪는 데에도 반드시 의미가 있어야 합니다. 고통이란 운명이나 죽음과 같이 삶에서 빼 놓을 수 없습니다. 고통과 죽음이 없는 삶이란 완전할 수 없습니다.

- 빅터 프랭클, 『죽음의 수용소』에서

인간은 수련생, 고통이 스승이니,
고통 받지 않는 한 그 누구도 자신을 알지 못합니다.

- 알프레드 뮌세, 「10월의 밤」 중에서

죽음에 이르는 여정, 인생 그리고 고통

일반적으로 죽음은 행복하고 평안한 것으로 서술되지 않는다. 인간은 죽음 앞에서 불안과 공포, 고통을 경험하는 것이 일반적이다. 인간이 경험하는 고통 중 가장 큰 것이 죽음이라고 말하기도 한다. 이렇듯 죽음이 고통이라는 주제와 무관하지 않다면 웰-다잉(well-dying) 역시 고통에 대한 이해 안에서 재고될 필요가 있을 것이다.

죽음 자체가 고통이라고 말하는 것은 정확하지 않다. 죽음에 이르는 과정이 고통스럽다고 해야 맞을 것이다. 죽음에 이르는 과정에는 대부분 고통이 동반된다. 많은 사람들이 죽음에 이르기 전 죽음의 원인이 되는 질병이나 사고로 인해 육체적 고통에 시달린다. 조금 과장

해서 표현하면 죽음에 이르는 과정은 고통의 과정이라고 할 수 있을 것이다. 인생이란 어떤 면에서 탄생의 순간부터 서서히 죽음을 향해 나아가는, 죽어가는 과정이라고 말할 수 있다. 따라서 인생 안에는 고통이 필연적으로 동반된다. 이것을 알기에 아기들은 태어나는 순간 그렇게 강렬하고 서럽게 우는 것인지도 모를 일이다. 그러므로 부처는 ‘생로병사가 모두 고통’이라는 명제를 제시하여 인간이란 고통으로 번뇌하는 존재임을 직시하게 하였다. 부처는 인생이 고통이라는 자각이야말로 해탈에 이르는 출발점이라고 가르쳤다.

물론 인생의 여정과 죽음에 이르는 과정 안에 고통만 존재하는 것은 아니다. 고통이나 슬픔만큼 즐거움이나 기쁨도 경험한다. 그런데 즐거움과 기쁨이라는 경험도 고통이나 슬픔과 무관하지 않다. 지속적인 쾌락의 상태나 기쁨의 상태란 인간의 경험 속에서 무의미한 것이다. 육체적, 정신적 고통, 혹은 문제가 해결되었을 때 비로소 우리는 기쁨과 즐거움을 음미하게 된다. 계속적으로 편안한 상태가 주어질 때 우리는 자신이 편안함을 자각하거나 그 상태를 누리지 못한다. 편안한 상태에 익숙해져서 무감각해지게 된다. 편안함을 자각하는 데 필요한 것은 불편하고 고통스러웠던 기억이라고 할 수 있다. 어느 노교수님께서 ‘천국’에 대한 이야기를 하시면서, “아마도 천국에 갈 때 이생에서의 기억(특히 고통스러웠던 기억)만큼은 그대로 가지고 갈 것이라고 생각합니다. 그래야

우리가 그곳이 천국임을 온전히 자각할 수 있을 테니까요.”라고 하셨던 말씀이 생각난다. 역설적으로 말해 천국적인 상태는 얼마나 지옥적인 상태를 자각하고 있느냐에 따라 절실하게 희망하게 되는 것이라고도 말할 수도 있을 것이다. 고통에 대한 자각이야말로 즐거움을 누리는 기반과 전제라고 할 수 있다. 고통에 대한 분명한 인식과 자각이 없다면 우리는 행복도 기쁨도 편안함도 제대로 인식할 수 없을 것이다.

