

碩士學位論文

불교적 자아정체성의 확립을 통한  
老年期 삶의 質 改善에 관한 研究

指導教授 徐 炳 鎮

東國大學校 佛教大學院

佛教社會福祉學科

李 敬 姬

2008

碩士學位論文

불교적 자아정체성의 확립을 통한  
老年期 삶의 質 改善에 관한 研究

이 경 희

指導教授 서 병 진

이 論文을 碩士學位 論文으로 提出함

2008年 月 日

이경희의 碩士學位 論文을 認准함

2008年 月 日

委員長 \_\_\_\_\_(인)

委 員 \_\_\_\_\_(인)

委 員 \_\_\_\_\_(인)

東國大學校 佛教大學院

# 목 차

I. 서 언 .....	1
1. 연구의 목적 .....	1
2. 연구의 범위와 방법 .....	2
II. 자아정체성에 대한 이론적 고찰 .....	4
1. 서양적 자아정체성 .....	4
1) 자아정체성의 개념 .....	4
2) 노년기 자아정체성의 이해 .....	7
3) 융과 에릭슨의 자아심리이론 .....	12
(1) 융의 분석심리학이론 .....	12
(2) 에릭슨의 자아발달이론 .....	16
2. 불교적 자아정체성 .....	21
1) 불교의 세계관 .....	21
2) 연기적 자아 .....	30
3) 신앙적 자아 .....	41
III. 노년기 문제와 삶의 질 개선 .....	44
1. 노년기 문제 .....	45
1) 노년기 문제의 배경 .....	45
2) 노년기의 문제 .....	47
(1) 고독과 소외 .....	47
(2) 질병과 죽음 .....	48
(3) 빈곤과 경제 .....	49
(4) 역할 상실 .....	49
2. 노년기 삶의 질 개선 .....	50
1) 노년기 삶의 질 개선의 의미 .....	51

2) 노년기 삶의 질 개선에 영향을 미치는 요인 .....	53
<b>IV. 노년기의 불교적 자아정체성 확립 .....</b>	<b>58</b>
1. 서양적 자아정체성과 불교적 자아정체성의 비교 분석 .....	59
2. 불교적 자아정체성의 확립과 삶의 질 향상 .....	62
3. 불교적 자아정체성의 확립 방안 .....	64
<b>V. 결 어 .....</b>	<b>67</b>
<b>참고문헌 .....</b>	<b>70</b>
<b><i>ABSTRACT</i> .....</b>	<b>74</b>

# I. 서 언

## 1. 연구의 목적

현대 과학의 발전과 자본주의 발달로 인한 경제성장의 결과로 물질적 풍요와 함께 사회보장 및 사회복지도 현격한 발전을 가져왔다. 과거의 사회복지는 물질적 복지에 편중되었던 것이 차츰 사회문화 발전과 더불어 삶의 질에 관심이 집중되고 있다. 이미 고령화사회의 서구 및 선진국 노인복지에서는 성공적인 노화와 얼마나 행복하고 인간답게 살 것인가에 대한 ‘삶의 질’의 문제가 중요한 과제로 다루어지고 있다. 그러나 비교적 사회보장과 사회복지가 잘된 서구사회에서도 노인의 우울증과 자살률은 늘어나고 있는 실정이다. 오늘날 고령화사회에 진입한 우리나라에서도 여타 복지향상과 함께 특히 노인들의 복지향상에 관심이 더욱 고조되고 있는 실정이지만, 노인 자살률은 OECD국가 중 1위를 기록하고 있다는 놀라운 현실이다. 인간은 누구나가 행복을 추구하는 존재이지만 다양한 욕구충족에 대한 물질적 서비스와 惠澤에 중점을 두는 물질적 복지에는 한계가 있다고 볼 수 있다.

불교에서는 인간의 生·老·病·死의 고통을 근본 고통으로 보고 있다. 특히 인생주기의 마지막 단계라고 할 수 있는 노년기는 인생의 무상을 강하게 느낄 뿐만 아니라 老·病·死의 고통을 가장 실감하는 시기라고 한다. 노년기에는 신체적, 정신적, 심리적 기능의 퇴화, 임박한 죽음 등, 실존의 근원적이고 본질적인 문제에 직면하는 시기이다. 따라서 노년기의 긍정적인 자아정체성 확립은 필수라고 할 수 있다.

소위 精神的인 福祉는 종교의 영역으로 볼 수 있다. 그것은 종교가 인간의 문제를 근원적으로 바라보기 때문이라 할 수 있다. 부처님은 일찍이 존재에 대한 이해와 사유 그리고 깨달음을 통해 인간에게 일체의 고통에서 자유로워지는 法을 가르치셨다. 이처럼 불교의 정신적 복지사상은 연기적 자아관에 기초하여 인간을 질적으로 전환시키며 그것은 고통

과 갈등, 내면의 문제해결을 통해서 사람들의 삶의 질을 개선하고 궁극적 행복에 이르게 하는 것이다.

불교사회복지의 실천은 1990년 이후 괄목할 만한 성장을 이루어 왔지만 고령화되어 가는 현실에서 노인복지에 대한 관심이 더욱 요청되고 있다. 여기에서 제도나 외형적 시설 등, 물질적 복지이상으로 강조되어야 하는 것은 정신적 복지의 구축이라고 본다. 이러한 점에서 본 연구는 불교의 자아관에 대한 이론 분석을 바탕으로 노년기 삶의 질을 개선할 수 있는 불교적 자아정체성의 확립방안의 모색을 목적으로 한다.

## 2. 연구의 범위와 방법

인도에서 발생한 불교는 아시아의 여러 나라를 중심으로 분포되어 각 지역의 환경과 문화에 서로 흡수 융합 발전을 통하여 불교 특색을 달리 할 뿐만 아니라, 서구 여러 나라에서도 그 신자의 수와 연구자들이 적지 않게 늘어나고 있다. 2500년이란 오랜 기간 동안 계속되어 온 불교가 시간과 공간의 차이에서도 면모를 조금씩 달리하고 있는 실정이고 보면, 결코 불교가 한마디로 정리될 수 있는 단순한 것이 아니라는 것은 周知의 사실이다. 그리고 복지사상이나 이념도 크게는 동서양의 차이와 작게는 개인의 사상과 현실적 차이를 고려한다면 결코 불교의 복지사상과 이념 내지는 자아정체성 확립을 현실적 대안으로 단순 제시한다는 것은 거의 불가능하다고 본다. 그러나 불교의 보편적 복지사상과 자아관 이론에서 한정된 범위와 방법이지만 그 이론과 응용적 분석을 통한 불교적 자아정체성 확립방안을 연구해 보려고 한다.

본 연구는 문헌연구로서 불교경전에 기초하여, 국내외 문헌 및 선행 연구들을 참고하는데, 그 기본 자료로 長阿含, 中阿含, 雜阿含, 增一阿含 등 四阿含과 如來藏經, 大般涅槃經, 圓覺經, 瑜伽師地論, 唯識論 등이다.

주지하는 바와 같이 우리나라의 불교복지이론 연구는 근대화와 함께 사회적 요청에 의한 현장 복지이론 연구를 중심으로 제도나 물질적 복

지 연구는 활발히 진행되고 있다. 그러나 인간의 궁극적 목적이라고 할 수 있는 행복의 수단인 소위 정신복지 내지는 자아정체성에 관한 연구가 체계적으로 심도 있게 연구되어야 할 것이라고 본다. 이 점을 주안점으로 삼고 본 연구에서는 불교경전과 서양의 융(Jung)이나 에릭슨(Erickson)의 이론에 의거, 선행연구를 토대로 解釋學이나 社會學的 方法論 등을 이용하여 다음과 같이 研究를 진행코자 한다.

이상과 같은 연구 과제를 해결하기 위하여 본고는 전체 5장으로 구성 되겠는데 먼저 위 서언에 이어서 제2장에서는 서양적 자아정체성에 관한 이론과 불교적 자아정체성에 관한 이론을 살피기 위해 융의 분석심리학과 에릭슨의 자아발달이론을 분석 검토하고, 불교의 경론에서 보이는 보편적 세계관과 연기적 자아관, 그리고 신앙적 자아관을 살펴본다.

제3장에서는 노년기 문제와 삶의 질 개선을, 노년기 문제와 노년기 삶의 질 개선으로 크게 분류해서 먼저 노년기 문제의 배경과 노년기에서 발생하는 제 문제를 검토한 다음 노년기 삶의 질 개선을 위한 삶의 질의 의미와 노년기 삶의 질 개선에 영향을 미치는 요인을 검토한다. 여기서는 소위 물질적 복지와 정신적 복지의 비교 분석을 비판 분석적 입장에서 시도해볼 것이다.

제4장에서는 노년기의 불교적 자아정체성 확립을 위해 먼저 서양적 자아정체성과 불교의 자아정체성의 비교분석을 시도함으로써 그 차이점을 살핀 다음, 불교적 자아정체성 확립을 통해 삶의 질 향상이 가능한지 검토하고, 끝으로 불교적 자아정체성 확립방안도 시도해본다.

제5장에서는 이 연구논문의 결론부로서 이상의 분석과 검토를 요약하고 이로부터 제시할 수 있는 결론적 명제를 도출할 것이다.

## II. 자아정체성에 대한 이론적 고찰

### 1. 서양적 자아정체성

#### 1) 자아정체성의 개념

우리는 살면서 누구나 자신의 주체성에 대한 질문을 던진다. ‘나는 누구인가?’ 또는 ‘나는 어디에서 와서 어디로 가고 있는가?’

‘나’라는 자아개념을 다른 사람과 구별되는 독특한 존재로 혹은 다른 사람과의 관계 속에서 이루어지는 존재로 인식하기도 한다. 더 나아가 ‘현재의 내가 진정한 나인가?’ 아니면 ‘과거로부터 축적된 경험의 산물이 나인가?’ 이러한 질문들은 생존의 현실적인 의문이면서 동시에 자신의 존재에 대한 근원적인 질문으로까지 확대될 수 있다고 본다. 나에 대한 탐색은 ‘나는 어떻게 살아야 할까?’ 라는 삶에 대한 태도, 가치관으로 이어지므로 자아정체성에 대해 알아본다.

자아정체감이란 심리학자 에릭슨(Erik H. Erikson, 1902~1994)이 처음 사용한 언어로 주체성, 자기정의, 자기한계, 존재증명, 자각, 자기가치 등 여러 가지 의미를 포함한다.

자아정체감은 “자기의식의 내적인 연속성과 일관성 위에 성립되는 주체적인 자기의식이며, 타인으로부터도 그것이 인정받고 있다는 안정감이다. 그리고 그것은 사회적으로 안정된 길로 조금씩 전진하고 있다는 자기평가에 근거한 확신”<sup>1)</sup>이기도 하다.

에릭슨은 자아정체감이 내적, 외적인 측면을 갖고 있는 것으로 보았다. 내적 측면은 시간적 자기동일성과 자기연속성의 인식이며 외적 측면은 문화의 이상과 본질적인 패턴을 인식하면서 그것과 동일시하는 것이다.<sup>2)</sup> 즉 내적 측면은 시간이 경과하면서 자기 자신을 이제까지의 자

1) 박아청, 「성격발달의 이해」, (서울 : 교육과학사, 2006), p.325.

2) 이인정·최혜경, 「인간행동과 사회환경」, (경기 : 나남출판사, 2006), p.180.

신과 같은 존재로 지각하고 수용하는 것이며 외적 측면은 다른 사람과 본질적인 특징을 공유하는 것이다.

자아정체감은 자기존재에 대한 질문과 그에 대한 대답이며, 자기의 깊은 내부에 있는 것으로 언제나 무엇을 하더라도 그것에 의해서만이 인생의 모든 것을 볼 수밖에 없을 정도로 그 개인에게 강한 영향력을 갖고 있는 것이라고 정의를 내릴 수가 있다.<sup>3)</sup>

자기존재에 대한 의문을 시작으로 삶의 의미를 찾으며 인생에 관여함으로써 자기를 확인해 나가는 것이 자아정체감의 형성과정이고 그렇게 함으로써 성취된 상태가 자아정체감이라 볼 수 있다.

마르시아(J. E. Marcia)는 에릭슨의 자아정체감을 욕구, 능력, 신념, 개인사 등을 내적으로 스스로 만들어 가는 역동적인 체계인 자아구조라고 보았다. 따라서 개인의 자아구조는 점진적으로 변화, 발달하여 가는 동적인 것이라 할 수 있다. 자아구조가 잘 발달되어 있을수록 자신의 독특성과 타인과의 유사성, 그리고 자신의 장단점과 한계점을 명확하게 인식하고 수용하게 된다.

자아정체감을 확립하는 것을 심리학자 에릭슨은 개인의 심리적 발달에서 무엇보다 중요하다고 여겼다. 에릭슨은 심리·사회적 발달이론의 8단계<sup>4)</sup>에서 자아정체감을 확립하는 정도가 적응에 영향을 준다고 하였다. 그는 어떠한 심리학적 현상이라도 반드시 생물학적·행동적·경험적·사회적 요인의 상호작용으로 이해해야 하며 그는 인간의 전 생애를 통한 발달변화를 강조하였다.

에릭슨의 기본적 인간관은 건전하고 건강한 것에 초점을 맞추었으며 자아정체감 확립의 중요성을 특별히 강조했다.<sup>5)</sup>

---

3) 박아청, 전제서, p.312.

4) 에릭슨은 인생의 평생주기를 탄생에서 죽음까지의 8단계로 구분하고, 이론화했고 이것은 기본적으로 프로이드의 심리성적 5단계 이론을 수정, 발전시킨 것이다.

5) 박아청, 「아이덴티티론」, (서울 : 교육과학사, 1994), p.59.

자아정체감의 형성은 시간이 경과함에 따라 변화하면서 발달되어 가는 것으로 그 과정은 아동기에 뿌리를 두고 청소년기를 거쳐서 성인까지 지속되며 노년기에 자아가 통합될 때까지 계속된다. 자아정체감의 형성은 아동기의 부모나 가까운 주변사람들의 태도, 가치관, 행동을 자신의 것으로 받아들이는 동일시의 경험에서 시작되며 그것을 자기만의 독특한 총체로 통합함으로써 정체감이 형성되어 간다. 정체감 형성은 부분적으로 어린 시절의 부모에 대한 의존으로부터의 정서적인 분리를 포함한다. 특히 청소년기가 결정적인 자아정체감 형성의 시기이다.

청소년기에 형성되기 시작하는 자아정체감은 자신의 본질적인 인격에 대한 의문들로 청소년기에는 자아정체감의 문제가 두드러진다.<sup>6)</sup>

청소년기는 아동기와 성인기 사이의 전환이 일어나고 청소년기가 성격형성에 가장 중요한 의미를 부여한다. 사춘기에 접어들면서 신체적 발달과 내적 충동, 그리고 청년도 아동도 아닌 과도기적 위치와 역할 그리고 미래의 자기상 설정 등의 자아정체감의 문제에 직면한다. 즉, 자아정체감을 형성하기 위해서는 자신의 신념, 가치관 등에 대한 고통스러운 의문제시가 선행되어야 하며 일종의 위기를 경험한다. 자신이 경험한 많은 요소들을 모아서 통합된 명확한 자기정의를 내리는 것은 어려운 일이므로 정체감을 형성하는 과정에서 누구나 일시적인 혼동이나 우울증을 경험할 수 있는 것이다.

자아정체감을 가진 개인은 ‘나는 누구인가?’ ‘나는 어떤 삶을 살고 있는가?’ ‘이 거대한 사회 속에서 나는 어디에 위치하는가?’ 등과 같은 의문에 답을 가지고 있다. 또한 자아정체성을 가진 개인은 대인관계나 역할행동, 삶의 가치, 이념 등에서 자신의 고유성을 자각하고 스스로 통합성과 일관성을 견지해 나가려는 의식적인 노력을 기울이게 된다.<sup>7)</sup>

---

6) 배제현, “자아-아이덴티티와 자존감과 의 관계”, 계명대학교 석사학위논문, 1984, p.8.

7) 김유숙, 「자기실현과 정신건강」, (서울 : 학지사, 2007), p.95.

## 2) 노년기 자아정체성의 이해

노년기는 인생의 라이프 사이클에서 신체적·정신적 및 사회적 측면에서 그 능력이나 적응성이 퇴화되고 죽음을 앞두고 있어서 인생의 그 어느 시기보다 인간의 실존적 의문에 직면할 수 있다. 다시 말해서 노년기는 청년기와 같이 고뇌에 가득찬 시기, 제2의 자아발견의 시기이기도 하다. 노년기는 죽음에 직면한 나머지 생존의 의미와 목적을 생각하는 시기이다.

심리학자 융(Carl G. Jung, 1875~1961)은 “노인은 죽음 앞에서 삶의 본질을 이해하려고 애쓴다.”<sup>8)</sup>고 했다. 이는 나이든 사람에게 있어 죽음 자체가 하나의 목표가 되어야 함을 시사한다. 에릭슨은 또한 노년기는 자아완성을 위한 ‘내적인 투쟁’이 강조된다고 하였다.

이와 같이 노년을 단지 신체적 퇴화의 측면에서가 아닌 심리사회적인 면에서 볼 때, 노년기의 자아정체성은 궁극적으로 노년기의 행복과 관련이 있다고 보며 노인과 노년기의 정체성에 대해 알아보기로 한다.

### (1) 노인의 정의

Leonard & Breen(1976년)은 “노인이란 첫째, 생리적 및 생물학적인 면에서 퇴화기에 있는 사람, 둘째, 심리적인 면에서 정신기능과 성격이 변화하고 있는 사람, 셋째, 사회적인 면에서 지위와 역할이 상실된 사람이다”<sup>9)</sup>라고 정의했다.

1951년 제2회 국제노년학회에서는 노인을 ‘인간의 노령화 과정에서 나타나는 생리적·신체적·심리적·환경적 변화와 행동의 변화가 상호작용하는 복합형태의 과정에 있는 사람’이라고 정의한 바 있다.

---

8) 이인정·최혜경, 전게서, p.216.

9) 장인협·최성재, 「노인복지론」, (서울 : 양서원, 2002), p.46.

## (2) 노인의 특성

노년기에는 신체적 기능의 퇴화로 여러 질병에 걸리기 쉽고 또한 감각, 지각, 기억, 지능 등의 정신적 노화로 인한 성격과 정신의 변화를 초래한다.<sup>10)</sup> 심리적 특성은 다음과 같이 정리할 수 있다.

첫째, 내향성 및 수동성이 증가하게 된다. 외부의 자극이나 평가보다는 자기 자신의 사고나 감정에 의해서 사물을 평가하는 경향이 강해진다. 지금까지 외부로 향했던 심리적 에너지들이 이제껏 돌보지 않았던 내면의 세계를 위해 사용되어 내향성이 증가한다. 내향성과 더불어 나타나는 특징 중의 하나는 누군가의 도움을 받아 문제를 해결하려고 하는 수동적 경향이 증가한다.

둘째, 노년기에는 경직성이 증가한다. 노인은 경직성의 증가로 어떤 태도·의견 그리고 문제해결에서 예전부터 사용해 온 방법과 책략이 최선의 방법이 아님에도 불구하고 여전히 고수하는 특징이 있다.

셋째, 노년기에는 조심성이 증가한다. 노화과정이 진행될수록 감각 및 지각능력이 쇠퇴하고 조심성이 증가한다. 노인은 속도보다는 정확성을 중요시하기 때문에 조심성이 증가하게 되며, 또한 노인의 경우 자신감이 쇠퇴하기 때문에 확실성이 확인될 경우에만 결정이 용이하게 되기도 한다.

넷째, 노인은 의존성이 증가하는 경향이 있으며 노년기의 의존성은 노화와 더불어 자연스럽게 나타나는 현상이다. 노년기에는 신체적·정신적 능력이 쇠퇴하고, 사회적 역할이 상실되며, 경제적 수입이 감소하고, 사회적 유대관계가 축소되는 등의 상황변화로 인해 타인의 도움을 필요로 한다. 이에 따라 자연히 의존성이 증가하게 된다. 이러한 의존성은 경제적·신체적·정신적·사회적·정서적 측면에서 다양하게 나타나게 된다.

