

제1강 유행처럼 번지는 자살

나와 비슷한 세대라면 누구나 기억하는 이름이 하나 있다. 전해린이라는 이름. 1960년대나 70년대에 사춘기 혹은 젊음의 시절을 지났던 세대들에게 이 이름은 짙은 ‘허무’와 ‘낭만’ 그리고 ‘자살’ 등등의 말들과 함께 뇌리 속에 남아있다. 나 역시 그랬다. 당시 우리 사회를 휩쓸던 실존주의라는 분위기를 배경으로, 견딜 수 없는 삶의 허무감 때문에 스스로 목숨을 끊었다는 이 여류 문인의 이야기는 고즈넉하고도 쓸쓸한 북유럽의 가을 분위기를 연상시키면서 당시 많은 젊은이들에게 심지어 동경의 대상으로까지 비쳐지기도 했다. 전해린의 유작인 『그리고 아무말도 하지 않았다』(1966)는 책 제목에서부터 자살을 상업적 의도로 이용하려는 냄새가 물씬했지만, 한 동안 베스트셀러를 기록했던 기억도 난다.

후일 나는 철학을 전공하면서 ‘실존’과 같은 말이 얼마나 오해를 받고 있고(오히려 실존주의는 유한할 수밖에 없는 인간 존재의 의미를 극한까지 추구하고 긍정하려는 사상이다), 철학과 문학 주변에서 오가는 죽음에 관한 피상적 이야기들이 얼마나 큰 잘못을 저지르고 있는가를 절실히 깨닫게 되었다.

이 책 본문에서 거론한 프랑스 문인 장 아메리(Jean Améry)의 ‘자유죽음론’ 역시 전해린의 예처럼 잘못된 생각이 불러오는 치명적 결과를 대표적으로 보여준다. 기독교, 불교 등 위대한 종교들의 가르침, 사회와 인간을 건강하게 바라보게 해주는 여러 철학들을 공부하면서, 나는 장 아메리나 전해린 류의 자기 연민과 감상(感傷)을 인간의 ‘자유’ 내지 ‘실존’ 운운하며 정당화하는 것이 얼마나 소아병적이고 미성숙한 인간들의 자기 합리화인지를 알게 되었다.

멀리 전해린으로 거슬러 올라가지 않더라도 현재 우리 사회에 넘쳐나고 있는 자살은 자살자 수에서나 자살의 동기 면에서나 너무나 걱정스럽고도 절박한 문제로 떠오르고 있다. 이 책을 내야겠다는 필요성도 당연히 여기서 시작되었다. 이 책은 한 마디로, ‘죽음’을 올바르게 이해한다면 절대로 ‘자살’하지 않는다는 메시지를 담은 책이다. 이 책에서 내가 정말 지적하고 싶은 것은 우리들 인간의 삶과 죽음에 대한 오해이다.

우리들 인간이 살아가면서 마주치게 되는 지난한 고통들은 우리에게 자살을 택하라고 주어지는 게 아니다. 삶의 고통이란 우리의 영혼이 비루하고 유한한 육신의 삶을 넘어 아름다운 영혼으로 성장하도록 신이 내린 선물이라는 얘기다. 우리 인간의 삶과 죽음을 이렇게 바라볼 수만 있다면, 개인적 좌절이나 사회구조의 모순 따위로 인해 자살한다는 말은 그저 핑계거리밖에 되지 않음을 알 수 있다. 실제로 우리는 너무나 어려운 환경 속에서도 여전히 삶을 건강하게 꾸려가고 있고 아름다운 죽음을 맞이하는 할머니, 할아버지, 장애인, 보통사람들을 알고 있다.

우리들 인간의 삶과 죽음의 문제를 영혼의 성숙이라는 시각으로 바라보는 학문 분야를 생사학(Thanatology)이라고 한다. 나는 철학을 전공했지만, 철학이라는 학문이 오늘날 보통사람들의 삶과 죽음의 문제를 해결하는 데는 그다지 쓸모가 많지 않다는 것을 오래 전에 느낀 바 있다. 생사학 분야로 연구의 방향을 돌리게 된 것도 이 때문이다.

더욱이 최근 수년 간 우리 사회를 마치 광풍처럼 휩쓰는 자살 사태를 접하면서, 나는 생사학의 관점이야말로 자살을 예방하는 데 있어 이론적으로나 실제적으로 가장 적절한 방책이라고 생각하게 되었다. 물론 이것은 나 혼자만의 생각이 아니다. 내가 몸담고 있는 한림대학교에서 개설한 2008년 1학기 철학과 전공과목에 제출된 리포트를 소개한다.