고통의 주관성과 시간성, 그리고 사회성

주지하는 바와 같이 고통은 개인의 의식과 감정에 따라 느끼는 정도가 달라진다. 통증(pain)의 경우, 단순히 동물적 감각 뿐 아니라 주체의 의식이 개입되어 나타나는 현상이다. 동일한 정도의 통증이라도 개인의 경험, 상황, 성격, 심리적 이해, 문화적 배경에 따라 그 아픔의 정도와 질, 반응이 달라진다.

또한 모든 고통은 시간적이다. 인간의 고통이 짐승의 고통과 구별되는 가장 중요한 특성 중의 하나는 시간성이다. 고통이 과거의 원인에 의한 것이라거나 미래에 닥쳐올 고통 때문에 지금 괴로워하는 존재는 인간뿐이다. 과거에 느꼈던 고통에 대한 기억이나 미래에 다시 찾아올 고통에 대한 걱정과 불안과 같은 반성적인 의식작용이 고통의 강도에 크게 기여한다. 인간은 현재적인 고통뿐 아니라 기억 속의 과거적 고통, 그리고 예측되는 미래의 고통 때문에 괴로워하는 존재인 것이다. 거꾸로 고통은 시간의 의미를 묻게 해준다. 고통을 통해 역사와 시간이 어떤 의미로 흐르는 지를 해석하게 된다.

또한 고통은 사회적 맥락을 가지고 있다. 환우들의 고통은 육체적 증상 뿐 아니라 여러 가지 사회적 요소와 요소들에 의해 영향을 받기도 한다. 특히 에이즈와 같은 만성질환이나 난치병 환우들의 경우가 그러하다. 질병으로 인해 자신의 꿈과 욕구를 실현할 수 없다는 좌절감, 미래에 대한 불안은 고통을 더욱 가중시키며 더욱이 사회적으로 환영받지 못하거나 심지어 기피의 대상이 되고 있다고 생각은 환우를 깊은 고통의 늪에 빠지게 한다. 이러한 환우들의 경우 더욱더 고통의 의미를 찾는 작업이 필요하다.

고통에 대한 부정적 해석이야말로 고통을 가중시키고 자신을 올바르게 이끌지 못하는 방향으로 이끌 위험이 있다. 자신의 질병이 도덕적 악에 대한 형벌로 주어진다고 생각하여 치료를 거부하거나 식사를 거부하고 심지어 자살을 선택하는 자기학대적 반응하는 경우도 그러하다. 이러한 경우 죄 없는 자의 고통과 부조리가 존재함을 인식시켜 주는 것이 필요할 것이다. 자학적인 고통 해석과 반대로 자신의 고통을 억울하게 생각하는 피해의식적 고통해석도 문제이다. 이러한 경우에는 반대로 타인에게 고통을 전가하거나 전염시키려 시도하고 폭력적인 태도를 보이기도 하며 자해나 자살, 범조 등의 극단적 반응을 보일 수도 있다.

고통의 의식화와 의미부여의 기능과 효과

고통의 의식화, 곧 고통에 대한 성찰과 자기인식을 통해서 의미를 부여하는 작업이야말로 고통에 대응하는 데 가장 필요한 것이라고 할 수 있다. 부처(Buddha), 쇼펜하우어(Schopenhauer), 니체(Nietzsche)는 고통의 자각이

야말로 자아인식의 기초라고 한다. 뿐만 아니라 고통에 대한 자각은 인간 삶의 본질로서의 형이상학적 의미를 부여하는 행위라고 그들은 말한다. 그들은 모두 고통의 의미를 부여하는 것이야말로 인간의 삶을 가장 존엄한 것으로 만드는 작업이라고 한다. 아무리 고통스러운 삶이라고 할지라도 그 삶 안에 의미가 존재한다는 점을 인식해야 한다는 것이다.

