

## 2장 웰빙 넘어 웰다잉으로 (두 번째 시간)

### 4 생사학의 죽음이해

의학적, 법적인 문제를 포함해 논의를 해야겠지만, 그런 식의 논의에 앞서 인간의 삶과 죽음, 생명 혹은 영혼의 문제라는 보다 큰 차원에서 죽음은 진정 무엇을 의미하는지, 인간으로서 존엄한 죽음은 어떤 죽음이어야 하는지 하는 문제를 먼저 심사숙고해야 한다. 세계보건기구에 따르면 건강에 4가지 측면이 있다. : 육체적, 사회적, 정신적, 영적인 건강. 최근 세계보건기구에서는 영적인 건강을 추가시킴으로써 우리의 건강에 당연히 영혼이나 영성, 영적인 문제가 결부되어 있음을 분명히 지적하고 있다. 건강에 영적인 건강을 포함해 4가지 측면이 있다면, 죽음도 당연히 4가지 측면에서 접근해야 한다. 1 육체적 죽음, 2 사회적 죽음, 3 정신적 죽음, 4 영적인 죽음. 1) 그러나 우리 사회는 육체적 죽음과 사회적 죽음에만 관심을 가질 뿐 정신적 죽음과 영적인 죽음에는 무관심하다.

퀴블러 로스도 인간존재는 육체적, 감정적, 지적, 영적인 4가지 측면으로 구성되어 있다면서, “진짜 문제는 우리가 죽음에 대한 참된 정의를 갖고 있지 못하고 있기 때문”이라고 말한다.<sup>2)</sup> 죽어가는 환자들을 돌보고 의대생과 신학생들을 가르치면서 그는 죽음에 대한 새로운 정의, 포괄적인 정의를 내리는 일에 부딪혀 보기로 결정했다. 죽어가는 사람들은 대부분 불행하게 죽어가고 있고, 또 의사와 간호사, 그리고 가족이 죽어가는 사람을 병실 한 구석에 방치되고 있는 현실 역시 죽음이해와 정의에 문제가 있기 때문이라고 그는 판단했다.

죽어가는 환자들을 돌보면서 자기 환자와 항상 깊은 인간적 관계를 유지했던 그는 사람이 죽을 때 무슨 일이 일어나는지, 사람은 죽으면 어떻게 되는지 어떻게 해서든지 알고 싶어했다. 분노와 욕설, 좌절의 상태에서 죽었음에도 불구하고 죽은 바로 뒤 그들의 얼굴 표정에서는 침착함, 평온함을 자주 목격하면서, 죽은 그들의 육신은 봄이 되어 더 이상 필요 없어 벗어 던진 겨울 외투처럼 보여졌다. 죽어가는 사람을 많이 보살핀 경험이 있는 그는 아주 확실하게 죽어가는 사람들의 육신은 껍질에 불과하고 자기가 사랑했던 사람은 더 이상 그 껍질 안에 있지 않다는 것을 알았다.<sup>3)</sup> 죽음이 찾아오면 시체가 남는 것이지만, 시체는 바로

1) 최근 들어 우리 사회가 관심을 갖기 시작한 호스피스에 죽어가는 사람의 정신적, 영적인 고통을 보살피는 일을 하지만, 우리 사회에서 죽어가는 사람 중 호스피스의 도움을 받는 사람은 얼마 되지 않는다. 성숙한 죽음 문화의 형성을 위해서는 죽음정의와 그 이해가 획기적으로 바뀌어야 할 것이다.

2) 퀴블러 로스 『삶과 죽음에 대한 기억』 박충구역 (가치창조, 2001년) 201쪽

원래 죽어가는 사람을 보살피면서 어떤 심리적 반응을 보이면서 죽는가에 관심을 지녔던 그는 죽어가는 사람들과 함께 접촉하면서 죽음과 관련된 다양한 증언을 접하게 되면서 입사체험과 사후세계에 관심을 가지게 되었다. 그는 자서전 앞머리에서 다음같이 말했다. “나는 일찍이 스위스의 한 작은 소녀로 큰 꿈을 갖고는 있었지만, 『인간의 죽음』으로 세계적인 작가가 되리라고는 예상하지 못했다. 우리 삶의 마지막을 연구한 이 책은 나를 의학적, 신학적 논쟁의 중심에 서게 했다. 또한 내가 나의 남은 생 동안 ‘죽음이 존재하지 않는다’는 사실을 사람들에게 설명하게 될 줄도 몰랐다.” [퀴블러 로스 『삶과 죽음에 대한 기억』 13-14쪽]

그 사람이 아니다. 사람은 죽더라도 존재의 양식만 바꿀 뿐 계속 존재한다는 것이다. 4)

그러므로 인간의 죽음은 뇌사나 심폐사처럼 죽음판정의 육체적 기준만으로 정의될 수 없고 그렇게 되어서도 안된다. 육체 중심의 죽음판정 기준이 죽음정의를 대신하는 그런 사회는 결코 죽음문화가 성숙될 수 없고 자살처럼 불행한 죽음만 양산될 뿐이다. 사후의 삶에 대한 연구결과, 인간에게는 영혼이 있고 단순히 이 세상에서의 생존 그 이상의 이유가 있다고 퀴블러 로스는 말한다. 우리가 지금까지 정의한 것과 같은 그런 죽음은 존재하지 않는다는 결론에 그는 이르렀다.