“1년 반 전 교양으로 오 교수님의 수업을 들었다. e-campus(한림대 온라인 강의시스템의 이름)에서는 전에 들었던 강의에 다시 들어갈 수 있는 기능이 있었다. 2006년 2학기로 들어가 보았다. 입력창에는 내 이름을 쓰고 엔터를 누르면 나오는 나의 글을 하나 하나 차례대로 클릭해서 읽어보았다. 1년 6개월 전에 나는 이렇게 생각했구나 하는 생각이 든다. 우리는 세상을 수많은 오해와 편견으로 살아간다.”

“가장 잘못된 편견은 죽음에 관한 편견이다. 내 핸드폰 속에 있는 사람들에게 문자를 보내 물어보았다. ‘죽음하면 연상되는 단어가 뭐야?’ 대답은 뻔했다. 슬픔, 두려움, 무서움, 생각해본 적 없다 등등. 몇몇에게만 물어보았지만 이게 우리의 현실이다. 사실 우리 모두 이렇게 생각한다. 죽으면 끝이 아니다, 죽음을 두려워할 것만은 아니다, 죽으면 육체의 옷을 벗고 다른 세상으로 여행을 떠난다고 배웠다.”

“하지만 내가 배운 내용을 다른 사람들에게 이야기해주고 설득시키는 데는 어려움이 있는 것 같다. 얼마 전까지만 해도 나 자신도 그랬으니 그 사람들의 마음을 이해할 수 있기는 하다. 20여 년 동안 자신의 몸과 머리에 박혀 있던 생각들을 그렇게 쉽게 바꿀 수는 없을 것이다. 죽음이 끝이 아님을 과학적으로 증명하라고 요구하는 사람에게 나는 거꾸로 이렇게 묻고 싶다. 우리가 이 지구에 태어나서 울고 웃고 고생하고 즐거워하며 살아가는 이유를 과학적으로 설명할 수 있을까? 우리는 죽음에 대해 너무 무지하다. 아무도 제대로 알려주는 사람이 없으니 그저 죽음을 부정적으로만 생각한다.”

“자살예방교육의 효과와 중요성을 묻는다면 그 증거로 ‘나’를 들고 싶다. 나는 누구보다 자살충동을 심하게 느꼈고, 자살시도까지 한 적이 있다. 16주라는 짧은 기간 동안 수업을 들으면서 내 생각과 너무 달라 반말도 해보고 친구에게 짜증도 내보았지만, 결국 나는 많이 변했다. 한 학기 교육을 받은 이후, 교수님의 소개로 여러 방송국과 인터뷰도 했고, 지난 3월초에는 육군본부 군중장교 앞에서 자살을 시도했던 나의 이

야기, 자살예방교육으로 변하게 된 과정을 솔직히 털어놓기도 했다. 이를 계기로 죽음을 더욱 깊게 생각하게 되었다. 자살을 예방해야 한다는 사명감도 생겼다. 더 많은 사람들이 죽음과 자살에 대해 교육을 받을 수 있었으면 좋겠다.”

죽음의 의미를 올바르게 이해하도록 하는 생사학이야말로 우리 사회의 가장 시급한 현안인 자살예방에 결정적인 대책이 된다는 증거를 이 글에서 읽을 수 있다. 얼마 전 서울에서 일간지 기자가 춘천의 연구실로 전화를 걸어왔다. 학교에서 자살이 일어나 현장에 직접 찾아가서 담당 교사들을 만나 보았더니, 왜 자살해서는 안 되는지 한번도 교육받은 일이 없어서 학생들을 어떻게 가르쳐야 할지 막막하다는 이야기를 하더라는 것이다. 기자는 그 이야기에 깜짝 놀랄 수밖에 없었다고 한다.

자살예방의 기본은 왜 자살해서는 안 되는지, 아무 준비 없이 충동적으로 죽음에 뛰어드는 것이 왜 문제인지, 죽음이란 과연 무엇을 의미하는지, 어떻게 죽어야 하는지, 나아가 어떻게 살아야 하는지 등을 깊이 있게 제시하는 데서 출발한다. 그러나 이것은 단지 자살을 막아보겠다는 의도만으로는 성취할 수 없는 일이기도 하다.

인간의 삶과 죽음을 바람직한 눈으로 바라보면서 일상생활을 영위할 수 있도록 교육적 뒷받침을 하지 않는 한 자살 문제는 해결할 수 없다. 우리 사회에서 죽음과 삶에 대한 깊이 있는 성찰과 교육이 얼마나 이루어지고 있는지 조금만 둘러보면, 거꾸로 왜 이토록 자살이 급증하고 있는지도 알 수 있을 것이다. 죽음 문제를 연구하는 생사학 전문가인 철학교수가 자살예방 활동에 전념하게 된 것도 바로 이런 연유에서다.