다섯째, 우울증적 경향은 노년기 전반에 걸쳐 증가하게 된다. 신체적

---

10) 서병진, 「노인복지론」, (서울 : 도서출판솔바람, 2007), p.19.

질병, 배우자의 죽음, 경제능력의 약화, 사회와 가족으로부터의 소외 및 고립, 일상생활에 대한 자기통제의 불가능, 지나온 세월에 대한 회한 등이 원인이 되어 우울증이 증가하게 된다.

이러한 노인들은 불면증, 체중감소, 감정적 무감각, 강박관념, 증오심 등의 구체적 우울 증세를 나타내기도 한다. 그러나 이 우울증 경향은 특히 개인의 적응능력 수준에 따라 그 정도가 달라지거나 이를 전혀 보이지 않는 노인들도 많이 있다. 그것은 실제적 연령 자체보다는 개인이 생애적인 능력과, 후천적 경험을 통한 적응능력과 비교하여 그가 받는 신체적, 심리적 스트레스가 어느 정도 큰가에 우울증의 발생여부가 달려 있다.<sup>11)</sup>

### (3) 노인의 심리상태

노인심리를 연구한 라이카드(Reichard)는 1962년에 은퇴 후의 남자의 성격 및 적응형태를 조사하여 다섯 가지 성격 적응유형에 대한 분류를 다음과 같이 제시했다.

- ① 성숙형 : 노년기에 평이하게 접어들고 늙어가는 자기 자신을 수용하며 받아들인다. 이런 노인은 자기의 인생에 대해 긍정적으로 느끼고 감사하며 과거에 대한 후회나 미래에 대한 두려움 등이 없고, 일상생활과 사회생활에서 만족하는 사람이다.
- ② 은둔형 : 지난 삶에 대한 무거운 책임감에서 벗어나서 대인관계와 사회생활에서 물러나서 조용히 지내게 되며 매우 수동적이다. 노년기에 이렇게 수동적으로 살고 싶은 욕구를 충족시키고 훌가분하게 되어 젊은 시절에 누리지 못했던 좋은 기회를 즐긴다.
- ③ 무장형 : 늙는다는 불안감을 느끼지 않으려고 사회적 활동 및 기능을 계속하여 유지하는 사람이다. 계속적으로 활동함으로써

---

11) 윤진, 「성인노인심리학」, (서울 : 중앙적성출판사, 1991), p.190.

이들은 노년기의 수동적인 면과 침체되는 것을 수용하지 않으려고 하며 신체적 능력이 떨어지고 무력해지는 것을 막아보려고 애쓴다.

- ④ 분노형 : 지난 시절 자신이 생각했던 삶의 목표를 이루지 못한 것을 비통하게 여기는 사람이다. 이들은 자신이 늙어가는 것을 인정하려 하지 않고 실패의 원인을 자기 자신이 아니라 주변의 탓으로 돌려서 남을 질책한다.
- ⑤ 자학형 : 인생을 실패로 보고 애통해하는 분노형과 비슷하지만 다른 점은 그 실패의 책임을 자기 자신에게 돌리고 자신을 나무란다. 심한 경우 우울증에 빠지고 자신이 보잘 것 없는 존재라고 비관하고 심한 경우에는 자살을 기도한다.

다섯 가지 유형 중에서 성숙형, 은둔형, 무장형은 노년기에 잘 적응하는 경우이고, 분노형과 자학형은 부적응의 형태라고 볼 수 있다. 분노형과 자학형은 일생을 통한 성격형성 과정에서의 부적응 형태가 결과로 나타난 유형으로, 이들의 심리적 소외감은 과거에 대한 집착으로 불안과 고통을 겪는다.

#### (4) 노년기 자아정체성

에릭슨에 의하면, 무엇보다 이 시기의 주요한 발달과제는 자아통합이다. 자아통합에 이른다는 것은 외부세계와 자기내면에 있는 결함들이나 고통스런 감정의 근원들과 화해하고 삶의 의미와 가치를 발견하는 것이다. 이 마지막 시기에도 삶의 의미와 목적이 있어야 한다.<sup>12)</sup>

에릭슨은 노년기에 접어들면서 노인은 죽음에 직면하여 노인은 자신이 지금까지 살아온 생애를 돌아보면서 자신의 생애가 가치 있는 삶이

---

12) 김애순, 「성인발달과 생애설계」, (서울 : 시그마프레스, 2004), p.64.  
인간의 자아발달의 마지막 단계로서, 통합이란 내적인 갈등을 이해하고 갈등적 요구를 만족시키는 방법을 발견한다는 것을 의미한다.

있는지를 탐색해보게 된다. 이 과정에서 후회나 회한 같은 절망에 부딪힐 수 있다. 이 절망에 직면하면서 지나온 단계들의 경험을 다져 최종적인 자아완성을 이룰 수 있는 기회를 갖게 되고 인생에 대한 참다운 지혜를 얻게 된다. 즉 삶을 돌아보면서 지나온 인생을 별다른 후회없이 받아들이며, 인생의 피할 수 없는 종말로 죽음을 받아들이게 되면 통합감이라는 정점에 이르게 된다. 반면에 자신의 삶이 무의미한 것이었다고 후회하면 인생을 돌이킬 수도 없고 다른 삶을 다시 살아볼 수 있는 기회가 없다는 느낌에 직면하여 절망감에 빠진다.

통합을 이루지 못하면 지나온 삶에 대하여 불만과 회한을 갖고 억울해하면서 그 실패에 대한 책임을 자신보다 다른 사람에게 전가하면서 남을 원망하게 된다. 따라서 자아완성의 부재나 상실은 현실의 불만과 고통 그리고 죽음에 대한 공포로 나타난다. 이러한 경우의 노인은 부정적인 생활을 영위하는 경우가 많다.

융은 노인은 죽음에 임박하여 삶의 본질적인 의미를 이해하려고 한다고 보았으며 “사람이 나이가 들어 명상과 회고를 많이 하면 자연적으로 내적 이미지가 이전과 달리 큰 비중을 차지하게 된다.”<sup>13)</sup>고 보았다. 즉, 노인에게 있어 건전하고 정상적인 모습은 죽음을 미래를 향한 하나의 목표라고 보고 과거 삶에 대한 집착과 환상보다는 자신의 내적 이미지를 갖는 것이 중요하다고 보았다.

그러므로 노년기에는 일생의 노력과 성취를 되돌아보고 자신의 삶을 평가하면서 자아통합에 도달하는 것이 주요한 과제이고 노년에도 분명한 삶의 의미와 목표가 있어야 하며 그렇지 못하면 미래보다 과거에 집착하게 된다는 것을 알 수 있다.

---

13) 이인정·최혜경, 전계서, p.216.

### 3) 융과 에릭슨의 자아심리이론

#### (1) 융의 분석심리학이론

심리학자 융에 의하면 생로병사와 같은 인생의 중대사를 실감하려면 어느 정도 나이가 들어야 하고 30대 초반이 되어야 인생사에서 참 나는 누구인가를 묻는 개성화과정이 시작된다고 한다. 인생의 여러 가지 문제를 비로소 자신의 문제로 보기 시작한다는 뜻이다.<sup>14)</sup>

개성화 즉 자기실현은 융사상의 핵심이며 본질로 융의 전 생애를 통해 중요한 사상으로 작용하였다. 융이 제시하는 분석심리학은 인격 전체를 정신이라 부른다. 정신은 의식적 무의식적인 모든 사고, 감정, 행동을 포함하며 개인을 규정하고 그가 속한 사회적, 물리적 지침의 역할을 한다. 정신이라는 개념은 인간은 본래부터 하나의 전체라는 것이 융의 근본사상을 뒷받침하고 있다. 즉, 인간은 이미 전체성을 가지고 있으며 하나의 전체성으로 태어난다는 것이다. 그러므로 인간이 일생을 통해 해야 하는 일은 이 타고난 전체성을 최고도로 발전시키는 것과 그것이 제각기 여러 체계로 분열되는 것을 막는 것이다. 정신건강이란 정신의 전체성을 유지하고 있는 상태라 할 수 있다.

자아, 자기, 자기실현의 과정으로 분석심리학을 알아보기로 한다.

자아(ego)의 존재는 분석심리학의 정신의 구조에서 중요하다. 분석심리학에서는 내가 알고 있는 마음을 의식이라 하고 내가 가지고 있으나 모르고 있는 마음을 무의식이라 하는데 모든 의식내용은 나, 즉 자아에 연계되어 있다.<sup>15)</sup> 인간의 마음 중에는 ‘나(ego)’ 라는 것이 있다. 이 나를 다른 말로 ‘자아’라고 표현한다. 자아의 둘레에는 의식이 있다. 내가 인식하는 모든 것, 나의 생각, 내 마음, 내 느낌, 나의 이념, 나의 과거, 내가 아는 이 세계, 무엇이든 자아를 통해 연상되는 정신적 내용은 의

14) 오강남, 「불교, 이웃종교로 읽다」, (서울 : 현암사, 2007), p.44.

15) 이부영, 「자기와 자기실현」, (경기 : 도서출판 한길사), 2003, p.31.

식이며 자아는 의식의 중심에 위치하고 있다. 융은 자아의 중요성을 강조했는데 그것은 의식이 무의식에 비해 병산의 일각에 지나지 않지만 무의식이 어떠한 작용을 하는가는 자아의 태도 여하에 달려 있다고 보았기 때문이다. 즉 자아의 태도는 무의식이 지닌 지향적인 의미를 찾고 그것을 이해하려는 태도를 지닌다고 했다. 융은 무의식의 창조성을 절대적으로 믿었고 무의식의 세계는 상징을 통해서만 접근할 수 있으며 모든 인간에게 선형적으로 내재하는 정신세계가 있음을 관찰했다.

자기(self)개념을 융은 전체성으로 파악하고 있는데 분석심리학에서 융은 인간의 본질은 정신의 전체성에 있다고 보았다. 자기(self)는 중심성, 전체성, 의미를 무의식적으로 추구하는 원형이다.

원형이란 지리적 차이, 문화나 인종의 차이와 관련 없이 존재하는 인간의 가장 원초적인 행동유형을 말하는데, 이것은 신화를 산출하는 그릇이며 우리 마음속의 종교적 원천이다.

‘자기’는 의식으로서의 파악될 수 없는, 우리들 내부에서 스스로 작용하고 있는 어떤 것으로서 그 작용은 원형의 작용이다. 의식의 중심인 자아는 의식의 영역밖에 볼 수 없지만 자기는 태어날 때부터 존재하는 원형이고 그러한 능력은 만들어지는 것이 아니라 태어날 때 이미 갖추어진 인간 본연의 원초적 조건이란 뜻이다.<sup>16)</sup>

자기는 모든 것을 볼 수 있고 통합시킬 수 있다. 모든 원형은 중심원형인 자기원형과 관계하고 그것에 귀일하기 때문에 자기원형 또는 ‘자기’로 대표된다. 또한 그 세계는 집단무의식의 원형으로 모든 것을 포괄하는 세계이다. 자아가 의식되지 않는 세계는 존재하지 않는다고 생각하기 때문에 자기를 발견하기 어렵고 무의식으로서의 자기를 꿈에 의해서 지각한다. 자기는 자아에게 꿈의 상징을 통하여 자신의 메시지를 전하려 하고 꿈은 자아와 자기가 만나는 접촉점이 된다. 자아가 무의식의 내용을 파악하고 그것을 의식화하고자 하면 할수록 무의식은 그의 창조적 암시를 더욱 활발히 내보내게 된다.<sup>17)</sup> 자기는 의식과 무의식을 포함

---

16) 상계서 p59.

한 전체정신의 중심이다. 인간이 궁극적으로 도달해야 할 성숙의 목표는 의식층과 무의식층을 모두 포함한 전 인격의 핵심인 자기(self)의 완성에 이르는 것이다.

융은 심리적 건강의 이상형은 의식이 무의식을 감독하고 지도하는 것이라고 보았다. 이는 의식과 무의식의 세계가 융화되어 양쪽이 모두 자유롭게 발달되도록 허용되어야 한다는 관점이다. 그는 또한 개인적, 사회문화적인 원형이 갖는 힘의 상호작용을 고려하지 않고는 정신을 이해할 수 없다고 믿었다.

융의 분석심리학에서는 자기의 의식화과정을 자기실현의 과정 혹은 개성화 과정이라고 한다. 개성화란 고유한 자기 자신이 되는 것이다. 인간은 태어날 때 정신의 전체성을 이루고 있으나 그것은 자연적 상태의 전체성으로서 의식화 또는 자각되지 않은 상태이다. 개성화란 고유한 자기 자신이 되는 것으로 이는 근본적으로 무의식을 의식화하고 자각함으로써 가능하다.

개성화과정은 인생의 전반기와 후반기로 나누어진다. 인생의 전반기 개성화과제는 사회적응에 있고 후반기는 자신의 내면세계에의 적응에 있다. 즉 인생의 전반기 삶의 목적과 과제는 외적세계의 적응에 있고 후반기는 자신의 내면세계에로 시선을 돌려 무의식의 내용을 의식화하여 자기를 강화하고 실현하는 시기이다. 중년기에는 무의식이 정신의 균형과 조화를 이루기 위해 억압된 측면을 의식화할 것을 요구한다. 그리하여 외부세계를 정복하는 데 쏟았던 에너지를 자신의 내부에 초점을 맞추도록 자극을 받으며 자신의 잠재력에 깊은 관심을 갖게 된다. 이에 따라 남자는 여성적인 측면을 여자는 남성적인 측면을 표현하게 된다. 이는 성격의 태도 면에서 내향적으로 되면서 의식에만 집중하던 경향이 무의식의 세계를 깨달음으로써 바뀌기 때문이다.

융은 무의식이 개인무의식과 집단무의식이라는 두 층으로 이루어져 있다고 보았다. 의식의 중심에 자리잡고 있는 자아에게 인정받지 못하

---

17) 이부영, 「분석심리학」, (서울 : 일조각, 1995), p.50.

는 삶의 다양한 경험들은 우리들의 정신에서 소멸되지 않고 개인무의식에 남아 있게 된다. 개인무의식에는 하나의 공통된 주제와 관련된 여러 내용들인 정서, 기억, 사고가 집합을 이루고 있는 경우가 있는데, 융은 이를 콤플렉스라 불렀다. 집단무의식은 개인무의식보다 심층에 있고 개인적 경험에서 발생하는 것에 비해서 집단무의식은 인간이면 누구나 가지고 있는 무의식으로 융이 대개 원시적 이미지라고 부르는 잠재적 이미지의 저장고이다.

집단무의식은 경험 이전부터 인간이면 누구나 보편적으로 가지고 태어나는 원형들로 구성된 마음의 층이다. 집단무의식은 시간과 공간을 초월해서 모든 인간에게 보편적인 성격을 띠고 있고, 원형은 가장 원초적인 행동유형으로 집단무의식을 구성하며 원형에는 페르소나(persona), 그림자, 아니마(anima), 아니무스(animus), 자기 등이 있다.

페르소나는 자아의 가면이며 개인이 사회적 요구에 대한 반응으로 내보이는 외적 인격이다. 그림자는 나의 분신으로 동물적 본성을 다른 어떤 원형보다 많이 포함하고 있고 어두운 면 즉 무의식의 측면에 있다. 아니마는 남성의 내면에 있는 여성적 측면이며 아니무스는 여성 내면에 있는 남성적 측면으로 아니마와 아니무스는 자아를 내적 심층으로 인도해 주는 내적 인격이다.

자기실현은 분석심리학에서 무의식을 의식화시켜 가는 과정으로 다음과 같다.<sup>18)</sup>

첫 번째 과정으로 페르소나를 벗기는 것이 필요하다. 페르소나는 자아가 사회생활을 위해 필요한 수단이므로 이러한 가면(假面) 내지는 겉보기라는 것을 자각해서 절대적 중요성을 부여하지 않는다.

두 번째 과정으로 그림자를 의식화시키는 작업이 필요하다. 자아의식이 강할수록 그림자의 어두움은 짙어지고, 이러한 보고 싶지 않은 무의식의 측면에 있는 자신의 인격을 알아가는 것이 그림자의 깨달음이다.

---

18) 유미정, “불교사상과 분석심리학의 비교 연구”, 울산대학교 교육대학원 석사학위논문, 1996, pp.58-60.

그럼으로써 인간의 의식은 더욱 성숙해지며 개성화의 방향으로 나아가게 된다.

세 번째 단계는 아니마, 아니무스의 의식화이다. 아니마와 아니무스의 양성적 성향은 환경이나 문화적인 영향으로 인해서 경멸되는 경향이 많다. 아니마와 아니무스는 자아로 하여금 무의식에 관계 맺도록 하며 개성화과정에서 매우 중요하다.

마지막 단계는 의식과 무의식을 통합한 전체정신의 중심을 통합하는 것이다. 융은 자기원형이 자기실현이라 부르는 개성화과정의 마지막 단계이며 자기원형의 탄생은 완전한 의미에서의 변화를 의미한다고 했다.

## (2) 에릭슨의 자아발달이론

심리학자 에릭슨은 인간의 전 생애를 통한 발달변화를 강조하였고, ‘정상’ 혹은 ‘건전한 것’에 초점을 맞추었으며 자아정체감 확립의 중요성을 특별히 강조했다.<sup>19)</sup>

에릭슨은 인간발달의 8단계이론에서 자아정체감을 확립하는 정도에 따라서 적응에 영향을 준다고 하였다. 인간의 발달이란 시간에 따라 일어나는 신체구조, 사고, 행동의 변화를 말하며 인간의 발달은 생물학적 요인과 환경적 요인의 상호작용에 의해 주도된다.

인간의 발달단계란 발달상에서 어떤 과제의 성취와 특정한 측면의 발달이 강조되는 삶의 기간을 말한다. 각 발달단계는 고유한 특징이 있어서 그 이전 단계나 이후 단계로부터 구분이 되며, 그러면서도 발달을 위한 방향이 있고 새로운 단계는 그 이전의 단계까지 이루어진 발달을 통합한다. 즉 각 단계마다 당면하는 발달과제를 제시하고 그것을 어떻게 수행하느냐에 따라 개인의 자아는 양극적으로 발달한다고 하였다. 그는 점성론(漸成論, epigenesis)을 주장하고 있는데, 발달이란 먼저 발달된 부분을 바탕으로 그 이후의 발달이 이루어진다는 것이다. 이것은

---

19) 박재연, “종교성향과 정신건강과의 관계”, 고려대학교 대학원 석사학위논문, 1993, p.5.

전 생애의 발달에 연속성과 변화가 공존하고 있음을 말하고 있다. 그는 또한 전 생애의 발달은 개인 내적 성숙과 사회문화적 세계와의 상호작용에 의해 이루어진다고 하고 있다.<sup>20)</sup>

에릭슨은 인간은 일생동안 여러 단계의 심리사회적 위기를 겪게 되는데, 그 위기의 결과로 인해 성격이 발달한다고 보았다. 다시 말해서 에릭슨의 이론은 사회가 개인에게 미치는 영향과 개인이 개인적, 사회적 위기를 극복하면서 ‘나는 누구인가?’ ‘내가 무엇을 해야 하는가?’에 대한 답을 발견하는 과정에 초점을 두고 있다.

에릭슨의 심리사회적 성격이론은 특징을 살펴보면 첫째, 인간의 행동과 기능의 기초로 자아를 자율적 구조로 강조하였다. 둘째, 자아가 형성되는 심리역사적 환경을 중요하게 여겨 자아발달이 사회제도와 변화하는 가치체계에 밀접하게 연관되어 있음을 강조하였다. 셋째, 에릭슨은 삶의 심리사회적 위험을 극복할 수 있는 인간능력에 관심을 기울였다. 모든 개인은 위기에 처하여 개인은 새로운 경험을 할 기회를 얻고 자신과 세상에 대한 관점의 변화를 겪으면서 성장하게 된다고 보았다.<sup>21)</sup>

심리사회적 발달단계를 거치는 것을 에릭슨은 인간발달의 보편적인 현상으로 간주하였다. 이것은 누구나 개인의 성장과 더불어 각 단계마다 위기를 맞게 되며, 이 시기에 긍정적이며 적응적인 방향과 부정적이고 부적응적인 방향 가운데 어느 한 가지로 나아간다는 것이다.