칼 야스퍼스(Karl Jaspers)는 인간실존이 겪는 네 가지 상황, 즉 죽음, 고통, 투쟁, 죄책감 등은 인간의 실존을 각성시킨다고 했다. 특히 고통이라는 한계상황을 통해 인간은 행복의 의미를 다시 읽으며 죽음을 통해서 삶의 성숙과 의미를 재조명하는 초월을 잃게 된다고 한다.

막스 셸러(Max Scheller)는 『고통의 의미』라는 저술에서 고통을 통하여 우리가 신(神)에게로 나아갈 수 있는 길을 발견함을 말한다. 그는 다음과 같이 말한다.

“죽음과 고통이 없다면 사랑도 없고 공동체도 없다. 희생과 희생의 고통이 없이는 사랑의 부드러움도 없다. 지능이 아니라 마음으로 이해할 수 있다면 고통의 의미는, 고통에 대한 순수 효용적인 가치를 인식하는 것보다 깊은 방식으로 우리로 하여금 고통과 죽음의 현실과 화해할 수 있게 할 것이다”

그는 고통이야말로 인간 내부자체에서 인간을 순화시키는 기능을 본질적으로 가지고 있다고 주장한다. 인간이 자신이 겪는 고통의 의미를 찾으려는 것은 어쩌면 인간의 본성 안에 그러한 경향성이 본질적으로 자리하는 것일지도 모른다.

고통의 의미를 찾는 작업은 여러 가지 면에

서 유효성이 있다. 우선 고통이 인간의 삶에서 의미 있는 대상이며 자신이 겪는 고통이 의미 있는 것이라고 믿을 때 동일한 상황에서도 그 고통이 완화되는 경향이 있다고 한다. 따라서 고통완화의 한 치료방법으로서 환우들로 하여금 자신이 겪는 고통의 의미를 깨닫도록 하는 방법이 제시되기도 한다. 그 대표적인 예가 빅터 프랭클(Victor Frankle)의 의미요법(logotherapy)이다. 또한 고통의 의미를 파악하는 작업은 자신의 고통에 대해 가장 바람직한 대응자세를 마련해 준다. 고통의 의미에 따라 그것에 대한 이상적인 대응방법도 달라지기 때문이다. 일반적으로 고통은 제거하는 것이 가장 능사라고 여기지만 고통이 존재하는 의미가 있다면 그것을 무조건적으로 제거하기 보다는 그 의미에 부합한 방식대로 그에 대응해야 할 것이다.

고통의 제거에서 고통의 대면과 수용으로

인간은 본능적으로 고통에 저항하고 자신으로부터 고통을 제거하고 싶어 한다. 어쩌면 인류문명은 인간이 겪는 다양한 고통들, 예컨대 배고픔, 추위, 아픔 등에 대항하고 극복하는 과정에서 형성된 것이라고 말할 수 있을 것이다. 문명이 발달할수록 고통의 제거방법도 훨씬 발전한 것이 사실이다.

근대 이후 과학적 세계관은 고통의 제거를 목적으로 고통의 수치를 계량화하고 정량화하며 의학적 물리적 기제를 통하여 수치의 하락을 실현하는 데 매진하여 왔다. 현대 사회에서 육체적 고통은 수와 양의 문제로 환원되며 그 고통이 주는 의미에 대해서는 크게 관심을 가지지 않는다. 고통의 제거를 목적으로 하고 고

통의 제거를 통해 모든 의미부여는 마감된다. 육체적 고통은 진통, 혹은 무통이라는 표면적 해결을 통해 그것이 가지고 있는 심층적 차원이 축소되거나 외면되고 만다.