우리 사회는 그 동안 자살 현상을 대다수 ‘정상인’과는 무관한 소수 ‘비정상적’ 개인들의 일탈 행위로 치부해버림으로써 이 문제에 눈 감아왔던 것이 사실이다. 그러나 최근 몇 년 간 자살률이 급격하게 증가하면서 이제는 자살 현상의 심각성을 사회 전체가 어느 정도 인지하게 되었고, 자살 예방의 중요성에 대해서도 관심이 높아졌다. 자살이 ‘정상인’ ‘비정상인’을 가리지 않고 발생하는 문제라는 것을 이제야 깨닫고 있는 것이다.

특히 자살충동에 대한 여러 차례의 조사결과를 볼 때, 자살률 증가도 문제이지만 경제적·사회적 상황의 악화로 인해 자살 충동자가 평범한 일반인에게도 양산되고 있다는 것이 진짜 문제이다. 문제의 핵심은 자살률 증가 그 자체에 있는 것이 아니라, 자살충동자, 자살예비군의 양산에 있는 것이다.

정말 심각한 것은 자살의 ‘대기상태’에 있는 예비군이 우리 사회에 엄청나게 많이 존재하고 있다는 점이다. ‘자살은 현재 내가 부딪힌 문제의 해결책이 될 수 있다’, ‘사람은 누구나 자기 판단에 따라 자살할 권리가 있다’, ‘죽으면 나의 모든 고통도 끝이 난다’고 생각하는 사람들은 모두 자살예비 상태에 있는 것으로 볼 수 있다. 지금 당장은 자살하지 않겠지만, 어떤 풀기 힘든 어려움이 닥치면 바로 자살을 택할 가능성이 아주 높기 때문이다.

자살문제에 대처하기 위해서는 미봉책이나 임기응변이 아닌 더욱 근본적인 대책이 필요하다고 내가 누누이 주장하는 이유가 바로 여기에 있다. 즉 자살문제의 근본 대책은 ‘자살예방을 위한 웰다잉(Well-dying) 교육’밖에 없다는 이야기다. 자살예방교육을 학교교육과 사회교육을 모두 아울러 실시하지 않는다면, 어떤 자살예방 캠페인을 벌여도 효과를 보기 힘들 것이다. 자살예방은 눈에 보이는 빙산의 얼음덩어리 즉 자살 현상에 초점을 맞춘다고 해서 성과를 볼 수 있는 일이 아니다. 얼음덩어리 아래 숨어 있는 빙산의 몸체 즉 죽음에 대한 오해와 우리 사회의 불행한 죽음 방식을 개선하지 않으면 해결되기 어려운 과제다.

자살 사례를 추적해 보면, 자살자들은 거의 대부분 죽음에 대한 올바른 이해나 자각이 전무하여 그 같은 불행에 이르게 된 것을 알 수 있다. 자살자들은 자신에게 다가온 현실의 어려움을 해결하는 유일한 탈출구가 마치 죽음에 있기라도 하듯 너무나 쉽게 자살을 감행한다. 자살자는 죽음이 무엇을 의미하는지, 자살한 이후 얼마나 끔찍한 상황이 자신에게 다가오는지 전혀 개의치 않는다. 이들이 이런 선택을 하는 것은 평소 죽음에 대하여 아무런 이해도, 준비도 한 적이 없기 때문이다.

자살 예방과 우리 사회의 바람직한 죽음 문화의 형성을 위해 나는 2004년 12월부터 여러 전문가들과 함께 한림대에 ‘생사학연구소’(www.lifendeath.or.kr)를 설립, 죽음 현상에 대한 연구와 성숙한 죽음문화 보급을 위해 다양한 연구와 교육, 그리고 사회 활동을 벌여왔다. 자살 현상이 우리 사회에서 심각한 상황에 이르렀음에도 적절한 예방 활동이나 자살예방 전문가가 크게 부족한 점을 감안해 연구소에서 중요한 비중을 두고 있는 것이 바로 ‘자살예방을 위한 웰다잉 교육’의 보급이다.

우리 사회에서는 정신의학과 심리상담 위주로 자살예방 활동이 실시되고 있지만, 이미 말했듯이 이것은 부분적이고도 대중적인 처방의 수준을 넘어설 수 없다는 생각이다. 자살예방 활동이 더 큰 효과를 거두기 위해서는 ‘웰다잉 교육’을 통해 죽음과 자살을 바르게 이해시키고, 왜 자살해서는 안 되는지를 체계적으로 교육해야 한다. 이런 바탕 위에서 상담 활동이 진행된다면 더 큰 효과를 거둘 수 있을 것이다.