에릭슨의 심리사회발달 단계론에 의하면, 개인의 적응능력, 자아파악, 그리고 사회적 기능 등은 각각 다른 단계를 거쳐 전 생애를 통해 발달되며, 나이를 먹어감에 따라 신체적 변화와 함께 사회적 변화를 겪게 되는데, 이에 따라 권리와 의무, 역할 및 심리적 자극도 달라진다.<sup>22)</sup>

에릭슨의 심리·사회적 발달이론의 8단계는 다음과 같다.

1단계는 유아기 (신뢰 대 불신)로 생후 1년 동안의 유아기에는 자신

---

20) 김애순, 전게서, p.39.

점성론은 발생학에서 도입된 개념으로 미래의 발달을 위한 내적 계획은 생의 시초부터 존재한다는 것이다,

21) 이인정·최혜경, 전게서, pp.177-178.

22) 서병숙, 「노인연구」, (서울 : 교문사, 1996), p.86.

과 다른 사람과의 신뢰감이 발달한다. 즉 출생 후 1년 동안 유아는 생을 신뢰할지 혹은 불신할지를 결정짓는 위기를 겪는다. 양육하는 사람의 태도가 유아의 물리적 정서적 욕구를 충족시켜 주면 신뢰감이 생기고 기본적인 욕구가 충족되지 않으면 외부세계에 대한 불신이 생긴다. 이 시기의 불신은 공포이며 대인관계에 대한 불신으로 작용할 수 있다. 자신의 기본적인 욕구가 일관되게 충족되는 예측 가능한 세계에서 사는 것이 이상적인 삶이다. 그러나 에릭슨은 완전한 신뢰감만이 바람직한 것은 아니라고 했다. 왜냐하면 사람이 살다보면 때로는 불신이 필요하기 때문이다. 지나친 신뢰는 유아를 너무 순진하고 어수룩하게 만든다. 따라서 건강한 자아발달과 성장을 위해서는 불신감도 경험해야 한다. 건강한 발달을 위해 중요한 것은 신뢰와 불신 사이의 적당한 비율인데, 물론 불신감보다는 신뢰감이 더 큰 비중을 차지해야 한다.

2단계는 초기 아동기 (자율 대 수치·의심)로 초기 아동기는 1세 반에서 3세까지 지속되며 자율감이 발달하는 시기로 자기 신뢰와 자기 의심 간의 투쟁이 나타난다. 이 시기 아동은 외부세계를 탐색하기 시작하는데 이러한 자율성을 갖게 되면서 스스로 실험하고 실수를 하며 한계를 파악한다. 이 단계의 아동은 무엇이든지 스스로 해보려는 경향이 강하고 자기충족을 하는 문제에 부딪힌다. 부모로부터 벗어나는 것을 배워야 하며 이 단계의 위기를 극복하면 의지력이 생기고 부모가 의존감을 갖게 하면 아동의 자율감이 저해된다.

3단계는 유희기 (주도성 대 죄의식)로 이 시기는 4-5세에 해당되며 이 시기의 아동은 외부세계에서는 활동적으로 되고 새로운 과제와 기술을 배우고, 생산적으로 움직이는 것을 기대한다. 기본적인 과제는 유능감과 솔선감을 획득하는 것이다. 이 시기에 아동은 의미 있는 활동을 선택하고 목표를 세워 달성하려는 주도적 행동에 처벌당하거나 무시당하게 되면 자신이 솔선하여 행동하는 것에 대한 죄책감을 갖게 된다. 이 경우 스스로 무가치하다는 감정으로 목적의식이나 용기가 없어지고 타인의 선택을 기다리게 된다.

4단계는 학령기 (근면성 대 열등)이며 6세부터 11세까지의 시기로 이 시기 아동은 체계적 교육을 받게 되는데 아동은 세상을 더 잘 이해하고, 적절한 성역할 정체성을 형성하며, 학교생활을 위한 기본적인 기술을 습득한다. 사회의 생산적 성원이 되기 위한 근면성이 주위환경이 양호하면 근면성이 발달하고, 공부와 기술 혹은 동료들 사이에서의 자기 위치에 절망한다면 직업세계와 동료에 대한 동일시가 방해 받는다. 기본과제는 개인적 목표를 설정하고 성취하는 근면성 획득으로 그것이 획득되지 않으면 열등감이 발생한다. 근면성은 다른 사람들과 함께 일하는 것을 의미하기 때문에 이 단계는 사회적으로 가장 결정적인 단서가 된다.

5단계는 청소년기 (정체 대 혼미)로 12세부터 20세까지로 아동기가 끝나는 시점부터 성인기가 시작되기 직전까지가 해당된다. 성인기로 이행하는 시기로 생리적으로 큰 변화를 경험하는 청소년들이 사회적 역할을 강화하려고 시도하면서 직면하게 되는 과제는 새로운 자아정체감을 확립하는 것이다. 급격한 신체적 성장이나 거대한 사회질서가 가하는 요구는 스트레스와 정체감의 혼란을 야기하며 주요갈등은 자기정체성을 명료화하는 것이다.

자신이 과거의 경험을 통합하고 미래관을 형성하는 데 있어서 책임이라는 관점에서 일종의 유예기간을 갖는 것이 유용하다.<sup>23)</sup> 다시 말해서 자신의 과거경험의 영향과 결과에 대해 반성하고 다양한 생활양식을 실험하며 직업목표를 형성하고 이성간의 갈등을 해결하며, 권위에 대한 반응식을 정립하고, 궁극적으로 자신의 기본 철학·이념 또는 종교관을 세울 수 있는 기회가 주어지기 전에는 어떠한 외적 책임이나 의무수행도 맡으려 하지 않는다. 일반적으로 청소년 집단이 성인의 역할과 책임을 일정기간 연기하는 것은 허락되며, 이 시기를 심리사회적 유예기간이라 일컫는다. 심리사회적 유예기간은 사회적 직업적 역할탐색의 기회가 된다. 정체성을 획득하지 못하면 역할혼미가 발생한다.

---

23) 배제현, 전제서, p.10.

6단계는 성인 초기 (친밀 대 고립)로 20-24세에 해당되는 기간으로 자아정체감이 확립된 후에야 진정한 친밀감이 가능한데 이는 성적, 사회적 친밀감을 포함하는 것으로 이 시기에 개인적 정체감과 더불어 사랑, 친교, 안정된 관계를 맺는 능력이 발달한다. 이 시기 발달과제는 친밀한 관계 형성으로 친밀감 획득에 실패하면 소외와 고립이 발생한다.

7단계는 성인기 (생산 대 침체)로서 25-65세에 해당되며 이 시기에는 자기와 현재 가족뿐 아니라 다음 세대를 위한 관심을 갖게 된다.

다음 세대를 기르고 다른 사람에게 필요한 사람이 되고 싶어하며 이러한 생산성이 결여되면 자기중심적이며 이기적이고 자신에게만 관심을 갖고 타인을 배려할 줄 모르게 된다. 자신의 소망과 자신의 실제 성취 사이의 불일치를 조정하는 시기로 생산성을 이루지 못하면 정체감의 혼란을 겪게 된다.

8단계는 노년기 (통합 대 절망)로서 65세 이후에 해당하며 죽음에 직면하여 과거의 생을 돌아보고 개인적으로 보람을 느낄 때 자아통합이 발생한다. 자아통합을 이루지 못하면 좌절감, 절망감, 죄책감, 분노, 자기부정이 발생하고 죽음에 대해 공포를 느끼며 실패를 타인의 탓으로 돌린다. 노년기에는 신체 노화와 직업에서의 은퇴, 자녀의 출가, 친한 친구나 배우자 등의 위기감을 경험하게 된다. 이 시기의 성공적인 발달 과업은 신체적·사회적 퇴보를 어떻게 받아들이는가에 달려 있다. 이 단계를 성공적으로 극복하면 지혜가 생기고 실패한 결과는 인생에 대해 의미가 없다고 느낀다.

## 2. 불교적 자아정체성

### 1) 불교의 세계관

#### (1) 연기론적 세계관

종교는 인간의 문제를 근원적으로 바라보는 것이며 특히 불교는 인간을 질적으로 전환시키는 종교이다. 불교는 존재에 대한 이해와 사유 그리고 깨달음을 통해 우주와 인간의 모든 현상을 파악하려 한다.

불교의 세계관은 나와 인간과 사회와 자연 우주 일체를 서로 연관된 하나의 관계 속에 포괄하여 그 존재 의미를 인정하고 가치를 구현하고자 한다. 불교의 세계관은 철학적 이론체계로서 연기론과 중도사상에 바탕을 두고 있다.

붓다는 인생의 고(苦)의 해결을 위해 출가했고, 깨달음을 얻은 후에 45년 동안 사람들에게 가르친 것은 고(苦)에서의 해방이었다. 붓다는 먼저 연기법(緣起法)의 원리에 의해서 ‘고에서의 해탈’인 열반을 증득하였고 불교의 모든 교리의 궁극적인 목표는 고의 해결, 열반의 성취이다.

연기설의 의도는 고와 그 원인 그리고 고의 소멸과 소멸의 방법이 무엇인가라는 삶의 문제에 대한 해답으로 제시되었던 것이다. 즉, 연기법은 불교의 모든 교리들의 사상적, 이론적 근거가 되고 붓다의 모든 가르침은 그 설명이나 형태가 어떠한 모두 연기법을 근거로 삼고 있다.

경전에서는 연기의 법칙을 다음과 같이 나타내고 있다.

이것이 있을 때 저것이 있으며,  
이것이 생김으로써 저것이 생긴다.  
이것이 없을 때 저것은 없으며,  
이것이 멸함으로써 저것도 멸한다.<sup>24)</sup>

24) 『잡아함경』 제15권 (大正藏2), p.67.

연기의 원리에 의하면 어떠한 존재도 우연히 생겨났다거나 또는 혼자서 존재하는 것은 없다. 모든 존재는 그 존재를 성립시키는 여러 가지 원인이나 조건에 의해서 생겨나게 된다. 서로는 서로에게 원인이 되기도 하고 조건이 되기도 하면서 함께 존재하게 되는 것이다. 이것을 다르게 말하면 존재를 성립시키는 원인이나 조건이 없어질 때 존재 또한 변하고 없어져 버린다는 것이다. 모든 존재는 전적으로 상대적이고 상호의존적이다. 그것은 공간적으로도, 시간적으로도 서로 관계를 가짐으로써 성립할 수 있는 것이다. 그러므로 세상에는 혼자서 존재하는 것도 있을 수 없고, 영원한 것도 절대적인 것도 있을 수 없다.<sup>25)</sup>

연기설은 꿈와 그 원인 그리고 꿈의 소멸(消滅)과 소멸의 방법이 무엇인가라는 삶의 문제에 대한 해답으로 제시되었던 것이다. 꿈의 자각을 통한 꿈의 극복을 설한 붓다의 가르침인 사성제는 현상과 본질을 파악하는 연기적 인식으로 현실의 인간문제와 결부시켜 조직적으로 체계화시킨 최초의 교리이다. 또한 사성제는 불교의 모든 교리를 총망라하고 있다.

사성제는 고제, 집제, 멸제, 도제의 ‘네 가지 성스러운 진리’라는 뜻이다. 인간의 고통을 해결하기 위하여 고통의 본질을 설하고 원인을 규명하여 고통의 소멸상태를 밝혀서 고통의 소멸에 이르는 방법을 제시한다. 고성제에는 생(生)·노(老)·병(病)·사(死)의 4고(四苦)와 원증회고(怨憎會苦), 애별리고(愛別離苦), 구불득고(求不得苦), 오온성고(五蘊盛苦)를 더한 8고(八苦)가 있다. 삶이 그대로 괴로움이라는 것이다. 나고, 늙고, 병들고, 죽는 일이 괴로움이요, 싫어하는 사람이나 사물을 대해야 하는 괴로움, 사랑하는 사람이나 사물과 헤어지는 괴로움, 원하는 것을 얻지 못하는 괴로움, 존재 자체의 괴로움, 이른바 ‘사고(四苦) 팔고(八苦)’다.

불교의 현실 인식인 고통관(苦觀) 즉, 삶을 괴로움이나 고통으로 보는 것은 현실을 부정하는 것이 아니라 현실적인 관찰이라고 해야 할 것이다. 의사가 병을 치료하듯이 먼저 병의 진단으로 원인을 알아내고 적당

25) 동국대학교 교양교재편찬위원회 「불교와 인간」, (서울 : 동국대학교출판부, 2006), p.65.

한 치료법으로 다시 발병하지 않도록 하는 것과 같은 것이다. 고관은 인간의 조건 혹은 고통에 대한 자각으로 현실에 대한 비판정신을 통해서 고를 극복하기 위해 설해진 것이다.

고의 원인에 대한 분석적인 가르침인 집성제는 고의 발생 원인을 세계가 연기의 법칙에 의해 존재함을 모르는 무지에서 비롯된 것으로 보고, 모든 존재가 연기하는 것임에도 불구하고 상주불변(常住不變)한다는 고정관념에 집착해서 현실적으로 고(苦)일 수밖에 없다는 것이다. 고의 소멸에 대한 가르침인 멸성제에 의하면 고의 원인은 조건에 의해 발생하는 것으로 그 조건을 제거해야만 소멸될 수 있는데, 연기의 법칙을 모르는 무지를 제거함으로써 괴로움으로부터 벗어날 수 있다. 도성제는 실천수행을 통해 고를 멸하는 것이다. 세간의 집(集)을 여실하게 바로 보면 세간이 없다는 견해가 있을 수 없고, 세간의 멸(滅)을 여실하게 바로 보면 세간이 있다는 견해가 있을 수 없다. 여래는 그 두 끝을 떠나 중도(中道)에서 설(說)한다고 하여 유(有)·무(無), 단(斷)·상(常), 고(苦)·락(樂)의 양 극단을 벗어난 중도의 실천을 통해 고통을 멸할 수 있다고 가르치는 교설이다.

불교의 연기법과 사성제는 존재일반에 적용할 수 있는 보편적 가르침으로 이러한 인간존재의 본질적인 속성에서 비롯한 고통을 성찰할 수 있는 계기를 준다. 연기법은 불교의 모든 교리들의 사상적·이론적 근거가 되고 붓다의 모든 가르침은 연기법을 근거로 응용된 것이다. 모든 존재와 세계, 그것은 연기적(緣起的)이기 때문에 무아(無我)이고 무상(無常)이고 공(空)인 것이다.

무아(無我)사상의 이론적인 면이란 일체 모든 것에는 고정성이 없다는 것이다. 이 고정성이 없는 것을 무자성(無自性)이라고도 한다. 본래 자성(自性)이란 자신의 독립적인 형이상학적인 존재를 가리키는 것이다. 원시불교가 고정·독존의 존재를 인정하지 않는 것은 불교의 기본적인 이론이 되고 있다.<sup>26)</sup>

---

26) 상계서 pp.39-40.

인간은 색(色), 수(受), 상(想), 행(行), 식(識)의 오온(五蘊)으로 이루어져 있으며 온(蘊)은 모인 것이라는 의미임과 동시에 실체가 없다는 것을 뜻하는 말이기도 하다. 오온설은, 인간존재를 구성하고 있는 각 요소들을 살펴보면 실체가 없으며, 실체가 없는 요소들로 이루어진 존재 또한 실체가 없으므로 ‘무아’라고 설하는 가르침이다. 그렇지만, 오온설은 있는 그대로의 존재를 부정하는 것이 아니라 오직 영속적이고 불변하는 실체적인 존재를 부정하는 것이다. 따라서 오온을 설한 이유는 무아임을 설해서 아집을 타파하는 데 있으며, 이 무아(無我)는 무상(無常)이나 공(空)과도 통하여서 현상계에 존재하는 일체 모든 것이 서로 의지해서 생멸변화(生滅變化)하므로 실체적인 존재가 따로 있는 것이 아님을 보여주려 한 것이다. 이와 같이 아(我)란 실체가 없어서 집착할 바가 없으므로 무아임을 깨달아 알게 되면 자타(自他)가 둘이 아닌 일체라는 상호공존의 원리를 체득하게 된다.

또한 모든 존재는 상주불변(常住不變)하는 실체가 있는 것이 아니라 변화과정에 있는 것으로 독립된 자아를 가진 개별적인 실체는 없으므로 관계성·상의성·인과의 법칙인 연기의 이치에 따라 현상계에 존재하게 된다.

대승에서의 ‘공(空)’이나, 중국 선종에서의 ‘무(無)’도 실지로는 초기불교의 무아의 경지를 가리키는 것에 불과하다. 이러한 실천적 무아는 개아(個我)를 부정하고 아집을 떨쳐버리기 위한 것이다.

불교의 실천과 이상은 무아행(無我行)을 통해서 열반을 획득하는 것에 있기 때문에 무아사상은 강조된다. 무아행은 생사윤회를 초월한 열반의 철저한 실천이며, 불교의 깨달음은 무아행의 완성 그 자체이다.

공사상은 불교의 연기설을 재해석한 대승불교의 중심사상으로 반야경에 기초를 둔 사상으로 중관학과 용수에 의해 체계화되었다. 연기·무자성·공의 논리는 용수가 해석한 연기와 공성의 관계로 연기적 존재라는 것은 스스로는 존재할 수 없는 존재라는 의미다. 모든 존재는 그 실체가 없는 무자성의 존재라는 것이다.

모든 존재는 그 자신의 특수한 자성(自性)을 가지고 있지 않으므로 무아이며, 모든 존재는 시간적이고 공간적인 인연의 화합에 의하여 나타났다 흠어짐에 의하여 사라지니 무상이다. 즉 사물은 여러 가지 요소의 인연으로 있게 되었으니 그들 여러 요소의 집합체에 지나지 않으므로 그 집합체를 구성하고 있는 원인이 사라지면 그것은 반드시 소멸한다. 이러한 무아사상을 발전시킨 것이 대승불교의 대표적인 논사인 용수의 중론(中論)이다.

중론에서 용수는 모든 존재의 연기에 의한 공성을 팔불중도(八不中道)의 계승으로 설했다.

생하는 것도 없고 멸하는 것도 없다.  
영원한 것도 없고 단절됨도 없다.  
하나도 아니고 다른 것도 아니다.  
오는 것도 없고 가는 것도 없다.<sup>27)</sup>

인과의 주체(主體)와 객체(客體) 사이에는 본래부터 결정된 어떤 본성이나 자성이 없기 때문에 『중론』에서는 팔불중도를 이야기하면서 생과 사라는 대립을 인정하지 않는다. 불생불멸(不生不滅)이란 것은 공(空) 그대로요, 연기의 법 그대로를 나타낸 말이다. 불생불멸 그대로의 표현이 생이며 죽음이다.

생과 사는 다른 것이 아니고 부정인 동시에 긍정이 되는 것이다. 따라서 생과 사가 모두 중요한 것이기 때문에 어느 것에도 집착하지 말아야 한다.<sup>28)</sup>

대승불교의 연기적 세계관은 경험적인 것을 떠난 형이상학에 대해서는 논의가 불가능하다고 보고 진여실상을 그대로 체득하는 것이 곧 공성(空性)이며, 제법의 참모습은 언어와 인식의 대상과 주관을 떠난 불생불멸의 세계라는 것이다. 공설(空說)은 존재의 실체성에 대한 고착과 집

---

27) 「중론」 제1권 (大正藏30), p.1.

28) 정태혁, “불교에서의 생사관과 죽음의 극복”, 용인양로원준공 학술세미나, 1993, p.23.

착을 벗어나게 하는 데 있고 공사상은 어떤 진리 어떤 실재의 관념도 버릴 것을 가르친다. 공의 사상은 불이(不二)의 중도사상이다. 분별된 이원론적 사유에 치우친 견해라고 본다. 여래와 모든 사람의 본성을 둘로 보지 않고 열반과 윤회의 본체도 본래 없는 것으로 본다. 대승불교에서는 이원론적 사유를 넘어서서 생사 밖에서 열반을 구하지 않는다. 생과 멸, 성(聖)과 속(俗), 생사와 열반, 번뇌와 보리, 동일성과 차별성, 그리고 나와 너를 구별하지 않는 것이다. 열반은 윤회를 떠나서 실현되는 것이 아니라 생사윤회의 세계 속에서 실현된다는 것이다.<sup>29)</sup>

## (2) 곱의 원인으로서의 윤회

광대한 우주 가운데 무수한 생명이 무한한 과거로부터 끊임없이 생성과 소멸, 삶과 죽음을 영구히 반복하고 있다. 이것이 자연의 순환이며, 생명의 윤회이다.