이제 죽음 정의는 물질적이며 육체적인 것을 넘어 영혼, 정신, 삶의 의미같이 순전히 물질적인 삶과 생존 이상의 무언가 지속되는 것이 있음을 고려해야 한다는 것이다.<sup>5)</sup> 의학적, 법적인 접근은 단지 죽음의 육체적 측면만, 즉 죽음 전체를 보지 않고 일부분만 다루는 격이다. 육체의 죽음, 한 가지 죽음 판정기준에 국한시킨다면 삶과 죽음에 대한 폭넓은 가능성을 제한하는 일도 야기될 수 있으므로, 죽음을 폭넓게 또 깊이있게 이해하기 위해서는 육체의 죽음에만 국한시키기보다 다양하게 접근해야만 우리의 삶과 죽음에 새로운 지평이 열릴 수 있다.

또한 죽음이 끝나지 않거나, 혹은 죽은 뒤 영혼은 유지되느냐 여부 문제 역시 죽음 정의 문제와 밀접하게 연관된다. 죽음 정의 문제는 죽음 이후 문제와 아무 관련 없이 논의되어서는 곤란하다. 죽음은 우리의 삶과 죽음 이후를<sup>6)</sup> 연결시켜주는 매듭의 역할을 하므로, 삶과 죽음 그리고 죽음 이후 3가지는 함께 심사숙고되지 않으면 안된다. 퀴블러 로스는 죽음이 끝이 아니라는 것은 단지 지식의 문제, 사실의 문제라고 말했다. 소아암 등으로 죽음에 직면한 어린아이들을 향해 그는 “우리 몸은 형겁으로 만든 번데기와 마찬가지로 죽으면 영혼은 육신으로부터 벗어나 나비처럼 하늘을 향해 날아 올라간다”고 말했다. 티베트의 달라이 라마도 “죽음이란 육신의 옷을 벗는 행위“ 라고 규정했다.<sup>7)</sup>

3) 퀴블러 로스 『사후생』 최준식역 (대화출판사, 1996년) 54-55쪽

4) 다찌바나 다카시 『임사체험』 상 (청어람미디어, 2004년) 411쪽

5) 퀴블러 로스 『삶과 죽음에 대한 기억』 225, 226쪽

6) 죽음 이후 사후세계에 대한 구체적 논의는 이 글에서는 논의하지 않고 다음 기회로 남겨두고자 한다. 다만, 사후세계 논의와 관련해 엄밀한 과학주의와 사후세계에 대한 지나친 몰입, 모두를 비판하는 무디의 합리적인 태도는 귀 기울여 경청할 만하다. “극단적으로 회의적이 되어 과학적으로 엄격하게 증명되지 않은 것은 일체 믿지 않는 사람도 곤란하지만, 반대로 아무 것이나 다 믿어버리는 사람도 곤란하다. 나는 진리에 가장 가까이 다가가기 위한 건전한 태도는 양쪽의 중간 지점에 있다고 생각한다.....현대 사회는 세계 어느 분야라도 과학주의의 기반 위에 있다. 그러나 엄밀한 과학주의는 세계를 너무 작게 축소해 버린다. 이 세계에는 엄밀한 과학적 방법론을 적용할 수 없는 현상이 아직 많다. 그런 현상을 무시할 수는 없다. 무시하면 그만큼 그것 역시 잘못된 세계인식이 된다. 그러나 동시에 과학적 방법론을 적용할 수 없는 대상에 대해 말할 때에는, 자기가 아직은 확실하게는 무엇 하나 말할 수 없다는 것을 항상 인식해 둘 필요가 있다.” [다찌바나 다카시 『임사체험』 하, 50-58쪽]

7) 소갈 린포체 『티베트의 지혜』 (민음사, 1999년) 7-9쪽

죽는다고 해서 모든 게 끝이 아니므로, 죽음의 정의 역시 육신에만 초점을 맞추는 것은 바람직하지 않다. 그 결과 사람들은 육체에만 국한되는 그런 삶, 지나치게 세속적인 삶만을 추구하게 되기 때문이다. 죽음을 육체로부터 영혼의 분리과정으로 본다면, 죽음에 대한 거부감이 어느 정도 바뀔 수 있을 것으로 기대된다. 죽음을 육체적 관점으로만 보지 말고 보다 깊이 영혼, 영성의 문제로 바라볼 수 있고 죽음방식이 보다 성숙되지 않는다면, 우리 삶의 질(Quality of Life)과 죽음의 질(Quality of Death)은 결코 올라갈 수 없다.<sup>8)</sup> 삶과 죽음을 통한 여행으로 자기존재를 이해할 경우, 우리 사회에 팽배해있는 세속주의나 물질주의를 치유할 수 있는 계기도 마련될 수 있을 것으로 기대된다.