물론 환우의 통증제거나 통증완화야말로 현대의료의 최대과제이며 장점이 아닐 수 없다. 그러나 인간에게 주어진 고통을 제거하는 노력만큼 중요한 것은 고통과의 대면 속에서 환우 자신이 그 안에서 중요한 의미를 발견하고 자생력을 키우는 것이다. 가다머(Gadamer)는 그의 저서 『고통』에서 육체적 고통의 대면을 통해 인간은 자기 치유력을 키워낼 수 있다고 주장한다. 가다머는 현대의학이 무조건적으로 고통을 제거하는 것에만 몰두할 것이 아니라 인간이 지니는 고통 극복의 능력과 치유의 자생력을 발견하고 실현하는 것을 임무로 삼을 것을 강조한다. 그는 인간 안의 자기 치유의 힘들이 서로 모이고 엮이고 발효됨으로 인해 신체적인 통증과 고통에 지지 않고 그것을 견디어 낼 수 있도록 의료인과 기술은 든든한 조력자가 되어야 한다고 지적한다. 가다머는 더 나아가, 현대의학과 의료진이 환자를 의료산업과 기업논리의 제물로 대하지 말고, 어떠한 신체의 고통과 질곡으로도 훼손될 수 없는 고귀한 인격으로 대하기를 권면한다. 환자 또한 자신이 그러한 존재임을 자각하기를 권면한다. 고통은 신체를 훼손할 수 있지만 인격은 어떠한 것으로도 훼손될 수 없다는 태도 속에서 가다머는 병과 고통을 둘러싼 의사와 환자의 관계 양자 모두를 냉정하게 성찰한다.

‘고난을 극복하라’, ‘고통과 맞서 싸우라!’는 말을 자주 듣는다. 이러한 말들이 고통 속에 있는 이들에게 용기와 희망을 주는 것처럼 들리기도 한다. 그러나 한편 곰곰이 생각해 보면

이러한 말들이 현재 고통 속에 있는 이들을 오히려 힘들게 하고 그들에게 무거운 짐을 지우는 것일 수도 있다. 고통 자체로도 지치고 힘이 드는데 그것을 이기고 벗어나려고 노력까지 해야 한다면 얼마나 더 큰 에너지가 들겠는가? 또한 많은 경우 심각한 중증질환이 걸렸을 때 완치를 목적으로 노력을 했음에도 불구하고 결국은 죽음에 이르기도 한다. 중환자실이나 입원병동에서 목숨이 다하는 날까지 자신의 질병과 싸우느라 쉴 새 없이 처절한 전쟁을 치루는 환우들, 그리고 그 옆에서 탈진한 상태로 패잔병의 죄책감으로 오염하는 가족들을 우리는 얼마나 많이 만나왔는가? 현재 많은 병실은 전쟁 아닌 전쟁을 치루는 처절한 전쟁터로 바뀐 지 오래다.

죽음에 이를 수도 있는 고통스런 과정을 겪는 이들에게 필요한 것은 투병의 의지만이 아니다. 그들에게 더욱 필요한 것은 자신의 고통스런 상황을 공감해주는 가족이나 이웃이 있다는 확신이다. 고통의 과정을 혼자가 아니라 함께 하고 있다는 믿음이다. 불합리한 희망고문으로 불필요한 노력의 고통을 이 악물며 참고 견디게 하는 일이 그들에게 과연 좋은 일인지 다시 물을 일이다. 죽음에 이를 수 있다는 고통스런 현실을 수용하는 자세야말로 그에게 가장 적절한 치료과정을 선택하게 하고 치료의 결과에 대해 무리 없이 받아들이는 출발점이 될 것이다.

빅터 프랭클의 의미요법(logotherapy)

잘 아는 바와 같이 빅터 프랭클은 아우슈비츠의 지옥에서 3년을 보낸 신경정신과 전문의로서 극단의 고통을 겪으면서 인간 안에 근본

적으로 자리한 의미추구의 본성을 확인한 인물이다. 그는 어떠한 극한 상황이나 순간에도 삶에서 의미를 발견할 수 있으며 그 의미란 다름 아닌 ‘가능성’임을 강조한다. 인간에게는 삶의 의미와 목적을 발견하고 그것을 충족시키려는 경향이 근본적으로 내재한다는 것이다. 인간은 쾌락이나 성공보다도 의미충족에 대해 근원적인 관심을 가지고 있다고 프랭클은 말한다. 따라서 의미를 추구하려는 의지가 좌절될 때 오히려 쾌락(예를 들어 매춘 등)추구를 통해 결여된 의미를 대체하려 한다는 것이다. 프랭클은 아우슈비츠 안에서의 경험을 통해 극도의 열악하고 고통스런 상황에서도 자존심을 버리지 않을 수 있는 의지의 자유를 소유한 존재가 인간임을 확인하였다. 그는 자신의 처절한 경험적 지식을 통해 인간존재의 존엄성을 확인시켜 준 인물이다.