윤회전생사상은 붓다 이전 인도사회에서 이미 발생하여 업설(業說)과 결합되어 발전하여 왔다. 한 개체의 영혼이 비록 그 몸의 형태는 바뀌지만 끊임없는 윤회의 과정을 계속한다는 관념은 인도인들에게는 인간의 사후 운명에 대한 해답을 주며 인간 조건의 불평등과 자연의 신비에 대해서도 설명을 해주는 등 거의 모든 문제를 푸는 열쇠처럼 여겨져 왔던 것도 사실이다. 불교는 윤회전생의 관념을 신(神)관념과 연관시키지 않고 받아들였고 그것을 보다 현실적이고 실존적인 사회윤리적 주체성에 입각하여 의의를 부여했다.

붓다의 가르침에

“나의 생(生)은 이미 다하고, 범행(梵行)은 서고 할 일은 이미 마쳐 스스로 후생 몸을 받지 않을 줄을 아느니라.”<sup>30)</sup>라는 표현은 윤회를 전제로 이를 벗어나기를 밝힌 내용으로 이해할 수 있다.

29) 김용표, 「불교와 종교철학」, (서울 : 동국대학교출판부, 2002), p.125.

30) 『잡아함경』 제1권 (大正藏2), p.1.

십이연기설이 윤회가 어떻게 일어나는가를 체계적으로 실시한 가르침이라면, 사성제설은 이 윤회의 속박에서 어떻게 벗어날 것인가를 설한 것이다. 연기설이 윤회의 원리라면, 사성제설은 그 원리와 함께 하는 실천론이다. 어떤 사건이 발생하는 것은 인(因)과 연(緣)의 반연작용에 의한 것이다. 인연을 논하는 연기법은 인간의 삶에서 생기는 고통의 원인을 분석하는 데 적용된다. 불교에 있어서의 고의 자각은 고의 극복을 위한 출발점이고 고의 발생과정을 분석한 연기법이 바로 12연기이다. 12연기설은 결국 우리의 현실고가 절대적인 것이 아니라 무명에 의해 나타나는 극복 가능한 것임을 밝히려는 데 목적을 두고 있다.<sup>31)</sup>

12연기설은 우리에게 인생의 생로병사를 진리에 대한 자신의 무지에서 연기한 것임을 뚜렷이 보여주고 있다. 이처럼 불교는 모든 현실고의 근원을 다른 곳에서 찾지 않고 자신의 정신적 무명(無明)에서 발견하고 있다. 이런 무명이 있게 되면 이것을 연하여 행(行)이 있게 되고, 행을 연하여 식(識)이 있게 되고, 식을 연하여 명색(名色)이 있게 되고, 명색에서 비롯되는 6처(六處)가 있고, 6처에서 비롯되는 촉(觸)이 있게 되고, 촉을 연하여 수(受)가 있게 되고, 수를 연하여 애(愛)가 있게 되고, 애를 연하여 취(取)가 있게 되고, 취를 연하여 유(有)가 있게 되고, 유를 연하여 생(生)이 있게 되고, 생을 연하여 노사(老死)의 고뇌가 있게 된다는 것이다. 이 무명이 근원이 되어 모든 번뇌를 일으키고, 이에 따라 업(業)을 일으키며, 그 결과 고(苦)를 받게 된다는 것이다. 12연기는 시작도 끝도 없이 전후의 인과관계를 통해서 윤회의 존재를 형성하는 순환과정을 나타낸다.

불교에서는 우리 인간이 일상생활 속에서 행위, 행동 및 사고하는 등의 모든 활동을 통틀어서 업(業)이라고 하는데 신(身)·구(口)·의(意), 삼업(三業)으로 나눈다. 몸으로 짓는 업, 입으로 짓는 업, 마음으로 짓는 업의 삼업 중에서 마음은 모든 행위의 근원이기 때문에 의업(意業)을 가장 중시한다.

31) 박경준, “원시불교의 사회·경제사상”, 동국대학교 대학원 박사학위논문, 1993, p.60.

생각해서 하는 행위에는 반드시 그 결과가 따른다. 고의가 없는 행위에는 그 업보가 따르지 않는다고 하여 행위의 동기와 의도적 측면을 강조한다. 과거의 선악이 어떠한 인연을 만난 것이 현재의 업이고 이것은 다시 미래의 선악에 대한 원인을 제공하게 되는 것이다. 선업과 악업에 업을 짓는 스스로의 행위, 의도에 의해 그 결과를 받는 것이다.

윤회의 과정에 대한 이해는 불교의 삼계설(三界說)과 육도설(六道說) 그리고 십이연기설(十二緣起說)을 통해서 설명할 수 있다. 삼계는 욕계(欲界), 색계(色界), 무색계(無色界)로 욕계는 생물의 본능적 욕망이 강하게 작용하는 세계이고 색계는 육체의 세계, 즉 육체를 갖고 생존하는 세계를 의미하며, 무색계는 육체가 아닌 순수한 정신적 생존의 세계이다. 육도는 지옥, 아귀, 축생의 삼악도(三惡道)와 수라, 인간, 천상의 삼계(三界)를 말한다.

행위의 과보는 일차적으로 존재의 범주를 결정한다. 우리가 살고 있는 세계는 욕계 중의 하나인 인간계이다. 인간은 자신의 업, 행위에 따라서 태어나고 어떤 범주의 인간이 되느냐는 자신이 ‘어떻게 행위를 해왔느냐’ ‘어떻게 살아왔느냐’에 따라 결정된다는 것이다. 또한 인간계에서의 인간도 업이 다르기 때문에 서로 다른 존재조건에 처하게 되는 것이다. 한 생이 다한 후, 업은 의식과 갈애를 만나 다음 생으로 이어진다. 탐(貪)·진(瞋)·치(痴)라는 근본번뇌로 비롯되는 무명을 벗어나지 못하는 한 중생은 윤회를 계속한다.<sup>32)</sup>

불교에서 중생은 끊임없는 괴로움 속에서 살아간다고 보고 우리의 몸과 마음, 즉 생존 자체를 오직 고통이라고 파악하고 모든 윤회와 고의 근본 원인이 무명이라는 것은 초기 불교경전을 통해 일관되게 이어졌고 『잡아함경』에서는 다음과 같이 표현하고 있다.

어떤 것을 무명이라 하는가? 과거를 알지 못하고, 미래를 알지 못하며, 과거와 미래를 알지 못하고, 내(內)를 알지 못하고, 외(外)를 알지

32) 안옥선, “초기불교에서 본 무아의 윤회”, 불교평론, 제6집, 2004, pp.241-243.

못하며, 내외(內外)를 알지 못하고, 업(業)을 알지 못하고, 보(報)를 알지 못하고, 업보(業報)를 알지 못하고, 불(佛)을 알지 못하고, 법(法)을 알지 못하며, 승(僧)을 알지 못하고, 고(苦)를 알지 못하고, 집(集)을 알지 못하며, 멸(滅)을 알지 못하고, 도(道)를 알지 못하며, 인(因)을 알지 못하고, 인을 일으키는 법을 알지 못하며, 착하고 착하지 않음을 알지 못하고, 죄가 있고 없음과 익히고 익히지 않음과, 혹은 열(劣)하고 혹은 승(勝)과 더럽고 깨끗함과 분별과 연기를 모두 알지 못하며, 여섯 감각을 참되이 깨달아 알지 못하며 이러저러한 것을 알지 못하고, 보지도 못하며, 참된 지혜가 없이 어리석고 검검하며, 밝음이 없고 크게 어두우면 이것을 무명이라 하느니라.<sup>33)</sup>

부처님의 교설에 의하면 인간의 괴로움은 생사의 윤회 때문이고 생사의 윤회는 또한 진리에 대한 무명 때문에 일어난다. 모든 현상이 무상함을 참답게 알지 못하고 자기에 대한 집착, 아집과 탐욕으로 윤회를 하게 된다. 이러한 탐욕이 윤회의 근본임을 『원각경』에서는 다음과 같이 표현하고 있다.

마땅히 알라. 윤회는 갈애가 근본이 된다는 것을, 온갖 탐욕으로 말미암아 갈애의 성질이 부추겨져 나타나게 되고, 이로 말미암아 생사가 끊임없이 계속되는 것이다. 탐욕은 갈애로 말미암아 생겨나고, 목숨은 탐욕으로 말미암아 있게 된 것이니, 목숨을 사랑하는 것은 탐욕 때문인 것이다. 따라서 탐욕을 사랑하는 것은 씨(因)요, 목숨을 사랑하는 것은 열매(果)이다. 탐욕의 경계에 대하여 중생들은 마음에 든다느니 거슬린다느니 하는 생각을 일으킨다. 그리하여 만일 경계가 갈애하는 마음을 거슬리면 증오와 질투, 그리고 그에 따른 여러 가지 행동을 함으로써 다시 지옥이나 아귀에 태어나게 된다. 그러므로 중생이 생사의 윤회를 벗어나고자 한다면 먼저 탐욕과 갈애를 끊어 없애야 한다.<sup>34)</sup>

따라서 인간은 무명을 타파하고 진리를 여실히 바라봄으로써 괴로움,

33) 『잡아함경』 제12권 (大正藏2), p.85.

34) 『원각경』 (大正藏 42 상).

즉 윤회로부터 벗어날 수 있다. 그러기 위해서는 자기 자신의 마음을 돌이켜보는 자력적(自力的) 수행으로 아집과 욕망에 사로잡힌 사고와 행동을 제거할 때 자신의 본래의 성품과 모습인 본성, 불성을 깨닫게 되는 것이다. 한편으로는 부처님의 어떤 중생이라도 구제해 주는 절대적 평등자비에 의지하는 신앙적인 자세를 가질 때 윤회의 고에서 벗어날 수 있을 것이다. 신앙적인 측면에 관해서는 후술한다.

자력적 수행방법으로 붓다는 사회적 윤리에 해당하는 십선업(十善業)의 실천과 괴로움을 없애기 위한 팔정도(八正道)의 실천을 들었다. 팔정도는 괴로움의 소멸에 이르기 위한 여덟 가지의 올바른 실천윤리를 말한다. 이 팔정도의 실천을 통하여 고통을 멸한 상태, 즉 해탈열반이 실현된다.

## 2) 연기적 자아(무아)

불교는 인간본위(人間本位)의 종교적 특성을 지니며 불교가 보는 세계관(世界觀)은 연기적 세계관으로 모든 존재(存在)가 실체성(實體性)이 없고 세계 또한 독자적(獨自的)인 실체(實體)로서 존재하는 것이 아니라는 것이다. 다시 말해서 불교는 나와 인간과 사회와 자연 우주일체(宇宙一切)를 하나의 관계 속에 포함하여 세계를 이해하며 그 존재 의미를 인정하고 가치를 실현하고자 한다.

기독교는 인간과 우주의 모든 것이 신의 뜻에 의해 이루어지고 있다고 굳게 믿는다. 창조신의 존재에 대한 완벽한 믿음을 통해 완벽한 구원을 이룰 수 있다고 보며 인간의 자유의지나 노력은 절대적이고 초월적인 신 앞에서 왜소하다고 본다.

서구 철학사상의 자아인식에 대한 강조는 결국 이원론적인 주객(主客)의 분리로 개아(個我)에 대한 아집이 강조된다. 불교의 자아인식은 개아(個我)에 대한 철저한 현실적 한계를 인정하고 연기적 자아로서의 자아의 확장과 아집이 사라진 곳에서 인간은 겸허해질 수 있다고 보는

것이다. 이러한 겸허한 자세로부터 긍정적 자아정체성은 확립될 것이다.

불교의 연기적 자아는 연기적 세계관에서 도출될 수 있다고 본다. 즉 나와 인간과 사회와 자연, 우주, 일체를 하나의 관계 속에 포괄하여 서로가 상호 공존하는 데서 그 존재의미를 인정하고 가치를 구현하려고 하는 인간 본래의 모습이다. 즉 나와 너, 나와 우주는 상호 의존하여 존재하는 통일된 하나라고 보고 우주의 존재는 모두가 자기중심적인 개인만의 존립을 위하여 존재하는 것만은 아니고 이 현상세계의 모든 것은 서로 밀접한 상관관계를 맺으면서 존재하는 것으로 보는 것이다.

#### (1) 초기불교에 있어서의 연기적 자아

불교는 삶에 있어서 생로병사의 근본문제를 비롯하여 근심, 걱정, 불안, 초조 등 수많은 인생고를 벗어나 어떻게 참되고 행복한 인생을 살 수 있을까 하는 인간의 가장 본질적이고 근원적인 문제를 규명하고 밝히려고 한다.

불교는 한마디로 정의해서 ‘고(苦)로부터의 해방’에 대한 가르침이고 붓다는 “나는 단지 고통과 고통으로부터의 해방만을 가르친다.”라고 했다.<sup>35)</sup> 불교의 모든 이론과 방법은 고통으로부터의 해방이라는 하나의 목적에 초점이 맞추어져 있다.

연기법은 불교의 모든 교리들의 사상적·이론적 근거가 되고 붓다의 모든 가르침은 연기법을 근거로 응용된 것이다. 붓다가 깨달은 진리는 연기법이며 “만약 연기(緣起)를 보면 법(法)을 보고 법(法)을 보면 곧 연기(緣起)를 본다.”<sup>36)</sup>라고 하셨다.

모든 존재와 세계, 그것은 연기적(緣起的)이기 때문에 무아(無我)이고 무상(無常)이고 공(空)인 것이다. 그 무엇이 연기의 과정을 거쳐 변화한다는 것은 그것에 항상(恒常)되는 실체는 존재하지 않는다는 것을 말해

35) 윤호진, 「무아·윤회문제의 연구」, (서울 : 민족사, 1996), p.11.

36) 『중아함경』 제7권 (大正藏1), p.467.

주는 것이다.<sup>37)</sup> 즉, 우리의 자아가 그 자체로 독립적 실체를 가질 수 없다는 이론적 근거는 연기사상이다. 모두가 상호의존 상호연관의 관계에서 생기고 존재할 뿐 독립된 실체로서의 나는 따로 성립할 여지가 없게 된다. 우리의 자아관 이처럼 실체가 없기에 우리가 집착에서 자유로워져야 한다는 가르침이다.

자아에 대한 집착과 자아중심주의가 모든 괴로움과 고통의 원인인 것이다. ‘나’는 인간이 느끼는 수많은 고통 일으키는 욕망들의 근원이며 이 문제를 해결하여 붓다는 나라는 것은 실체가 없는, 고정된 것이 아닌, 변화하여 무상한 것들이 임시로 모여 이루어진 것임을, 그리고 집착하는 욕망임을 여실히 보았다.

그리고 붓다는 스스로 무아(無我)를 찾았던 것이다. 이 무아이론은 그 어떤 종교들과도 출발점을 달리하는 이론이다. 무아이론은 나의 절대적 부정에 있는 것이 아니라 참다운 나를 찾기 위한 출발점으로 인식되어야 한다.<sup>38)</sup> 붓다가 무아를 실한 이유는 일상적인 나(ego, self)를 영구불변한 실체로 보고 떠받들어서 집착, 증오, 교만, 이기주의 등 모든 문제의 근원이라고 믿었고 나라는 생각, 나를 떠받들려고 하는 집착 또는 갈애가 결국 괴로움으로 이끄는 원인이라는 것을 파악했던 것이다.

불교의 인간이해의 관점은 오온(五蘊)으로 인간이 구성되었다고 보는 통합적 입장이다. 서양철학이나 종교에서 인간을 물(物)·심(心)·영(靈)·육(肉)·신(神)·인간(人間)의 이원론적 범주를 벗어나지 못하는 존재로 파악하는 데 비해 오온설(五蘊說)은 인간을 명(名)과 색(色)의 유기적 결합체로 보는 것이다. 명(名)은 인간의 정신적인 측면을 색(色)은 육체적 측면을 말하는 것으로 이 가운데 명(名)은 수(受), 상(想), 행(行), 식(識)의 네 요소로 나뉘어져 있으며 인간은 하나의 육체적인 요소와 네 가지의 정신적인 요소로 된 다섯 가지 요소 오온(五蘊)으로 이루어져 있다. 인간의 존재는 색(色), 수(受), 상(想), 행(行), 식(識)의 다

37) 백옥수, “무아의 연구”, 동국대학교 불교학과 석사학위논문, 1998, p.66.

38) 김수문, “불교의 자아관 연구”, 강릉대학교 교육대학원 석사학위논문, 2002, p.61.

섯 가지 요소들이 유한적으로 결합되어 이루어진 하나의 집합체(集合體)에 불과한 것이다. 오온설(五蘊說)에 의하면 수(受)·상(想)·행(行)·식(識)과 같은 정신작용은 영혼과 같은 존재에서 발생하는 것이 아니라 그것은 인간의 감각기관과 그에 대응하는 대상과의 만남에서 발생하는 것으로 여섯 가지 감각기관인 육근(六根)과 그것에 대응하는 여섯 가지 대상인 육경(六境)이 합칠 때 여섯 가지 식(識)이 생기게 되는 존재인 것이다. 육근(六根)과 육경(六境)으로 된 십이처(十二處)에 의해 심식작용(心識作用)의 주체인 육식(六識)을 포함한 것이 십이계(十八界)이다. 이렇게 불교에서의 오온이란 인간존재를 파악하는 개념이다.

『잡아함경』에서는 인간이라는 존재를 수레에 비유해서 다음과 같이 설명하고 있다.

“마치 여러 가지 재목을 한 곳에 모아 세상에서 수레라고 일컫는 것처럼, 모든 쌓음(蘊)의 인연이 모인 것을, 거짓으로 중생이라 부르니라.”<sup>39)</sup>

우리가 아(我)로 생각하는 것은 五蘊의 집합체에 불과한 가아(假我)이다. 그리고 이러한 오온 역시 가변적인 무상한 존재이다. 인간존재를 구성하고 있는 각 요소들을 살펴보면 실체가 없으며, 실체가 없는 요소들로 이루어진 존재 또한 실체가 없으므로 ‘無我’라고 하여, 있는 그대로의 존재를 부정하는 것이 아니라 오직 영속적이고 불변하는 실체적인 존재를 부정하는 것이다. 따라서 오온을 설한 이유는 무아임을 설해서 아집을 타파하는 데 있다.

원시경전상에 집착을 여의기 위한 목적에서 오온(五蘊)에 대해서 다음과 같이 설했다.

五蘊(인간존재)에 대해서 그것은 병과 같고 종기와 같으며, 가시와 같고 죽음과 같으며 무상(無常)하고 괴로우며, 공(空)이요, ‘我’가 아

39) 『잡아함경』 제45권 (大正藏2), p.327.

니며 ‘내 것(我所)’이 아니라고 관찰하라. 그래서 거기에 집착하지도 않고 받아들이지도 않게 된다.<sup>40)</sup>

상호의존적인 오온이 하나의 육체적·정신적 기관으로서 서로 결합하여 함께 움직인다면 나라는 관념이 얻어진다. 그러나 이것은 그릇된 관념이나 정신적 행위에 불과하다. 생각을 없앤다면 생각의 주체는 어디서도 발견되지 않는다. 나, 즉 존재란 이 오온의 화합으로 일시적으로 존재하는 것에 대한 명칭에 불과하다. 즉, 우리가 ‘나’라고 생각하는 것은 색·수·상·행·식(色·受·想·行·識) 오온의 조합으로서 허상일 뿐인 것이다.

이러한 오온의 허상을 붓다는 다음과 같이 강조하고 있다.

“몸뚱이(色)는 모여 있는 물거품 같고, 느낌(受)은 떠 있는 거품 같으며, 생각(想)은 마치 아지랑이와 같고 지어감(行)은 마치 파초와 같으며, 의식(識)은 허깨비의 법과 같아라.”<sup>41)</sup>

무아라고 하는 것은 인간을 구성하는 요소로서의 오온을 부정하는 것이 아니라, 그러한 오온의 복합체인 자아를 고정화시키려는 잘못된 관념을 부정하는 것이다. 이러한 복합체를 생성하게 하는 연(緣)을 강조하는 것이 불교의 일관된 교설이다. 한 대상을(色) 받아들여(受) 내면화하고(想) 의지적 작용(行)이 부가되어 분별하여 알게 되는(識) 인식의 과정은 오온간의 연기적 관계성을 통해 이루어지며, 그러한 이해는 고정·독존의 형이상학적 존재를 인정치 않는 것으로서 그 어떤 것도 ‘나’라고 할 만한 실체가 없으며 무상하고 괴로운 법이라는 것이다.