죽음을 육체의 측면에서 본다면, 육체의 죽음은 분명 있는 것이다. 그러나 영적인 차원에서 죽음을 바라보면 죽음은 육체의 죽음일 뿐이고 육체로부터 영혼이 떠나는 것이다. 죽음은 단지 육체의 죽음일 뿐 끝이 아님을 분명히 안다면, 죽음은 더 이상 존재하지 않는다고 말할 수 있다. 사실, 퀴블러 로스가 생사학의 연구 가치를 인정하지 않는 남편과 이혼하면서까지 생사학 연구에 몰두한 것도, 또 생사학이 존재하는 이유 역시 죽음은 끝이 아니므로 죽음은 사실 존재하지 않는다는 메시지 전달에 있는 것이다.<sup>9)</sup>

죽음이란 존재하지 않는다는 것, 죽음이 끝이 아니라는 것을 아는 것은 매우 중요한 일이다. 죽음에 대한 바른 이해는 우리 자신의 삶의 방식과 죽음의 방식에 결정적인 영향을 미치기 때문이다. 임사체험자들은 죽음의 순간 마치 허물 벗듯이 육체의 옷을 벗어버렸다. 죽음은 흡사 나비가 고치를 벗어 던지는 것처럼 육신을 벗는 것에 불과하다. 죽음은 보다 높은 의식 상태로의 변화일 뿐이다. 죽음의 순간에 유일하게 잃어버린 것이 있다면 육신이란 허물이다. 죽은 뒤 우리는 더 이상 육신을 필요로 하지 않는다. 봄이 와서 겨울코트를 벗어버리는 것과 같다. 따라서 죽음이란 일컬을 수 있는 것은 실제로 존재하지 않는다.<sup>10)</sup>

그러므로 생사학의 입장에서 본다면 우리 사회에 죽음은 두 가지 이유에서 존재하지 않는다. 첫째 죽음정의에 대한 논의를 심폐사나 뇌사같은 죽음판정 기준이 대신하고 있으므로, 우리 사회에 죽음판정 기준에 대한 논의만 있을 뿐 죽음정의(죽음에 대한 바른 이해)는 존재하지 않는다. 둘째 죽음이란 육체의 죽음에 불과하고, 죽음의 순간 육체로부터 영혼이 분리되어 다른 세상으로 여행을 떠나므로, 영혼은 죽는 것이 아니다. 육체의 차원에서 보면 죽음은 존재하지만, 영혼의 차원에서 보면 죽음은 존재하지 않는다. 죽음은 육체의 죽음일 뿐 끝이 아니므로, 죽음은 더 이상 존재하지 않는다. 따라서 죽음정의 대신 죽음판정의 육체적 기준만 논의하는 사회에는 육체의 죽음이 전부라고 착각하는 사람이 많을 수밖에 없

8) 생사학 전문가들은 죽음문제를 영혼이나 영성과 결부시켜 연구하고 있다. Kenneth J. Doka와 John D. Morgan은 *Death and Spirituality* (Baywood, 1993)을 펴낸 바 있고, 영성적 관심, 사별과 영성적 위기, 영성적 보살핌, 영성과 상담 등등에 관해 연구가 계속 나오고 있다.

9) 소갈 린포체는 죽은 뒤에 영혼이 있느냐 하는 문제는 증명이나 논증 여부의 문제라기보다, 지금 이 삶에서 자기 자신을 얼마나 깊이 이해하느냐 여부에 달려있다고 말한 것은 시사하는 바가 있다. Gary Doore ed. *What survives?* (Tarcher Putnam Book, 1990) 203쪽 참조.

10) 퀴블러 로스 『사후생』 39쪽

고, 그런 사회에 자살사례가 급증하는 등 불행한 죽음만 양산되는 것은 당연한 귀결이 아닐 수 없다.<sup>11)</sup>

## 5 죽음 앞의 인간 : 4가지 평등과 9가지 차별

우리가 죽음과 관련해 분명하게 아는 사실은 4가지이다. 첫째 사람의 평등, 누구나 죽는다. 둘째 시간의 평등, 우리는 언제든지 죽을 수 있다. 셋째 장소의 평등, 우리는 어디서든지 죽을 수 있다. 마지막으로 네째 누가 언제 어디서 어떻게 죽을지는 아직 정해져 있지 않다는 사실. 이와 같이 인간은 4가지 이유로 죽음 앞에서 평등한 존재이다. 그러나 누구나 이와 같이 4가지로 똑같은 조건에서 죽음을 맞이하지만, 사람마다 죽어가는 마지막 모습이 똑같지 않다.