그는 삶을 대하는 인간의 태도가 그 어떤 가치보다 중요함을 강조한다. 외적인 상황을 바꿀 수 없을 때 유일하게 변화시킬 수 있는 것은 자신의 태도뿐임을 깨닫는 것이 중요하다고 그는 말한다. 태도 변화의 중요성을 깨닫고 용기 있게 자신이 처한 고통스런 한계 상황을 받아들이며, 품위 있게 인내하려는 긍정적인 태도를 취함으로써 인간은 고통의 상황에서도 삶의 의미를 발견할 수 있다는 것이다. 특별히 프랭클은 태도의 변화를 통해 더 이상 창조적 행위를 할 수 없게 하는 육신의 쇠약이나 마비, 그리고 자연이나 사람, 문화를 접할 수 없는 고독한 환경과 심신 상태, 죽음에 이르게 하는 불치의 병과 같은 극단적 곤궁과 고통에 시달리는 이들도 의미를 발견할 수 있음을 주장한다.

또한 프랭클은 피할 수 없는 고통과 같은,

아무리 비극적이고 부정적인 삶의 양상이라고 할지라도 역경에 대한 태도에 따라서 인간적인 업적으로 변화시킬 수 있다고 한다. 삶의 과제가 바로 의미이며 고통이야말로 삶의 의미 있는 성취의 기회이고 고통의 감내를 통해 삶의 목적 자체가 온전히 성취된다는 것이다.

불가피한 고통의 삶에서 의미를 찾아낼 수 있는 능력을 갖추어 주도록 유도하는 것이 그가 제시한 의미요법(logotherapy)의 주된 목적이다. 그에 따르면 고통에 의미를 부여하는 유형은 매우 다양하다. 예를 들면 자신의 고통을 가족이나 타인의 행복을 위한 희생으로 여기며 받아들이는 유형도 있고 자신의 죄에 대한 응보로서 고통을 이해하여 고통의 과정을 죄의 정화과정으로 기꺼이 받아들이는 유형도 있다. 또한 고통 속에서 그 의미를 발견하기 위해 지적인 탐구를 멈추지 않는 사람도 있고, 고통을 자신의 정신적, 혹은 영적 성장을 위한 신의 뜻으로 이해하고 기꺼이 고통을 수용하는 사람들도 있다. 이렇듯 다양하게 고통스런 상황에 의미를 부여함을 통해 고통을 수용하고 보다 합리적으로 견딜 수 있다는 것이다.

불치병이나 난치병, 혹은 만성질환의 고통을 겪고 있는 이들로 하여금 그 고통의 의미를 재발견할 수 있도록 유도하는 것은 본인이 좀 더 편안하게 그 과정을 견디는 데 큰 도움을 줄 수 있을 것이다. 그로 하여금 있는 그대로의 고통을 인정하고 죽음마저도 받아들일 수 있는 준비 자세를 갖추도록 유도하는 것은 질병의 치료만큼이나 중요한 작업이다. 고통의 상황에서 소망을 상실해 부정적 반응(가학적, 자학적 태도나 분노, 원망)을 보이는 대신 최선의 치료와 고통감소를 목적으로 노력하려는 의지를 갖는 것이 자신의 치료에 최선의 자세임을 확신할

수 있도록 도와주는 것이야말로 고통 중에 있는 환우를 돕는 가장 좋은 방법일 것이다. 그리고 나아가 고통의 상황을 혼자만이 겪고 있다는 고립감에서 벗어나, 가족이나 사회적 관계를 통해 고통을 함께 하고 있음을 공감시켜 주는 것이 환우에게는 절실히 필요한 일이다.