무엇으로 인간은 그토록 괴로워하는 것일까?

생(生)·노(老)·병(病)·사(死)의 사고(四苦)와 원증회고(怨憎會苦), 애별리고(愛別離苦), 구불득고(求不得苦), 오온성고(五蘊盛苦)를 더한 팔고

40) 『잡아함경』 제5권 (大正藏2), p.31.

41) 『중일아함경』 제27권 (大正藏2), p.701.

(八苦)가 있다. 삶이 그대로 괴로움이라는 것이다. 나고, 늙고, 병들고, 죽는 일이 괴로움이요, 싫어하는 사람이나 사물을 대해야 하는 괴로움, 사랑하는 사람이나 사물과 헤어지는 괴로움, 원하는 것을 얻지 못하는 괴로움, 존재 자체의 괴로움. 이른바 ‘사고(四苦) 팔고(八苦)’다.

세상에 세 가지의 법이 있어, 기뻐할 수도 사랑할 수도 없는 바이니 무엇이 그 셋인가. 소위 늙고 병들어 죽는 일이다. 세상에 만약 이러한 세 가지 법이 없다면 여래가 이 세상에 나와 바른 깨달음을 이룰 일도 없느니라.<sup>42)</sup>

오온은 그 각각이 무상(無常)하며 고(苦)이고 거기에는 변화하지 않는 아(我)라고 할 것이 존재하지 않는 것이다. 그것은 자기반성이고 자기관찰이다. 괴로움이란 오온을 아(我)라고 집착하는 것이며, 집착에 의해서 생겨나는 갈애가 원인이다. 오온이 화합하여 이루어진 가아(假我)는 무명(無名), 애(愛) 등의 번뇌를 인(因)으로 하여 업(業)을 짓게 된다. 그리고 이러한 업(業)이 과(果)를 부르기 때문에 그 다음 생의 새로운 몸을 받게 된다. 오온의 화합에 불과한 현상적 자아의 상태를 있는 그대로 파악해서 고로부터 떠난 존재가 우리가 도달하고자 하는 해탈이며, 진실한 자기인 진아(眞我)라고 할 수 있다. 무아의 가르침은 무상한 생멸법(生滅法)인 오온에 집착하여 오온의 어느 하나를 항상적(恒常的)인 나로 여겨 윤회를 거듭하고 있는 것이 인간존재의 실정임을 알려주고 있다. 오온을 나로 간주하는 집착에서 벗어나는 길이 바로 고통에서 벗어나는 길이다. 그것은 번뇌를 일으키는 갈애를 소멸시키는 길이기도 하다. 붓다의 무상과 무아의 가르침에 대한 바른 이해에서부터 고통을 떨치고 열반에 이르는 길이 시작된다.

무아설이 ‘고정적인 실체는 존재하지 않는다’고 하여 상식적인 차원에서 인정할 수 있는 자기인 가아(假我)라든지 인식주관, 인격 혹은 이성 등을 부정한다는 의미가 아니다. 왜냐하면 자기 자신을 있는 그대로 본

42) 『잡아함경』 제28권 (大正藏2), pp.199-200.

다면 자기 자신이 성장하고 변화해 가는 것을 누구도 부정할 수 없는 것이다. 그러나 중생들은 자기를 정지된 것으로 보고 고정된 자아를 상정하고 거기에 집착한다. 이러한 자아의 집착은 중생들의 마음을 욕망에 묶어놓고 그런 욕망의 충족에만 몰두하게 되므로 중생들은 현실을 있는 그대로 보지 못하고, 단순히 자기들의 욕망의 충족을 위해서 분별, 평가하기 때문에 괴로움이 생겼다는 것이다.

붓다는 이 집착과 갈애를 없애는 실천수행법인 팔정도를 제시했다. 팔정도는 정견(올바른 견해), 정사유(올바른 사유), 정어(올바른 말), 정업(올바른 행동), 정명(올바른 생활), 정정진(올바른 노력), 정념(올바른 기억), 정정(올바른 명상)을 말한다.

제법무아의 교의는 옛날부터 불교의 근본원리로 간주되어 왔다. 최초로 법을 설하신 이래 붓다는 끊임없이 아집의 해소를 실증하고 체험해야 할 필요성을 역설하였다. 사실 이 자아라고 하는 착각으로부터의 올바른 깨달음, 즉 무아(無我)의 철저한 인식과 실천이야말로 불교 본래의 바른 원리, 바른 실천방법이라고 할 수 있다.<sup>43)</sup>

연기적 자아, 무아는 일체가 상호의존(相互依存)하여 존재하므로 일체가 하나라는 우주적 자아로의 확장으로 자타불이(自他不二) 사상으로 이어진다고 할 수 있다. 자타불이는 남이 슬퍼할 때는 나도 슬프게 되고, 남이 괴로울 때면 나도 괴롭게 느끼는 것이다. 이와 같이, 같이 슬퍼하고 같이 괴로움을 나누는 공감에 살고 있는 자타 평등관계의 자타불이 사상은 필연적으로 자비의 무아행(無我行)으로 이어질 수밖에 없는 것이다. 붓다가 강조한 것은 실존하는 존재의 윤리적·실천적 삶에 의한 무아행이다.

참된 자비는 나와 남이 에고(ego)를 초월하여 나는 어디까지나 나이면서 남과 통하고 남은 남이면서 나와 같이 되는 경우, 즉 자타불이로 맺어질 때 비로소 참된 자비가 작용하게 된다.

자비를 베풀어야 할 대상은 특정한 상대가 있는 것이 아니라, 일체의

43) 박경준·이영근 역, 「불교사회경제학」, (서울 : 불교시대사, 1992), p.24.

생명이 있는 존재에게 조건없이 베풀어지는 사랑이기 때문에 그것은 상당히 관념적이고 내면적인 정신 상태이며 이타(利他)는 이러한 정신의 구체화된 행동 내지 실천이 된다.<sup>44)</sup>

자타불이의 세계를 생활 속에서 실현하기 어려운 것은 자기애가 자아에게 얽매이는 데 그 이유가 있다. 자아는 아무리 억제하고 통제하여도 자아일 뿐이다. 그러므로 자기애를 응시하여 자기라는 존재를 근원까지 추구하고 반성할 때만 비로소 새로운 나와 남의 관계가 이루어지는 것이다.

자기를 탐구하는 것은 사회의 선을 기뻐하고 악을 싫어하는 안목과도 연결이 되는데 이것이 바로 자비의 실천행(實踐行)으로 이어지는 것이다. 이러한 실천적 무아는 개아(個我)를 부정하고 아집을 떨쳐버리기 위한 것이다. 불교의 실천과 이상은 무아행(無我行)이기 때문에 무아사상은 강조된다. 무아행은 생사윤회를 초월한 열반의 철저한 실천이며 불교의 깨달음은 무아행의 완성 그 자체이기 때문이다. 제행무상과 일체개고는 간접적으로 종교실천과 관련되고 있는 데 비해, 제법무아는 직접적으로 종교신앙의 실천면을 설했던 것이다.

위에서 이 세계와 세계 속의 모든 존재는 연기적이며, 연기적이기에 무아이며 공이라는 것을 주로 초기불교의 관점에서 살펴보았다.

계속해서 대승불교의 연기관에 입각한 자아관에 대하여 살펴보려고 한다.

## (2) 대승불교에 있어서의 연기적 자아

### ① 뢰야연기(賴耶緣起)적 자아

초기불교에서 부파불교에 이르기까지는 아공법유(我空法有)<sup>45)</sup>를 주장한다. 중관불교에서는 법마저도 공하다고 주장한다. 그리고 유식불교에

44) 이재창, 「현대사회와 불교」, (서울 : 한길사, 1991), p.152.

45) 연기된 모든 존재는 自性이 없어서 無我이나 그 존재를 구성하고 있는 요소인 法은 있다는 것이다.

이르러서는 오직 식(識)만이 있다고 주장한다.

이 식에 팔식(八識)이 있으며, 제8식을 아뢰야식이라 한다. 이 아뢰야식에 의해 일체 존재가 야기된다는 것이 퇴야연기이다.

유식불교에서는 초기불교의 육식(六識)에 제7식인 말나식과 제8식인 아뢰야식을 더 설정하여 우리들의 마음을 설명한다. 말나식은 대상을 그릇되게 인식하여 근본적인 번뇌를 일으키는 심식이다. 말나식은 항상 아치(我癡), 아만(我慢), 아견(我見), 아애(我愛)의 네 가지 번뇌를 야기한다. 아뢰야식은 장식으로 번역되며, 모든 행위로 조성되는 업력을 보존하고 있다는 뜻이, 말나식에 의해 집착되어진다는 뜻이다.

그러면 어쩌서 제8 아뢰야식이 일체 존재를 생긴다는 퇴야연기설이 주창된 것일까? 석가모니 부처님은 보리수 나무아래에서 연기의 진리를 깨달으셨다고 한다. 십이연기를 관찰하여 생사고를 소멸하고 열반의 경지에 드신 것이다. 십이연기설은 혹(惑)·업(業)·고(苦)의 세 가지로 축약되니 무명혹(無明惑)에 의해서 갖가지 업을 짓고 고통을 겪게 된다는 것이다. 그리고 업은 반드시 과보를 발생시키는데, 과보의 발생에는 순현보(順現報)·순생보(順生報)·순후보(順後報)의 세 가지<sup>46)</sup>가 있다고 주장된다. 여기에서 문제가 되는 것이 업의 소장처이다.

유식불교 이전의 六識 가운데는 업종자의 소장처로 간주될 수 있는 식이 없었으니, 업종자를 함장하는 마음으로서 아뢰야식을 발견하게 된 것이다. 이 아뢰야식에 함장된 업종자가 제법을 생기하니 이를 종자가 현행(現行)을 생한다고 한다. 이 현행은 다시 종자에 영향을 미치니 이를 현행이 종자를 훈습한다고 한다. 그리고 종자는 다시 종자를 만들기도 한다. 그리하여 제법은 오직 아뢰야식에 의한 것이니 이를 퇴야연기라고 하는 것이다. 이러한 유식의 퇴야연기설에 의하면 ‘내가 있으므로 삼라만상이 있다’고 말할 수 있다. 그러나 이 아뢰야식은 청정한 마음이 아니라 생멸변화(生滅變化)하는 유위존재를 발생시키는 물들고 허망한

---

46) 업을 지은 후 과보가 나타나는 기간에 의해서 분류된다. 금생에 지은 업의 과보를 금생에 받는 것이 순현보, 금생에 지은 업의 결과가 다음 생에 나타나는 것은 순생보, 금생에 지은 업보가 몇 생 뒤에 나타나는 것을 순후보라 한다.

마음인 것이다. 그래서 십바라밀의 실천을 통해서 이를 청정한 지혜로 바꾸도록 하니 이를 전식성지(轉識成智)라 한다. 즉 전오식은 성소작지(成所作智)로 바꾸고, 제6 의식은 묘관찰지(妙觀察智), 제7 말나식은 평등성지(平等性智), 제8 아뢰야식은 대원경지(大圓鏡智)로 변환시킨다. 망식의 경계를 초월하고 지혜경계를 증득케 하는 것이다.<sup>47)</sup> 계속해서 대승불교 연기설의 하나인 여래장연기와 자아에 대해서 살펴보고자 한다.

## ② 여래장연기(如來藏緣起)적 자아

여래장연기설은 누구에게나 갖추어져 있는 청정한 진여가 인연에 따라 모든 존재를 발생시킨다는 것이다. 위의뢰야연기설에서 보인 것처럼 만약 일체 존재가 나의 아뢰야식에 의해 발생된 것이라면 나의 경험 세계 밖에 있는 존재는 어떻게 설명될 수 있는가 라는 의문이 생기게 된다. 그리하여 보편적인 유심체(唯心體)를 설하게 되니 이것이 여래장이라는 마음이다.

여래장이란 여래가 우리 중생에게 감추어져 있다는 것이다. 우리 중생의 번뇌심 속에 청정한 여래의 성품이 들어 있다는 의미이다. 비록 부처님의 지혜가 우리 중생심 속에 있으나 번뇌망상으로 인해 사용되지 못하고 있을 뿐이다.

이러한 중생심을 망(妄)의 입장에서 말하면 아뢰야식이고, 진(眞)의 입장에 의하면 여래장으로 명명되니 우리 마음은 진망화합식(眞妄和合識)이라는 것이다.

여래장연기를 설하는 대표적인 논서로 알려진 『대승기신론(大乘起信論)』에 의하면 우리 중생심은 진과 망, 즉 진여심과 생멸심의 두 가지 면이 있으니, 진여가 연을 따라 생멸의 현상계를 발생시킨다고 한다. 그 최초의 근본되는 연은 무명이다. 무명이 연이 되어 일체번뇌를 야기시켜 생사윤회하는 현상계가 벌어지는 것이다. 따라서 무명만 걸히면 본래 청정한 진여세계로 돌아갈 수 있다. 그러나 한편 진여가 곧 현상계

47) 동국대학교 교양교재편찬위원회 「선과 자아」, (서울 : 동국대학교출판부, 2005), p.53.

이지 따로 진여를 여윈 현상계가 아님을 역설하고 있다.<sup>48)</sup>

이러한 여래장연기에서 한 걸음 더 나아간 것이 법계연기이다.

### ③ 법계연기(法界緣起)적 자아

법계연기설은 『화엄경』에 실시되고 있으며 화엄철학에서 강조하는 연기설이다. 무명은 원래 없으며 우리 존재는 본래 부처님과 전혀 다른 존재가 아니다. 단지 우리가 부처인 줄을 모르고 있을 뿐이라는 것이다. 화엄에서는 일체가 원융한 존재세계를 법계라 하는데 이를 사(事)와 이(理)로 설명하고 있다. 먼저 사법계(事法界)이니 사는 사물 사건 현상계 등 차별적인 것을 말하며 계(界)는 분(分)의 뜻이다. 분한이 있어 모두 다른 존재세계를 사법계라 한다. 다음은 이법계이니, 이는 체성·이법·원리 등 공통적인 것을 말하며, 계는 성(性)을 의미한다. 그래서 평등성만 말할 때 이법계라 하며, 공·진여·여여 등도 이법계에 해당된다. 화엄에서는 이와 사가 걸림 없기 때문에 차별적인 사와 사도 무애함을 말하고 있으니 이를 사사무애법계(事事無碍法界)라 한다. 즉 이것은 모든 존재는 부처와 성품이 다르지 아니하므로 일체 존재가 모두 부처 성품이 그대로 나타난 존재라는 것이다. 따라서 우리 존재세계는 바로 부처의 화현인 것이다. 화엄에서는 또 일체 모든 존재를 삼중세간으로 말하기도 한다. 생사윤회하는 존재인 중생세간(衆生世間)과 깨달은 존재인 지정각세간(智正覺世間), 그리고 그들이 존재하는 무대인 기세간(器世間)이다. 그런데 이 삼세간은 궁극적으로 서로 다르지 아니하니 주변환경은 우리들의 업에 의하여 바뀌며 중생과 부처는 본래 다르지 않은 존재이다. 우리는 부처처럼 살 수 없는 존재가 아니라 부처로 살 생각을 하지 않고 있어서 괴로움을 겪고 있으며, 살기 힘든 사회를 만들고 있는 것이다. 만약 본래 우리의 모습인 부처로 살 마음만 낸다면 나와 남 모두 행복한 존재가 되고 밝고 맑은 사회를 이루어 갈 수 있다. 우리의 본래 모습대로 살고자 하는 원을 일으키는 발심 또한 그리 어려

---

48) 상계서 p.55.

운 일이 아니다. 지금 여기서 이 몸으로 얼마든지 가능하다.<sup>49)</sup>

계속해서 신앙적 자아에 대해서 살펴보고자 한다.

### 3) 신앙적 자아

죽음을 앞두고 있는 노인에게 불가변의 죽음을 어떻게 받아들이며 또한 죽음을 기점으로 해서 어떠한 세계가 전개되는 것인가의 사후세계에 대한 의문은 심각한 문제라고 할 수 있다. 즉 죽음을 두려워하는 이유는 사후에 대하여 아무런 확신이 없기 때문이다. 죽음 다음에 어떻게 되며 어디로 가는지 알 수 없기 때문이다

종교는 노인에게 있어서 현실의 고통을 잊게 하고 내세라는 이상향을 제시하여 현실에서의 죽음에 대한 두려움을 희석시켜 주고 있다.

불교적 시각에서 죽음에 대한 심리적 불안과 고통은 경전에서 다음과 같이 설해지고 있다.

무엇을 죽는 괴로움이라 하느냐 하면, 다섯 가지 모양이 있으니, 첫째는 사랑하는 재물과 이별하는 것이요, 둘째는 사랑하는 벗과 이별하는 것이요, 셋째는 사랑하는 권속과 이별하는 것이요, 넷째는 사랑하는 자신의 몸과 이별하는 것이요, 다섯째는 목숨을 마칠 때에 극히 중한 근심 고통을 받기 때문이다.<sup>50)</sup>

불교에서 죽음의 문제는 근본문제 가운데 하나이다. 부처님의 출가하신 동기는 생로병사의 해탈 추구로부터 시작된 것이며, 불교의 궁극적인 목표인 열반도 죽음에 대한 불안이나 공포로부터 해방된다는 의미를 담고 있다. 붓다는 죽음을 인간이 거쳐야 하는 자연스러운 과정으로 여기고 문제가 되는 것은 사후의 존재가 아니라, 죽음문제에 대해 인간으로서 피할 수 없는 현실임을 냉철히 자각하는 것으로부터 출발하였고

---

49) 상계서 p.56.

50) 「유가사지론」(大正藏30), p.642.

그것은 새로운 차원의 인식이었던 것이다.

키사고타미라는 여인은 외아들을 잃고서 붓다에게 찾아와 죽은 아들을 살려낼 수 있는 방법을 알려주길 간청했는데, 붓다는 그녀에게 사람이 죽은 적이 없는 집을 찾아 겨자씨 한 줌을 얻어오라고 주문했고, 그녀는 그대로 실행하는 과정에서 스스로 죽음의 고통을 극복하게 되었다고 한다.<sup>51)</sup>

붓다는 최후의 가르침에서 모든 존재는 다 무상하지 않은 것이 없어서 붓다조차도 이 무상함을 피할 수 없다고 했고 부지런히 정진하여 생사에서 벗어날 것을 부탁했다.

너희들은 마땅히 알라. 모든 존재하는 것은 다 무상하다. 내 지금 비록 금강(金剛)의 몸이지만 이 또한 무상하여 변하는 것을 면하지 못하니, 생사 가운데서 가장 두려운 것이다. 너희들은 부지런히 정진해야 한다. 속히 생사의 불구덩이에서 벗어나기를 구하라. 이것이 곧 나의 최후의 가르침이다.<sup>52)</sup>

불교에서는 제행무상과 제법무아와 같은 철학적 성찰에 의해서 죽음을 당연하게 받아들이는 길이 있고, 다른 한편으로는 정토신앙에 의해서 내세관을 확립하여 죽음을 극복하는 길이 있다. 인간 내부에 갖추어져 있는 최고의 가치를 긍정하고 자력으로서 이를 지향해가는 인간상과, 인간의 현실적 상황을 깊이 인식하고 타력에 의한 구제를 희망하는 인간상이 그것이다.

타력에 의한 구제를 희망하는 인간상은 인간의 현실상황에 대한 인식이 깊은 만큼 자기에 대한 반성을 철저히 한다. 인간 존재의 유한함과 비관적인 현실을 바라보고 인간의 죄업이나 중생으로서의 어리석음을 자기 힘으로는 어찌할 수 없다고 본다. 그러한 인간존재의 현실을 파악하고 철저한 자기반성과 함께 붓다라는 절대 타력에 의한 구제를 기대

---

51) 정승석, 「죽음이란 무엇인가」, (서울 : 도서출판 창, 1990), p.79.