지금까지 우리는 죽어 가는 사람이 어떤 심리상태를 거치면서 죽어 가는지 별로 생각해보지 않았지만, 서양에서 생사학을 창시한 큐블러로스 박사는 죽어 가는 사람이 겪게 되는 심리적 반응은 5가지 과정이 있다고 처음으로 주장한 바 있다. 이와 같은 5가지 반응 이외에, 우리 사회에서 실제로 죽어가는 사람들의 불행한 모습, 그리고 바람직한 인간다운 존엄한 죽음을 고려해 두려움 혹은 절망, 희망, 유머 혹은 여유, 그리고 밝은 죽음 4가지 반응을 덧붙이고자 한다.

- 1 **절망, 두려움** : 많은 사람들은 죽음을 절망, 혹은 두렵다고 생각한다.
- 2 **부정** : 죽어가는 사람이 마지막 순간까지 부정하면서 죽는다.
- 3 **분노** : ‘왜 죽어야하는지’ 주위사람들에게 화를 내는 사람도 있다.
- 4 **타협 혹은 삶의 마무리** : 운명이나 의사와 타협해 삶을 조금이라도 연장하고자 한다.
- 5 **슬픔** : 임박한 죽음을 앞두고 슬픔에 잠긴다.
- 6 **수용** : 죽음을 더 이상 피할 수 없는 현실로 받아들인다.
- 7 **희망** : 사후세계에 대한 희망과 기대를 지니고 죽는다.
- 8 **유머, 여유** : 여유있는 모습으로 죽음에 임한다.
- 9 **밝은 죽음** : 죽음에 임해 밝은 마음으로 여행을 떠난다.

사람이 죽어 가는 모습은 또한 동물의 죽음과 비교해 볼 수 있다. 동물은 육체적으로 쇠약

---

11) 우리나라가 OECD회원국 가운데 자살사망률이 1위, 자살사망률 증가는 다른 나라와 비교가 되지 않는다. 자살률 높은 일본을 몇 년 전부터 추월했다. 더구나 자살충동 비율을 여러 차례 조사한 결과 약 50%가 충동을 느끼고 있고 노인 자살충동률은 80%가 넘는다. 또한 자살권을 주장하는 사람이 10명 중 4명이나 된다는 조사결과가 발표되기도 했다. 그러나 자살예방을 위한 대책은 크게 부족하거나 혹은 거의 없다고 말해도 되는 상황이다.

해지다가 죽게 되지만, 인간의 경우 육체적으로는 쇠약해져가도 정신적으로 성장을 계속할 수 있다. 사람들은 나이가 들어 육체적으로 노쇠해져 갈수록 정신마저도 나약해지기 십상이다. 그러나 육체의 기능은 점점 쇠약해지기는 하겠지만, 정신력마저도 함께 늙어갈 이유는 없다. 시간의 흐름과 더불어 인간은 정신적, 인격적으로 성숙을 거듭할 수 있다. 이런 의미에서 ‘죽음은 성장의 마지막 단계’라고 말한다.

죽어 가는 사람들 대부분은 죽음에 대한 두려움이나 절망(첫 번째 반응), 부정(두 번째 반응), 분노(세 번째 반응)의 감정을 품는다. 아홉 가지 반응 중 첫 번째 두려움의 단계에서 다섯 번째 슬픔의 단계까지는 인간적으로 충분히 성숙하지 못한 반응이지만, 여섯 번째 순응 이후의 반응은 인격적으로 성숙했음을 시사해주는 반응. 죽음을 지나칠 정도로 두려워하거나 혹은 죽음을 무조건 부정하는 식으로 죽는 것은 바람직하지 않다. 점점 다가오는 죽음에 대해 화를 낼지라도 답답한 것은 오히려 자기 자신일 뿐이다.

순응, 희망, 여유, 밝은 죽음의 단계로 올라가야만 죽음을 편안히 맞이할 수 있다. 어떤 생사관 혹은 어떤 사람이냐에 따라 죽음을 맞이하는 방식이 크게 차이가 난다. 따라서 동일한 시간과 공간에서 함께 삶을 유지하고 있는 우리는 죽음 앞에서 기본적으로 평등한 존재이지만, 실제에 있어서 평등한 존재는 아니다. 이제, 언제든지 찾아올 수 있는 죽음을 실제로 맞이하기 이전에, 나는 어떻게 죽을 것인지 물어 보았을 때, 어떤 말을 할 수 있을 것인가.