자신의 고통은 타인의 고통에 함께하는 길라잡이

우리는 타인의 고통을 얼마나 공감하고 그 고통에 동참할 수 있을까? 진정한 공감 없는 돌봄이나 도움은 오히려 부정적인 결과를 초래할 수도 있다. 공감 없고 유대감 없는 돌봄의 손길은 고통 중에 있는 이들에게 자신의 상황을 더 비참하게 느끼게 하고 자신이 남의 도움이나 동정을 받고 있다는 굴욕감까지 느끼게 만들 수도 있는 일이다.

우리가 타인의 고통을 나누고 그의 고통에 동참하려면 우리는 그의 고통에 우선 공감할 수 있어야 한다. 그러기 위해 일차적으로 필요한 것은 자신의 고통을 들여다보고 그것을 이해하는 것이다. 앞서서도 언급한 바와 같이 인생의 과정에는 정도의 차이는 있지만 수많은 고통들이 내재하고 있다. 고통 없이 사는 사람은 없다. 따라서 우리는 자신의 고통스런 경험을 토대로 타인의 고통을 공감하고 그의 고통에 동참할 수 있다. 자신의 고통에 대해 의식하고 그것에 의미를 부여할 수 있을 때 비로소 타인의 고통에 진정으로 이해하고 동참할 수 있다. 그리고 그렇게 될 때 비로소 적선이나 동정이 아니라 진심임을 함께 전달할 수 있을 것이다. 타인의 고통을 이해하기 전에 우리 자신의 고통에 민감해야 한다. 우리들 자신도

극단적인 고통의 상황을 맞이할 때 고통을 외면하거나 부정하지는 않을 지, 고통 앞에서 불필요하게 부정적으로 해석해서 자학적이거나 가학적인 태도를 보이지는 않을 지 생각해 보아야 할 것이다. 고통에 대한 실존적인 반성과 철학적인 사유 없이는 자신의 삶의 의미도 제대로 발견할 수 없으며 그러한 사람이 타인의 고통에 도움을 줄 수는 없는 일일 것이다. 자신의 고통이 의미 있음을 깨달을 때 남의 고통의 가치나 의미도 일깨울 수 있을 것이다. 고통의 유대감이야말로 인간이 인간을 이해하고 인간이 인간에게 손을 내밀 수 있는 제일 좋은 길라잡이라고 생각한다. 인생에 왜 고통이 존재해야 하는가에 대해서는 그 어느 누구도 분명하게 대답할 수 없겠지만 그래도 그것이 있어 삶이나 죽음 앞에서 인간과 인간이 서로 공감하고 안아줄 수 있는 것이기 때문이다.

고통은 참으로 피하고 싶은 대상이며 고통의 순간에는 신을 원망하기도 한다. 그렇지만 고통이나 슬픔을 경험하지 못한 인생은 진정한 평안과 기쁨도 누리지 못할 것이다. 그러므로 고통은 행복을 드러내주는 빛이요 거울인 셈인 것이다.

영화 <밀양>의 마지막 장면이 떠오른다. 주인공 신애가 자른 머리카락이 날아드는 하수구 구멍을 밀양(密陽)의 따뜻한 햇볕이 계속 비추고 있는 장면이다. 오래 오래 하수구를 비추는 햇빛을 보여주며 영화는 막을 내린다. 하수구에 아무로 모르게 그렇지만 끊임없이 ‘은밀한 빛(密陽)’이 내리고 있는 것처럼, 우리가 처참하게 고통을 겪고 있을 때 우리 곁에는 ‘숨어계신 하느님’이 늘 함께 계시지 모를 일이다. 우리가 안 들리게 우시면서….