52) 『대반열반경』(大正藏1), p.204.

할 뿐이다.<sup>53)</sup>

불교에서의 불성 혹은 번뇌망상을 여윈 본래심의 무량한 자비심에 의해 구제된다는 신앙심은 결국 철저히 현실의 한계를 반성하는 진실한 자아에 대한 발견으로 이루어진다고 할 수 있다. 탐욕과 번뇌로 물들어 있는 자신의 모습을 발견하여 이렇듯 못한 중생도 차별없이 구제해 주시는 절대적 평등의 자비에 감사하게 된다. 이러한 겸허의 자세에서 비롯되는 인간의 신심은 인간의 죄업이나 비관적인 현실 자체를 자신의 책임으로 간주하는 데서 얻어지는 것이라 볼 수 있다. 붓다라는 타력에 의한 구제를 희망한다 하더라도 이 모든 것을 자기의 주체적인 책임으로 받아들이는 적극적인 자주성이 전제되는 것이다.

정토신앙에 의해서 죽음을 극복하는 길은 현세의 죽음으로 모든 것이 끝나는 것이 아니라 극락세계에 왕생한다는 믿음이다. 아미타불이 상주 설법하는 서방 극락국토야말로 윤회와 죽음에서 벗어난 세계다. 중생들은 끝없이 화택(火宅)의 삼계를 맴돈다. 부처님의 자비교설에 의해서 비로소 중생들은 윤회를 벗어난 세계가 있음을 알게 되고 그 곳으로 가는 방법까지도 실천할 수 있게 되었다.

중생들 모두가 화택의 윤회고를 해탈하고자 그 세계에로의 태어남(왕생)을 기원한다.<sup>54)</sup>

정토신앙을 통한 내세관 확립이라는 것은 정토신앙에 입각하여 죽음 즉 내생을 예측하고 현생보다 더 좋은 세상으로 갈 수 있다는 생각을 정립하는 것이다. 아미타불의 서방정토는 극락, 청정한 불국토를 의미하며 아미타불을 염불하여 극락정토에 왕생하는 것이 정토신앙의 요체이다. 왕생은 아미타불의 본원(本願)에서 비롯되며 그것은 바로 부처님의 본질인 중생을 구제하지 않을 수 없는 동체대비의 지혜와 자비가, 아미타불의 본원을 통해서 중생에게 회향되어지는 것을 말한다.

53) 동국대학교 교양교재편찬위원회 「불교와 인간」, ( 동국대학교출판부, 2006), pp.217-218.

54) 김영태, “삼국시대 미타신앙의 수용과 그 전개”, 한국정토사상연구, 동국대학교출판부, 1985,p.12.

### Ⅲ. 노년기 문제와 삶의 질 개선

산업화의 과정과 자본주의의 발달로 인해 발생한 각종 사회문제에 대처하기 위한 개인적·사회적·국가적 대책의 하나로서 제시된 것이 바로 사회복지이다. 사회복지란 어떤 문제나 고통으로부터 벗어나려는 인간의 사회적이며 조직적인 노력으로 개인과 사회 전체의 복지를 증진시키려고 한다. 사회복지란 인간의 삶의 질에 관련된 광범위한 영역을 포괄하고 있고 인간의 존엄성에 근거하여 인간사회가 보다 유익하고 발전된 정신적·물질적 환경을 누릴 수 있는 방법과 방안을 추구하면서, 나아가 인류사회 전체의 행복과 평화 그리고 공존과 번영을 이루고자 하는 것을 기본적으로 지향하고 있다.

오늘날 대부분의 나라들이 사회복지의 실현을 중요한 목표로 삼고 다양하고 적극적인 방법으로 개입하고 있다. 현대과학의 발전과 자본주의 발달로 인한 경제성장의 결과로 물질적 풍요와 함께 사회보장 및 사회복지도 현격한 발전을 가져왔다.

산업사회의 급격한 변동과 가치관의 변화 속에서 수명연장으로 인한 인구의 노령화와 노인문제는 문제의 해결이 개인과 가족의 차원을 넘어서 사회적 내지 국가적 차원에서 이루어져야 하는 심각한 사회문제로 부각되었다. 우리나라도 2000년에 고령화사회에 진입하여 노인복지와 노인문제에 대한 관심이 고조되고 있다. 노인복지란 노인의 소득보장, 의료, 보건, 여가 등 노인의 다양한 욕구에 대한 물질적인 서비스와 프로그램의 개선 등의 정책적·제도적 관심을 기울이고 있다.

그러나 노인의 자살률은 OECD국가 중에서 1위를 기록하고 있다. 사회복지와 사회보장이 잘된 서구사회에서도 노인의 우울증과 자살은 늘고 있다. 이것은 물질적인 서비스와 혜택(惠澤)에 중점을 두는 물질적 복지의 한계를 나타낸다고 볼 수 있다.

현대사회의 노인문제를 알아보고 노년기는 신체적·정신적 및 사회적 측면에서의 변화와 더불어 심리적, 정신적 실존의 문제에 직면하는 시기

라는 관점으로 노인의 삶의 질 개선의 의미를 알아보기로 한다.

## 1. 노년기 문제

현대 산업사회의 특징인 노인문제가 커다란 사회문제로 확대되고 있는 원인 및 양상을 살펴보면,<sup>55)</sup> 인구의 노령화로 인한 노인 부양문제, 산업화와 도시화로 인한 가족분화의 촉진, 이에 따른 가치관의 변화로 노인들이 가치관의 혼란과 역할의 갈등, 심리사회적 소외감을 일으켜 빈곤·질병·고독·무위라는 노인의 사고(四苦)를 가져오게 되었다.

### 1) 노년기 문제의 배경

#### (1) 고령화사회

21세기 인류사회의 큰 특징 중의 하나는 인간수명(人間壽命)의 연장에 따른 고령화사회이다. 의료기술(醫療技術)의 발전, 인간을 위한 환경의 개선, 소득의 증가, 삶의 질(質) 향상 등으로 인하여 평균수명(平均壽命)은 늘어나고 있음은 세계적 추세이다. UN은 65세 이상 노인인구 비중이 7%이상인 사회를 고령화사회, 14%이상인 사회를 고령사회라 하고 20%이상인 사회를 초고령사회라고 구분했다. 우리사회의 고령화의 추세는 선진 산업사회에서 유래가 없을 정도로 빠르게 진행되고 있다.<sup>56)</sup>

55) 장인협·최성재, 「노인복지학」, (서울 : 서울대출판부, 1994), pp.22-27.

56) 통계청, "2005 고령자통계", pp.1-3. 우리나라는 2000년에 65세 이상 노인인구의 비율이 7.2%로 고령화사회에 진입하였고 2018년에 이르면 14.3%가 넘어 고령사회에 이르고, 2026년에는 노인인구가 20.8%에 이르는 초고령사회가 될 것이라는 발표가 있었다. 고령사회로 진입하는 데 프랑스는 115년, 미국 72년, 스웨덴 85년, 일본은 24년이 걸리는데 비해 우리나라는 세계에서 가장 빠른 19년이 걸렸다.

## (2) 핵가족화

산업화 과정에서 초래된 도시화, 핵가족화, 노인부양의식의 약화로 전통적 가족제도는 붕괴하였고 가치관의 변화로 경로효친사상은 약화되었으며 개인중시경향이 증가하고 있다. 현대사회에서 노인은 사회적으로나 가족 내에서 더 이상 인생의 경륜이나 지혜를 갖춘 권위자가 아니다. 부부중심의 핵가족은 현대 산업사회의 사회 경제적 구조에 가장 적합한 가족형태로서 노인의 가부장적 지위는 핵가족으로 이행되면서 전락되었다. 핵가족화와 도시화를 경험하면서 노인들은 실망과 정체성의 혼란을 경험하게 된다. 그러나 현대의 가족은 노인들의 이러한 문제를 돌보지 않는다.<sup>57)</sup> 경로효친사상 같은 전통적 가치관은 젊은이들의 현대적 가치관과 다르며 젊은이들의 개인적 이익과 관심사에 묻혀 버리고 이런 상황에서 노인들은 그들의 설 자리를 잃어버렸다.

## (3) 지식정보화사회

산업사회 이후의 지식정보화 시대의 도래는 노인을 어떤 면에서 소외계층으로 전락시켰다. 지식정보화사회는 신체적, 정신적 및 사회적 면에서 제 능력이나 적응성에 있어서 퇴화된 노인들의 적응능력을 약화시키는 결과를 초래하게 된다. 지식정보화사회는 여러 면에서 순발력과 신속성을 요구하는 시대이므로 노인들은 이러한 속도의 요구에 따라가기에는 취약하다. 지식과 정보의 차이로 인하여 개인과 계층 사이의 경쟁이 치열해지고 격차가 과거보다 더욱 벌어져서 사회적 기능수행에 장애를 일으키는 노인들은 상대적 열세로 경쟁에서 뒤처지게 된다.

---

57) 이호선, 「노인상담」, (서울 : 학지사, 2004), pp.71-72.

#### (4) 세대차이

현대사회는 젊음에 가치를 부여하기 때문에 노인들은 사회로부터 존중받지 못한다. 물질주의와 상업주의 시대에서 가치관이 다른 젊은이들은 효(孝)나 충(忠)을 강조하던 노인세대들이 이룩한 경험이나 삶의 지혜를 중요하게 여기지 않는다. 그밖에 구태의연한 사고방식이나 생활태도, 의존성의 증가나 무능력에 대해 가족구성원들이나 사회의 젊은이들이 표시하는 부정적 태도는 노인으로 하여금 그들이 살아온 인생 자체의 의미를 상실하게 하여 자신의 존엄성과 가치가 낮다고 느끼도록 만든다.

### 2) 노년기의 문제

일반적으로 노인문제란 65세 이상에 해당되는 노인들에게 불만족스러운 상태를 나타내는 것으로 빈곤, 질병, 고독, 역할상실 등이 이에 해당된다. 노인들에게는 건강상의 문제, 경제적인 문제, 심리사회적인 문제들이 직·간접으로 작용되어 노인생활에 불안을 형성하고 있다.

노인들을 둘러싸고 있는 문제는 각기 독립변수로서 노인의 생활상에 적용되어 오는 것이 아니라 그것들이 상호 작용하여 영향을 주고 있어서 노인의 고통은 더욱 가중되고 있다.<sup>58)</sup>

#### (1) 고독과 소외

노년기는 신체적 상실로 인해 주변으로부터 고립되어 소외감을 느끼고 자녀들이 성장하여 독립하게 되므로 외로움을 느끼게 된다. 배우자와 친구의 죽음 등에 의한 정서적 고독문제도 있으며 사회적 은퇴와 함께 찾아오는 사회적 역할의 상실은 대인관계의 단절과 고립으로 이어지고 이것이 심해지면 신체적 질병과 사회적 부적응 같은 현상을 초래하

---

58) 서병진, 전게서, p.50.

기도 한다. 또한 경로효친사상에 대한 가치관의 변화로 인해 가족과 사회로부터의 고독과 소외감을 느끼게 된다. 또한 노인의 의식수준은 젊은이에 뒤지며 교육수준이 다른 세대 간의 차이를 가져와 갈등과 고립을 가져오는 요인이 되며, 이로 인해 노인은 가정과 사회에서 세대 간 고립과 소외를 느낀다.

## (2) 질병과 죽음

노년기는 신체적 기능의 약화로 인한 각종 질병의 위협에 직면한다. 생리적 노화과정에 있고 퇴화과정이 재생과정을 능가하는 이 시기에 노인이 자연스러운 소멸과정을 겪게 되는 것은 불가피하다. 질병에 대한 저항력이 급격히 감소하고 각종 질환에 시달리게 되며 회복의 기회가 거의 없다. 질병은 아니더라도 감각이 둔화되고 지각능력의 수준이 현저하게 저하된다.

노인은 곧 죽을 사람이다. 살아온 세월보다 살아갈 세월이 현저하게 줄어든 사람이며 죽음이 노년의 현상만은 아니지만 죽음의 필연성을 인지적 차원에서가 아닌 현실적으로 직면하고 있는 사람이다. 죽음에 대한 두려움, 사후세계에 대한 두려움은 노인에게 심각한 문제이다. 죽음은 인간으로서 피할 수 없는 현실이다. 사람은 누구나 늙어서 죽게 된다는 사실을 알지만 그것을 자신의 문제로 실감하는 것은 노년기에 이르러서일 것이다. 노년기에는 배우자, 친구, 동료 등 주변사람들의 죽음을 보며 노인들로 하여금 자신에 대한 죽음의 불안과 함께 부정적이고 절망적인 마음을 갖게 한다. 죽음에 대해 두려워하는 현상은 자연스러운 것이지만 죽음에 대한 공포를 극복하지 못하면 죽음으로 모든 것이 끝난다고 하는 허무적인 생각으로 노후생활의 정신적 의미를 찾는 데서 어려움을 겪는다.

### (3) 빈곤과 경제

현대 산업사회에서 급격한 산업구조의 변화와 과학적 생산기술의 발달로 인해 직업일선에서 명예퇴직, 조기퇴직, 해고 등의 방법으로 물러나고 다른 곳에서도 노동력을 필요로 하지 않을 때 당연히 그것은 경제적으로 빈곤을 초래한다. 이것은 소득의 단절을 가져오고 금전적인 문제로 인한 불안을 야기하며 노인은 사회에서나 가족에서 경시된다. 즉 자본주의 사회에서 정년은퇴는 사회적 역할과 수입의 상실만을 의미하는 것뿐만 아니라 노화를 촉진시킬 수 있고 건강을 약화시킬 수 있다. 또한 자녀에 대한 의존성을 증가시킨다.

### (4) 역할상실

역할상실은 한 개인이 노년기에 사회적·개인적 역할의 변화나 은퇴와 같은 변화를 경험하는 것을 말한다. 현대 산업사회에서 젊은 세대와 노인 세대 간에 취업 및 직업에서 경쟁이 생겨나고 신체적·정신적 기능이 약화된 노인이 경쟁에서 뒤지므로 생산현장에서 물러나게 된다. 이로 인해 노인은 직업적 역할을 상실하게 된다. 또한 직업적 역할상실은 다른 사회적 역할과 생계유지자로서의 역할도 상실되어 심각한 문제를 안게 된다. 정년퇴직으로 인한 사회에서의 역할상실과 또한 핵가족화의 보편화로 노인들은 전통적 지위와 권위를 상실하게 되고 가족과 사회로부터의 냉대와 소외를 받는다. 배우자의 상실로 인한 역할상실, 자식의 독립에 따른 가족에서의 역할상실 등도 노인의 역할상실에 포함된다.

노인들은 사회적인 역할의 변화를 경험하면서 자신을 무가치하다고 여기거나 또한 지난 삶에 대한 깊은 회한에 빠지거나 쉽게 죄책감에 빠진다. 자신의 기여보다는 잘못된 것, 실패한 것을 기억하면서 슬프고 고통스런 감정에 빠진다. 이러한 경우 노인들은 우울증에 빠지거나 심각

한 경우 자살을 하기도 한다.<sup>59)</sup>

## 2. 노년기 삶의 질 개선

인간은 누구나 행복을 추구하며 삶을 살아가면서 많은 변화에 직면하게 된다. 인간은 자신이 처하게 되는 환경에 적응하여 살아가기 위해서 주어지는 조건에 순응하기도 하지만 때로는 자신이 환경을 자신의 삶에 맞도록 개선해 나가는 주도적인 역할을 하기도 한다. 궁극적으로 인간은 환경과의 끊임없는 상호작용에 의해서 행복한 삶을 영위하는 데 삶의 주요 목적을 둔다.<sup>60)</sup>

빈곤, 질병, 고통 등의 사회문제는 항상 존재해왔고 인간은 생존을 위해서 이러한 문제나 고통으로부터 벗어나려고 끊임없는 노력을 기울여왔다. 현대 산업사회의 사회문제는 산업화의 과정과 자본주의의 발달 그리고 거기에 수반되어 나타났고 각종 사회문제는 전통사회에 비해 심각하고 중대한 양상을 띠었다. 산업사회의 사회문제는 개인과 가족이 해결할 수 있는 차원을 넘어섰고 국가가 개입하여 제도, 법, 프로그램을 통한 삶의 질을 향상시키려는 노력을 하고 있다. 오늘날의 노인문제는 직·간접적으로 현대화라는 사회적 변화와 관련되어 있다. 산업화된 사회의 고도화된 성장과 의료기술의 놀라운 발전은 인간수명을 연장시켰으며 이러한 평균수명의 연장은 노령기가 연장된 것을 의미한다. 노인복지에서 다양한 노인의 욕구와 문제를 해결하여 보다 높은 삶의 질을 도모하기 위한 방법과 자원을 동원하고 있다. 삶의 질 향상은 이러한 국가적인 차원에서 이루어지는 복지의 거시적 차원에서부터 개인 스스로의 안녕감에 따르는 심리적 만족감의 미시적 차원에서 살펴볼 수가 있다.

---

59) 이호선, 전게서, p.188.

60) 김상균 외, 「사회복지개론」, (경기 : 나남출판, 2006), p.25.

## 1) 노년기 삶의 질 개선의 의미

고형화사회의 서구 및 선진국 노인복지에서는 이미 성공적 노화와 얼마나 행복하고 인간답게 살 것인가에 대한 ‘삶의 질’의 문제가 중요한 과제로 다루어지고 있다.

노인복지에서 이제 단순히 수명을 연장시키는 것보다는 얼마나 행복하고 인간답게 살 것인지에 대한 ‘삶의 질’의 문제가 더욱 중요하게 부각되고 광범위한 연구도 이루어지고 있다. 즉, 과거에는 신체적(身體的)으로 건강한 노년과 수명연장에만 초점이 맞추어졌던 것이 식생활 및 의료기술의 개선으로 어느 정도 해결되면서 심리적(心理的), 사회적(社會的)으로 건강한 노년에도 관심이 쏠리고 있다. 그것은 노인이 직면하는 심리사회적 문제가 노인의 행복과 연관성이 있다는 것을 말한다.

삶의 질 개념은 시대와 지역에 따라 다양하게 사용되어 왔다. 학자에 따라서 용어도 삶의 질(quality of life), 안녕(well being), 행복(happiness), 생활수준(standard of life), 만족(satisfaction) 등 다양하고 포괄적으로 사용되어 왔다.

삶의 질에 대한 관심과 연구는 대체로 1960년대 후반 양적 성장을 위주로 하는 경제성장에 대한 비판으로 시작되었다고 할 수 있다. 국가간에서는 경제적 지표인 1인당 국민소득으로 또 한 국가에서도 소득수준이 개인들의 삶의 질을 평가하는 데 가장 중요한 척도로 사용되었다. 이러한 경제적 생활수준의 양적 성장으로 사회에서 요구하는 생활수준의 변화와 질적 수준을 설명할 수는 없었다.

경제사회의 발전과 진보에 따른 국민 욕구의 증가 및 다양화는 질적으로 향상된 삶, 이른바 삶의 질에 대한 관심을 불러 일으켰다. 즉 삶의 수준에 대한 물질적 또는 경제적 측면의 평가를 넘어서서 정신적 측면의 평가에 관심을 갖게 되었다. 이처럼 삶의 질은 현실의 객관적 측면뿐 아니라 생활에 대한 주관적 지각·평가를 포함하며 단순한 물질적 풍요보다는 양질의 삶을 강조하기 위하여 삶의 질이란 개념이 사용되었다.

삶의 질(만족도)에 대한 개념이 일반화된 것은 1961년 뉴가튼(Neugarten), 하비거스트(Havighurst), 그리고 토빈(Tobin)이 생활만족도 지수를 개발한 이후로 보고 있다.<sup>61)</sup> 이들은 삶의 만족 개념을 개인이 자신의 현재 상황에 대해 정서적으로나 사회적으로 갖는 만족뿐만 아니라 현재까지 살아온 생활 전반에 느끼는 종합적인 만족감으로 보고 있는 것이다. 캠벨(Campbell)은 삶의 질이라는 것은 객관적인 상황에서 발견되는 것이 아니라 사람들의 감정적, 주관적 경험으로 도출되어야 한다고 보았다. 브라드번(Bradburn)은 노인의 생활에 대한 심리적 복지감을 행복감이란 개념으로 파악하였으며 따라서 행복감이란 긍정적인 감정이 부정적인 감정을 능가하는 정도라고 정의하였다.

한편, 메들리(Medley)는 생활만족도란 개인의 기대수준이 합리적으로 충족되었는가에 대한 평가라고 보았다. 즉, 개인은 다른 사람과의 상호작용을 통해 기대가 형성되며 이러한 기대는 다른 사람과의 비교를 통해 자신을 평가하는 근거가 된다는 것이다. 그는 생활만족도를 개인의 정신건강을 결정짓는 중요한 요소로 파악했다.

노인의 삶의 만족이란 성공적으로 노년기를 보내고 있는가를 보는 것으로 개인의 행복에 관한 주관적인 심리상태를 인지적으로 평가하려는 시도이다.<sup>62)</sup>

국내에서도 노년기에 대한 심리적 적응과 정서적 특성 등에 대한 연구의 필요성이 증대되고 있다.<sup>63)</sup> 그것은 과거에 이루어진 연구들은 노인의 지능이나 기억, 신체적 능력의 감퇴 혹은 심각한 노화질병을 가진 환자들을 대상으로 하는 연구가 많았으나, 최근에는 정상의 건강을 유지하고 노년기에도 젊은 시절 못지않게 즐겁고 행복한 여생을 보내기 위해 요구되는 요인에 대한 연구들에 대한 관심이 고조되고 있다고 볼

61) 최성재, “노인의 생활만족도 척도개발에 관한 연구”, 논총, 42집, 이화여자대학교 한국문화연구원, 1986, p.10.

62) 양광자, “노인의 신앙생활과 생활만족도의 관계”, 연세대학교 교육대학원 석사학위논문, 1990, p.10.

63) 유경·민경환, “노년기 정서경험과 적응의 특성: 정서 최적화”, 한국심리학회지, 일반 제22권2호, 2003, p.91.

수 있다.

## 2) 노년기 삶의 질 개선에 영향을 미치는 요인

노년기 삶의 질에 영향을 미치는 요인은 객관적이고 주관적인 요인이 있다. 최근의 경향에 초점을 맞춰서 삶의 질 개선과 삶의 만족을 주관적 안녕감과 심리적 요인, 그리고 노년기 정신건강에 긍정적 영향을 주는 종교의 관점에서 파악하려 한다.

### (1) 주관적 안녕감

65세 이후가 되는 노년기는 인생주기에서의 마지막 단계로 삶의 무상과 허무, 그리고 노병사의 고통을 가장 실감하는 시기이다. 노년기는 신체적, 정신적, 심리사회적 기능의 퇴화, 지나간 삶에 대한 회한, 임박한 죽음 등의 삶의 본질적인 문제와 씨름하는 시기라고 볼 수 있다.

다가오는 죽음에 대한 공포와 신체적, 정신적, 사회적 역할과 참여와 기회의 상실 등으로 나타나는 노인문제는 객관적인 문제이나 이러한 문제로 나타나는 결과는 그것을 접하는 본인의 가치관과 심리적인 상태에 따라서 수용의 태도와 영향의 강도가 달리 나타나는 것이다.<sup>64)</sup>

한 개인의 삶의 질 혹은 행복은 어떤 요인들에 의해서 결정되는지에 대해 두 가지 측면으로 보는 견해가 있다. 하나의 측면은 객관적이고 사회적인 면 즉, 성별·연령·소득·교육·보건·여가의 면에서 삶의 질을 보는 시각이다. 또 다른 주관적인 측면은 흔히 안녕감(well-being)이라 불리는 관점이다. 과거에는 학력, 직업 등 외부적으로 나타나는 요인들을 삶의 질에 영향을 미치는 주요 요인으로 보았으나, 최근에는 성격, 자아존중감, 적응 등 개인 내의 내면적인 요인들에 초점을 맞추고 있고, 나아가 이 둘 간의 관계성을 밝히는 데 관심을 보인다.

---

64) 윤세원, “불교적 세계관과 노년기”, 석림, 29집, 1995, p.145.

디너(Diener)는 행복 즉 주관적인 안녕감의 수준이 높다는 기준치를 정서적이고 인지적인 측면 모두가 포함된 주관적 판단에 초점을 두어서 파악했다. 그 연구에서 한 개인의 행복이란, 자신의 인생에 만족도가 높고 부정적인 것보다는 긍정적인 정서를 많이 경험하는 것이라고 밝혔다. 이와 같은 견해를 비판하면서 리프(Ryff)는 삶의 질을 한 개인이 사회의 구성원으로 기능을 잘하고 있는가의 정도로 파악했다.

## (2) 심리적 요인

생명연장으로 인해 노년기가 길어짐에 따라 노인의 삶의 질을 높이기 위한 주된 목적은 바로 심리적 안정감이라고 할 수 있다.

노년기는 다양한 변화를 경험하는 시기이다. 신체적인 변화, 사회적 역할의 변화와 그 변화에 대한 적응여부는 심리적인 변화에 영향을 미친다. 노인 대부분의 경우, 생리적 신체적인 기능의 퇴화와 더불어 심리적인 변화가 일어나 개인의 자기 유지기능과 사회적인 역할 기능이 약화되고 있다. 한두 가지의 역할상실은 물론 개인에게 있어서 가장 중요한 부분에 대한 상실을 경험한다. 감각적·신체적 상실, 은퇴에 따른 직업 상실, 가족이나 친구의 죽음, 가정의 상실, 개인이 가치 있고 의미 있다고 생각하는 것 등의 상실 등 그 차원이 다양하며, 사회적 역할상실은 정신적으로 지위와 권위의 약화에서 자아 기반을 잃고 사회적 일체감을 상실하게 한다는 점이다.

현대 산업사회에서 이 시기에 일어나는 변화들은 노인의 자부심을 크게 저하시키고 자신을 쓸모없고 무능한 사람으로 받아들여지게 되기 쉽다. 이러한 자아존중감의 저하는 노인의 불안과 우울 같은 문제를 야기할 수 있게 된다. 우울은 노인에게 있어서 가장 공통적인 심리적 문제로 상실을 경험하는 노인은 조절에 의한 인식이 감소되고 불안, 외로움, 절망과 자살까지도 시도하게 된다.

노인들은 우울과 불안으로 이는 갈등과 더불어 흔히 나타나는 부정적

정서상태에 놓이게 된다. 우울의 경우는 정상적인 기분변화로부터 병적인 기분상태까지의 연속선상에 있으며 근심, 침울함, 무력감, 무가치함을 나타내는 기분장애를 말한다. 특히 우울증이 심화되면 자살률이 매우 높게 나타나기도 한다.

심리적 특징으로의 우울증적 경향은 노년기 전반에 걸쳐 증가하게 된다. 신체적 질병, 배우자의 죽음, 경제능력의 약화, 사회와 가족으로부터의 소외 및 고립, 일상생활에 대한 자기통제의 불가능, 지나온 세월에 대한 회한 등이 원인이 되어 우울증이 증가하게 된다. 우울증의 가장 심각한 결과는 자살이다. 죽음은 다른 심리적 장애의 결과로는 잘 오지 않으며 우울증이 가장 많은 자살을 초래한다.

노년기 삶의 질의 주요한 영향 요인인 신체적 건강, 자존감, 사회적 지지 등은 노인의 인지기능 수준 및 우울도와 밀접한 관련이 있으며, 노인이 자각한 심리적 변화는 신체적 노화를 가속화하는 요인이 된다. 또한 노인의 신체적·정신적·사회적 건강은 서로 밀접한 관련성을 가지고 상호작용하며, 그 결과로 노인의 건강상태가 결정된다.

노년기 정신건강에 있어 가장 핵심적인 요소는 긍정적 사고방식과 행동이다.<sup>65)</sup> 노년기의 퇴화와 상실감은 노인들로 하여금 부정적이고 절망적인 생각을 갖게 한다. 긍정적인 사고와 행동은 노인에게 자신감을 갖게 하며 만족스런 노년기를 보내는 데 중요한 역할을 한다. 다른 사람들을 돕고 젊은이들에게 지혜를 전해주고, 종교를 통해 기쁨을 만끽하는 등의 적극적인 행동은 노인들의 우울감을 낮추고 자신감과 생활만족감에 긍정적인 영향을 미친다.

### (3) 종교

인간은 본질적으로 출생에서 죽음에 이르기까지 자신의 성장과정에서 일어나는 신체적 성장 및 쇠퇴와 더불어 생리적, 심리적 변화가 초래하

---

65) 이호선, 전게서, p.206.

는 정체성 위기의 상황 속에서 어떻게 일관된 자신의 정체성을 형성하는가 하는 실존적 문제를 안고 있다. 이러한 점에서 종교는 정신건강을 이루는 데 영향을 줄 수 있다.<sup>66)</sup>

노년기에 접어들면 인간은 그 어느 때보다도 종교적이 되는 경향이 있다. 그것은 인생의 의미와 실존에 대한 의문, 임박한 죽음에 대한 불안 등이 노년기에 접어든 사람들의 정신세계를 지배하기 때문일 것이다. 종교는 인간에게 심리적 위안과 안정, 우울증 감소, 세상에 대한 바른 이해 등을 제공함으로써 삶의 질에 긍정적 영향을 준다는 것과 종교적 활동을 활발하게 하고 있거나 종교에 관심이 높은 사람들이 생에 대한 만족감의 정도가 높다는 연구들이 나오고 있다.

Harris와 Cole은 고독에 대한 지원체계 종교는 심리적 안정을 도와준다는 것을 규명하였다.<sup>67)</sup> 종교는 임박한 죽음에 대해 긍정적으로 수용할 수 있도록 돕는 기능, 삶이 의미 있고 중요하다는 것을 지속적으로 느끼고 발전하도록 돕는 기능, 노년기에 피할 수 없는 각종 상실감을 자연스럽게 받아들이도록 돕는 기능, 노년기에 잠재되어 있는 가치들을 발견, 이용할 수 있도록 돕는 기능 등이 있으며, 사회적인 차원의 기능으로는 모든 연령층을 골고루 사귄 수 있도록 사람들을 연계시켜주고, 노인에게 사회적 상호작용의 기회를 제공함으로써 노인의 소외감을 감소시킨다고 하였다. 죽음에 대한 불안 정도에 대해서 이들은 매우 종교적인 사람이 죽음에 대한 불안이 가장 적고, 반면 비종교적인 사람은 중간 정도의 공포를 가지고 있으며, 중간 수준의 종교성을 갖고 있는 사람이 가장 많이 공포를 느낀다고 했다.

Ward에 의하면 죽음에 대한 수용적인 태도는 신앙심과도 깊은 관련이 있다고 밝혔는데 이는 신앙심이 깊은 사람은 죽음에 대해 낮은 정도의 불안을 표현한다고 주장했다.<sup>68)</sup>

Diener는 영적 지지를 주거나 받으면서 확고한 종교적 신념을 형성한

66) 박재연, 전제서, p.8.

67) 최신태 역, 「노년사회학」, (서울 : 경문사, 1985), p.278.

68) 서혜경, “한미노인의 죽음에 관한 연구”, 한국노년학회지, 제7권, 1988, pp.39-59.

노인들은 비교집단보다도 스스로를 훨씬 더 행복하다고 생각하는 경향이 있다는 것을 연구하여 규명했다. 이것은 노년기에는 영적 지지가 중요한 역할을 한다고 볼 수 있다. 물론 노년기에도 일반적인 정서적 지지, 사회적 지지, 경제적 지지 등이 필요하지만 그런 지지들은 노년기의 근원적인 실존적 문제를 해결해 줄 수 없기 때문에 종교활동을 통한 영적 지지가 특히 주요한 시기라고 볼 수 있다. Koenig도 종교활동을 하는 노인이 그렇지 않은 노인보다 육체적 및 정신적으로 더 건강하다는 것을 규명하였다. 종교가 이러한 역할을 하는 이유를 몇 가지로 생각해 볼 수 있다. 심리적 고립감에서 벗어나 정신적 위안을 얻을 수 있고 종교행위로부터 심신의 건강에 도움이 되는 것이다. 또한 종교를 가짐으로써 종교단체 내의 사람들과 사회적 관계를 유지시키고 종교를 가지면 비교적 건전한 생활방식을 갖게 되기 때문일 것이다.

종교는 “이상과 교훈, 우화 등을 통해 노인들에게 실존적 의미와 삶의 의미를 제공해 준다는 것과 그리고 그것이 비록 허위의식이라고 할지라도 노인들로 하여금 그들의 객관적 세계를 보다 긍정적으로 보게 하고 이를 극복하려는 의지를 심어준다는 것”<sup>69)</sup>에서 매우 중요한 의미를 지닌다고 하겠다.

외국 연구들을 검토해 볼 때 종교가 노년기에 미치는 영향은 지대하다고 할 수 있다. 국내의 연구들 중에는 아직 종교가 노년기에 미치는 영향에 대한 체계적인 연구가 미진하다.

노인들이 종교생활에서 소속감과 유대감을 통한 심리적·사회적 위안을 얻거나 또는 개인적으로 종교성에 의한 자아실현의 궁극적인 목표를 갖거나 종교는 노인들의 생활에 중요한 역할을 담당하고 있다. 특히 불교 신자들 중에 많은 비중을 차지하는 노인들에 대한 심리적·정신적 안정을 통한 삶의 질 개선에 불교계의 관심과 노력이 더 집중되어야 하고 적극적인 방안과 대책이 모색되어야 함은 당연한 일이다.

---

69) William, M. Clements, 「*Behavior, Lifestyle, Religion and Aging in a global perspective*」, (New York : Haworth Press. 1989), pp.1-11.

#### IV. 노년기의 불교적 자아정체성 확립

일반 사회복지에서는 인간의 욕망을 지속적으로 충족시키는 것을 목표로 하지만, 불교적 사상에 의한 복지개념은 내적인 심리적 갈등이나 욕망으로부터의 해탈을 목표로 한다.

불교에서는 인간은 무엇에도 구속됨이 없는 주체성을 지닌 자유의지(自由意志)의 존재이며 내적(內的)으로는 괴로움에 제약된 존재로 스스로 구원(救援)해야 할 존재로 보고 있다.<sup>70)</sup> 불교는 인간의 의지를 제약하고 있는 그 괴로움의 원인을 진리에 대한 인간자신의 무지(無智)라고 규정하는 것이다. 대개의 종교가 인간의 괴로움을 외부에서 주어진 것으로 파악하고 있으나 불교는 그 원인을 인간 스스로의 無智에서 발생한 것이라고 본다. 이런 관점에서 괴로움의 근본적인 극복 또한 인간 스스로의 노력에 의지(依支)할 수밖에 없다고 본다.

인간은 누구나 행복을 열망하고 종교나 복지의 궁극적 목표는 삶의 질 개선을 통한 행복추구이다. 서구의 복지는 다양한 욕구에 대한 정신적 물질적 충족에 중점을 두고 있으나 이는 불교의 입장과는 다르다. 불교에서 행복에 대해 행복은 외부에서 주어지는 것이 아니라 자신의 행위에 의한 것이라고 본다. 불교의 업설(業說)은 인간의 행위가 인과관계에 따라 선인은 선과를, 악인은 악과를 받으므로 행복은 타인에게 줄 수도 없고 받을 수도 없는 것으로 자신이 스스로 만드는 것임을 설하고 있다.

이처럼 불교의 복지개념은 중생의 외적인 조건을 이해하면서 내적인 심리적 갈등이나 불안으로부터의 해방에 중점을 두며 객관적인 요인보다는 주관적 요인에 의한 것을 강조하고 있다.<sup>71)</sup>

불교에서는 노인을 인간의 네 가지 고통인 생로병사(生老病死)의 한

70) 동국대학교 교양교재편찬위원회 「불교와 인간」, (동국대학교출판부, 2006), pp.16-17.

71) 김춘하, “21세기 고령화사회와 불교의 역할”, 동국대학교 사회과학대학원 석사학위논문, 2003, p.53.

과정에 있는 번뇌(煩惱) 중생(衆生)으로 간주한다. 따라서 노인문제(老人問題)에 대한 불교적(佛敎的) 인식은 인간의 궁극적인 문제인 生老病死의 문제, 즉 인간의 고(苦)를 해결하기 위한 인식에서 출발한다.

인간의 고는 존재의 궁극적인 참모습이 연기하는 것이라는 사실을 알지 못하기 때문에 일어나는 것이다. 이 세상 모든 것은 그 어느 것도 순간순간 변하지 않는 것이 없는데, 인간은 끊임없이 움직이고 변화하는 그 모든 것을 그대로 받아들이지 않고 고정되어 있는 사물, 고정되어 있는 관념으로 받아들인다. 또한 그렇게 받아들인 것이 사실이라고 집착하는 데서 고가 발생한다는 것이다. 이와 같이 불교적 가치관을 사회문제, 특히 노인문제를 해결하는 데까지 확장하는 것은 불교적 삶의 방식을 실현하는 것이 된다.

## 1. 서양적 자아정체성과 불교적 자아정체성의 비교 분석

서구의 정신과 전통 속에는 신과 인간을 분리해서 보는 이원론적 사유가 모든 존재에 대한 인식에까지 이어지며 이러한 관점에서의 인간은 다른 생명이나 자연과는 분리된 개체적 인간을 가리킨다. 인간을 감각·지각을 중심으로 하는 개아(個我)로서 파악하는 것은 인간의 본래적인 모습에 대해서는 철저히 자각하지 못하는 한계점이 있다.

붓다가 깨우친 진리는 중도의 앎과, 연기의 성찰 그리고 무아에 대한 투철한 깨달음이었다. 불교의 관점에서 본 인간은 불성(佛性)을 지닌 지고(至高)한 존재로 가장 완전하고 훌륭한 '나'인 것이고 이러한 나는 독존하는 개아(個我)가 아니다.

'나는 누구인가?' '나는 존재하는가?'에 대한 자신의 주체성에 대한 의문은 일반적으로 나와 분별되는 너를 상정하여 출발하게 된다고 볼 수 있다. 서구사상의 자아관은 개아(個我)를 강조하며 나, 너, 나의 것, 너의 것의 상대적인 이분법적 사고에 이르기 쉽다. '나답게', '나의 방식'으로의 삶은 '나'와 '너'가 분리되어 있음을 전제로 한다. 이러한 자아의

항상성(恒常性)과 독존, 불변에 대한 고정된 관념은 아집과 욕망으로 이어질 수 있으며 대립과 갈등을 야기할 수밖에 없다. 나와 타인에 대한 분별과 평가에 의한 만족스러움으로 궁극적으로 행복하다고 할 수 있을까? 나답게는… 상대적인 너를 대상으로 한 자기중심적인 자아인 개아(個我)의 강조에 치우칠 것이다.

나는 누구인가? 무엇을 나라고 할 것인가?

몸도 마음도 변화해 가는데 어느 시점의 나를 진정한 나로 말할 수 있을까?

‘나는 홍길동이다’ ‘나는 한국인이다’ ‘나는 학생이다’ ‘나는 남성이다’ 나라는 한 사람은 이렇듯 수도 없이 많은 나로 분할되어 존재하지만 그러한 것을 종합하여 주체적이며, 고유한 나라는 것을 주장한다. 나라는 사람은 …이며… 하게 살고 있고 나의 것은… 한 것이 있노라고 다른 사람에게 말한다. 나는 주위에서 부여된 역할과 가치에 맞추기 위해 조작되고 상대의 평가를 염두에 둔 ‘…로서의 나’, ‘…다운의 나’를 의식한다. 상대에게 보이기 위해 나를 통제함으로써 서로 일치되었다는, 동일하다는 안정감으로 행복할 수 있을 것인가?

스스로의 내면에서는 또 하나의 질문을 던진다. 그것이 진실한 나인가? 진정한 나의 모습은 어디에 있는가? 이미 나는 완전하게 갖추어진 나로 태어난 것인가? 아니면 살아가면서 새로운 나로 거듭 만들어지는 것인가? 나는 과거에도 있었고 현재에도 있으며 미래에도 어떠한 모습으로 있을 것이라고 추정하기도 한다.

자아정체성은 자기의 연속성, 동일성, 또는 독자성, 불변성이고 또 이와 같은 개인의 동일성에 대한 의식적 감각으로 대인관계, 역할 목표, 가치 및 이념 등에 있어서 자기가 지니는 고유성(固有性) 즉 ‘자기 다움’에 대한 자각과 이에 부합되는 자기통합성(自己統合性)과 일관성(一貫性)을 견지해 나가려는 노력이라고 할 수 있을 것이다.

자아정체성을 확립함으로써 개별성(個別性), 통합성(統合性), 지속성(持續性)을 지닌다고 하겠다. 개별성은 가치나 동기, 관심을 타인과 공

유하더라도 자신은 타인과 구별되는 독특하고 특별하다는 인식을 말하며 통합성은 자신의 욕구, 태도, 동기, 행동양식이 전체적으로 통합되어 있다는 느낌이며 지속성은 과거, 현재 그리고 미래로 시간이 경과해도 자신은 동일한 사람이라는 인식, 즉 어제의 나와 오늘의 나는 같은 사람이라는 인식이다.

그러나 붓다의 ‘나는 누구인가?’의 질문은 위의 인식과는 완전히 다른 차원의 해답으로 이끄는 나에 대한 근원적인 파악이라고 볼 수 있다.

불교의 연기적 자아는 고정된 실체로서 존재하는 나는 있을 수 없으며 나와 너를 넘어선 일체의 모든 것, 즉 제법(諸法)이 상호의존, 상호의 관계성으로 존재한다고 본다. 이러한 연기의 관점에서 너는 나의 또 다른 나이고 너의 괴로움은 곧 나로 인해 생겨난 괴로움인 것이다. 여기서 너의 괴로움은 즉 나의 문제이며, 나로부터 비롯되는 ‘나’의 문제이고 ‘나답게’ 여겨지는 것에 대한 문제이다. ‘나’는 인간이 느끼는 수많은 고통을 일으키는 욕망들의 근원이며 이 문제를 해결하여 붓다는 나라는 것은 실체가 없는, 고정된 것이 아닌, 변화하여 무상한 것들이 임시로 모여 이루어진 것임을, 그리고 집착하는 욕망임을 여실히 보았다. 그리고 붓다는 스스로 무아(無我)를 찾았고 그 어떤 종교들과도 출발점을 달리하는 것이 무아이론임을 깨닫는다.

연기적 자아, 무아는 일체가 상호 의존하여 존재하므로 일체가 하나라는 우주적 자아로의 확장으로 자타불이(自他不二) 사상으로 이어진다고 할 수 있다. 결국 이러한 자타불이 사상은 필연적으로 자비실천의 무아행(無我行)으로 이어질 수밖에 없는 것이다.

나와 남 모두 연기된 존재라서 자성이 없어 공함을 철저히 깨닫는다면 나를 위한 것이 남을 위한 것이고, 남을 위한 것이 나를 위한 것이 된다.

붓다가 강조한 것은 실존하는 존재의 윤리적·실천적 삶에 의한 무아행이다. 번뇌망상으로 인해 가려진 내 본래의 모습인 불성을 자각하고 나와 남의 구별 없이 산다는 마음과 知慧行을 드러낼 때 나와 남이 행

복한 존재가 될 것이다.

인간에게 절실한 것은 인간 그 자체에 대한 새로운 인식의 전환이다. 즉, 인간 본래의 모습에 대해서 인간은 누구나 가장 완전한 나의 존재인 붓다의 성품을 지니고 있다는 것을 자각할 필요가 있다. 붓다이면서 그것을 깨닫고 있지 못해서 번뇌로 괴로워하지만 깨닫기만 하면 붓다로 살 수가 있다고 한다. 이것은, 인간에게 놀라울 정도의 성장과 진화의 능력이 있다고 하는 것이다. 아무리 사는 보람, 자기성장, 자기실현을 말해도 여기까지 오지 않으면 궁극은 아니다. 또는 이것이야말로 본래의 건강, 건전한 인간성의 실현인 것이다.<sup>72)</sup>

## 2. 불교적 자아정체성의 확립과 삶의 질 향상

불교는 깨침을 근본으로 하고 인간의 삶을 바르게 이끄는 인간 본위의 종교이다. 또한 불교는 마음의 종교라고도 한다. 인간의 마음을 주시하며 인간의 마음으로 파고 들어가며, 인간 마음속에 새로운 인생을 탐색하며 그것을 찾아낸 것이 붓다의 가르침이었다. 그러므로 그것은 모든 사람에게 열려 있었으며 누구에게도 이해될 수 있는 것이다.

인생주기의 마지막 단계라고 할 수 있는 노년기는 인생의 무상을 강하게 느낄 뿐만 아니라 老·病·死의 고통을 가장 실감하는 시기라고 할 수 있다. 또한 노년기는 일생동안 외부로 쏟았던 에너지를 내부로 돌려 자신과 자신의 삶을 돌아보는 자아성찰의 시기이며 종교성이 두드러지는 시기이기도 하다.

일반적으로 노인들은 노화로 인한 전반적인 기능의 퇴화, 과거에 대한 회한, 임박한 죽음 등의 고통과 불안에 직면하여 심리적, 정신적으로 동요되어 부정적으로 되기 쉽다. 그것은 심리적인 우울과 자아정체성의 혼란을 야기하기 쉽다고 한다. 삶의 무상, 사후세계에 대한 두려움 등의 근원적이고 본질적인 문제에 직면하게 되는 노년기에 연기적 자아에 대

---

72) 일진 역, 「불교의 임상심리학」, (서울 : 불광출판부, 1993), p.164.

한 인식과 신앙에 의한 내세관 확립은 노인을 질적으로 변화시킬 것이다.

나, 나의 재산, 명예, 권력 …그밖에 그렇게 집착했던 나의 것들….

나의 몸, 마음, 그리고 내가 사는 세계와 우주까지도 인연생기(因緣生起)에 의하여 끊임없이 병들고 늙어가며 또 변하여 달라지다가 인연이 다하여 흩어지면 자취도 모양도 없어지는 본래 공한 것이며 실체가 없는 것이어서 현상계의 모든 것이 無我임을 자각할 때 아견과 아집, 아만에서 벗어날 수 있을 것이다.<sup>73)</sup>

대승불교에 있어서 이상적인 인간상은 최상의 깨달음을 구하며 세간과 출세간이 둘이 아닌 경지에서 나와 남의 분별을 떠나 평등한 수행을 하며 그 완성에 이르기까지 부단히 정진하면서 개인의 성불만이 아니라 공존하는 다른 중생의 성불을 아울러 도모하거나 우선시하는 이타적 자세를 지니면서 그것을 실천하는 수행자이며, 즉 6바라밀을 실천하는 사람이라고 한다.

6바라밀은 기존의 실천법에 대해 자비 실천으로 연결되는 이타적 정신을 깔고 있는 대승불교의 실천법으로 보시, 지계, 인욕, 정진, 선정, 반야이다. 보시는 물질적, 정신적으로도 남에게 베풀면서 대가를 기대하지 않고 베푸는 자체로 만족하는 것이며, 지계는 개인적 사회적 도덕과 규범을 자발적이고 능동적인 의지로 준수하고, 인욕은 육체적 정신적 고난을 감당하여 참는 것이다. 정진은 진실에 이르는 바른 방도를 끊임 없이 실천하는 것이다. 선정은 정신을 통일하여 안정하는 것이다. 즉 산란한 마음을 가라앉히고 마음속에 깃들여 있는 번뇌들인 무명을 제거하여 지혜가 드러나게 하는 것이다. 반야바라밀은 지혜의 완성이므로 모든 것이 연기의 이치라는 것, 고(苦)라는 것을 자각하여 무분별과 무집착을 의미한다. 반야에 의해 진여에 도달하여 있는 그대로의 실상을 보게 된다.

여기에 의지하여 마음의 번뇌를 닦는 수행의 실천이 진정한 지혜행

---

73) 동국대학교 교양교재편찬위원회 「선과 자아」 동국대학교출판부, 2005, p.39.

(知慧行)이라고 할 수 있다.

본래의 청정한 불성을 지닌 연기적 자아를 깨달을 때, 자신의 외적 욕구충족만을 통한 삶의 질 개선이 아니라 욕망과 아집을 내려놓고 불이(不二) 사상을 체득함으로써 자비심으로 타인의 즐거움을 곧 나의 즐거움으로 받아들일 수 있는 마음이 우러나와 갈등과 대립에서 벗어날 수 있을 것이다.

붓다가 최후의 가르침에서 모든 존재는 다 무상하지 않은 것이 없어서 부지런히 정진하여 생사에서 벗어날 것을 실시했듯이 노년기의 철저한 자기반성과 자기관찰을 통한 수행정진은 현실의 고통으로부터 해방되는 수단이 될 수 있을 것이다.

### 3. 불교적 자아정체성 확립 방안

소위 정신적(精神的)인 복지(福祉)는 종교만이 할 수 있는 영역이며 그것은 종교가 인간의 문제를 근원적으로 바라보기 때문이라 할 수 있다. 부처님은 일찍이 존재에 대한 이해와 사유 그리고 깨달음을 통해 인간에게 고통에서 자유로워지는 法을 가르치셨다. 이른바 불교의 정신복지사상은 인간을 질적으로 전환시키며 고통과 갈등, 내면의 문제해결을 통해 사람들의 삶의 질을 개선하고 행복에 이르게 하는 것을 지향한다.

불교사회복지의 정체성을 공고히 하게 위해서는 자아정체성을 통한 불교적 정신복지를 계발해야 한다.<sup>74)</sup> 노인문제에 대한 사회적 부담과 막대한 사회적 비용이 지출된다 해도 가장 근본적인 측면에서 해야 될 불교의 역할은 심적(心的) 고통(苦)의 해결로 정신복지의 구축이라고 할 수 있다.

불교사회복지(佛敎社會福祉)의 가장 중요한 특질 중의 하나는 “불교적(佛敎的) 인간관계(人間關係)의 상호성(相互性)을 바르게 인식하는 것

---

74) 서병진, “아쇼카왕의 복지사상연구”, 동국대학교 대학원 인도철학과 박사학위 논문, 2005, p.145.

으로 무상관(無常觀)과 무아관(無我觀)을 바로 인식하는 것”<sup>75)</sup>이라고 본다. 즉 인간이 무상하고 상호의존적인 존재임을 자각하여 모든 불안과 곤란이 일어나는 원인은 인간존재(人間存在)에 대한 올바른 인식의 결여로 인한 것임을 성찰하는 것이다.

노년기야말로 인생의 어느 시기보다도 삶이 무상하다는 것을 몸소 느끼는 때이므로 무상의 세계관은 노인들이 이해하고 수용하기에 용이할 것이라고 생각된다. 따라서 “무상의 세계관을 체내화시켜 줄 수 있는 광범위한 제도적 장치와 기회의 창출이 대단히 중요한 일”<sup>76)</sup>이라고 볼 수 있다.

노인은 우리 모두의 자화상이기 때문에 이러한 노년기에 대한 철저한 인식과 대비가 필요하다. 노년기의 긍정적 자아정체성의 형성은 노년기의 근원적인 삶의 질 향상에 중요한 역할을 한다는 데 초점을 두고 노년기 불교적 자아정체성의 확립방안을 제시해 보고자 한다.

첫 번째, 각급 불교 교육기관에 종사하는 종교지도자 및 호스피스를 대상으로 이론 교육을 강화시켜야 할 것이다. 평생교육이 일반화되고 있는 여건에서 이들을 통한 불교교리와 함께 자아정체성 확립에 관한 노인교육의 프로그램 개발은 효과적일 것이다.

교육은 인간의 삶의 태도와 가치관에 영향을 주는 불교적 인격교육으로 이어져야 한다. 그것은 자아와 세계에 대한 올바른 인식과 이해를 갖는 깨달음의 교육, 인간을 본래의 불성적 존재, 즉 완전한 존재로 파악하는 인격완성의 교육, 그리고 자기 스스로를 궁극적 구원자로 자각하는 이성적 주체정신의 계발을 강조하는 교육이 되어야 할 것이다.<sup>77)</sup>

두 번째, 사찰의 불교교양대학 내지 노인대학 등에서 불자 및 일반노인들을 대상으로 수준별로 윤회설과 무아설 등을 교양교육 프로그램에 포함시켜 진행할 수도 있을 것이다. 그럼으로써 인생의 근본고(根本苦)를 실감하는 노년기에 무상과 무아에 대한 올바른 인식을 갖게 하고

---

75) 임송산, 「불교복지」, (서울 : 범수출판사, 1983), pp.139-140.

76) 윤세원, 전제서, p.145.

77) 김용표, “불교적 인격교육의 이념과 방법”, 종교교육학연구, 제2권, 1996, pp.50-51.

정진 노력하는 신앙심을 갖게 한다. 또한 노인들만의 수행공간을 마련하여 절, 염불, 독경, 참선 등 건강상태와 근기에 맞는 마음수행을 실시하며 노인만을 위한 출가체험학교 프로그램 등을 마련할 수도 있을 것이다.

세 번째, 불교계에서 운영하는 각종 복지시설이나 노인병원 등에서 염불원이나 정토원을 마련하여 노인으로 하여금 불교적 자아정체성과 내세관을 확립, 죽음에 대한 불안과 공포를 해소하고 오히려 왕생정도를 할 수 있다는 믿음과 신앙심으로 대비할 수 있게 하고, 임종에 대한 케어로 삶의 마지막 단계에서 임종 노인에게 인간의 실존성에 관한 이해를 회복시켜 줌으로써 삶의 질을 향상시킬 수 있을 것이다.

특히 불교의 간병관은 근원적인 고통인 생로병사의 문제를 해결하고자 하는 것에서 출발하고, 이것은 인간의 실존성을 회복하고자 하는 데 목적이 있다. 불교의 간병은 불교적 윤리와 가르침을 토대로 고통 받는 중생을 적극적 자비로 구제한다는 종교적 실천이 전제되어 있고, 임종 노인에게는 인간의 실존성을 회복하는 마지막 삶의 질 향상을 의미한다고 할 수 있다.

## V. 결 어

고령화사회에 진입한 우리나라도 노인들의 복지 향상에 대한 관심이 고조되고 있다. 노인복지 분야에서는 성공적인 노화와 얼마나 행복하고 인간답게 살 것인가에 대한 ‘삶의 질’의 문제가 부각되고 있다. 현대 과학의 발전과 자본주의 발달로 인한 경제성장의 결과로 물질적 풍요와 함께 사회보장 및 사회복지도 현격한 발전을 가져왔다. 그러나 인간은 누구나 행복을 추구하는 존재이지만, 다양한 욕구충족에 대한 물질적 서비스와 惠澤에 중점을 두는 물질적 복지는 한계를 갖고 있다.

노년기는 노인 개인으로 볼 때 노화로 인한 전반적 기능의 퇴화와 과거에 대한 회한, 임박한 죽음 등의 고통과 불안에 직면하는 시기이고 사회적으로는 현대 산업사회의 급격한 사회변동 속에서 현실적으로 부적응과 고립 상태에 놓여 심리적, 정신적으로 동요되어 자아의 기반을 잃기 쉬운 때라고 할 수 있다. 노인의 문제는 심리적인 우울과 자아존중감의 저하로 심한 경우에 자살로 이어지기 쉽다고 한다. 따라서 노인 복지 분야에서 노년기의 긍정적인 자아정체성의 확립이 중요하게 요청되고 있다는 것이다.

노년기는 인생의 주기에서 마지막 단계로 삶의 무상과 허무, 老·病·死의 고통을 가장 실감하는 시기로 과거의 삶을 돌아보며 죽음에 대한 불안으로 부정적 자아관을 갖기 쉽다. 일반적으로 서구사상의 자아 개념은 나, 너의 主客의 분리로 個我를 강조하나 불교에서는 연기론에 입각한 중도사상으로 양 대립을 떠난 相互依存과 공존의 연기적 자아(無我)를 강조하고 있다. 붓다는 인간을 고통에서 해방시키기 위해서 일체의 존재에 대한 실상의 설명과 아집, 탐욕에서 벗어나는 法을 설하셨고 모든 고통의 원인을 나, 나의 것에 대한 집착과 욕망으로 파악했다. 불교의 연기적 자아관은 고정된 실체로서 존재하는 나는 있을 수 없으며 나와 너를 넘어선 일체의 모든 것, 즉 제법이 상호의존, 상호의 관계성으로 존재한다고 본다. 이러한 연기의 관점에서 주객의 대립과

갈등은 사라지게 된다. 연기적 자아를 깨달을 때 일체의 다른 개체와 평등하게 하나가 되어 있으며, 동시에 서로 의존하는 관계에 있는 하나의 개체로서의 자기가 명확하게 보이고 연기적 자아(無我)에 대한 자각은 우주적 자아에까지 확장되며 나, 너의 구별을 떠난 자타불이의 자비 실천 행으로 이어질 수 있다고 본다. 특히 노년기에는 사후세계에 대한 불안에서 벗어나기 어려우므로 사후세계에 대한 내세관 정립과 믿음을 기반으로 하는 신앙적 자아관의 확립이 필요하다.

불교적 관점에서의 복지개념은 인간욕망의 외적인 충족만이 아니라 내적인 심리적 갈등이나 욕망으로부터의 해탈을 목표로 한다. 이러한 점은 일반 사회복지에서는 인간의 욕망을 지속적으로 충족시키는 것을 목표로 하는 것과는 구별된다. 복지와 사회보장이 잘된 선진국에서도 노인의 우울증과 자살이 늘어나고 있는 것은 노인문제에 대한 정신복지의 필요성을 잘 말해준다고 본다. 삶의 마지막 시기라고 하는 노년기의 삶의 질 개선에 종교는 노인에게 심리적 위안과 안정, 우울증 감소, 세상에 대한 바른 이해 등을 제공함으로써 삶의 질에 긍정적 영향을 준다는 선행 연구들의 결과로 볼 때 불교의 노인복지에 대한 근본적인 측면에서의 접근이 필요하다. 불교사회복지의 실천은 고령화사회의 노인복지에 대한 관심이 더욱 고조되고 있는 현실에서 물질적 복지 이상으로 정신복지에 관심을 기울여야 할 것이다. 그럼으로써 노년기의 궁극적인 삶의 질 개선에 기여하리라 본다.

따라서 본 연구는 불교의 정신적 복지의 구축이라는 측면에서의 문제제기와 분석을 시도하게 되었으며 불교의 보편적 사상으로 노년기의 근원적 삶의 질 개선에 접근해보려고 했다. 행복의 관점은 사람마다 각자의 지식수준이나 생활문화습관, 성향에 따라 다르지만 물질복지의 한계는 정신복지의 구축을 통해서 해결될 것이라고 본다. 그러므로 본 연구는 현장에서의 실천방법보다는 불교적 세계관을 통한 자아정체성 확립의 응용이론에 초점을 두고 있음을 밝힌다.

결론적으로 세계 종교의 하나인 불교사상에서 보이는 인간의 정신적

해탈을 통한 복지개념 내지는 삶의 질을 향상시킬 수 있는 보편적 이론을 고찰하여 분석연구를 통한 실천적 사상을 확립할 필요가 있다는 것을 재삼 확인하였지만, 본 연구자의 미흡한 불교학이론과 사회학이론의 한계를 느끼며 향후 응용불교학 측면에서 지속적인 분석과 연구과제로 삼겠다.

## 참 고 문 헌

### I. 原典類

- 「大般涅槃經」 (大正藏 1)  
「瑜伽師地論」 第61卷 (大正藏 30)  
「圓覺經」 (大正藏 42)  
『雜阿含經』 第1卷 (大正藏 2)  
『雜阿含經』 第1卷 (大正藏 2)  
『雜阿含經』 第2卷 (大正藏 2)  
『雜阿含經』 第5卷 (大正藏 2)  
『雜阿含經』 第12卷 (大正藏 2)  
『雜阿含經』 第15卷 (大正藏 2)  
『雜阿含經』 第45卷 (大正藏 2)  
『中阿含經』 第7卷 (大正藏 1)  
『中阿含經』 第33卷 (大正藏 1)  
『增壹阿含經』 第27卷 (大正藏 2)

### II. 國內文獻

#### 1. 단행본

- 고익진, 「현대 한국불교의 방향」, 서울 : 운주출판사, 1990.  
교양교재편찬위원회 「불교와 인간」, 동국대학교출판부, 2006.  
\_\_\_\_\_ 「선과 자아」, 동국대학교출판부, 2005.  
김상균 외 공저, 「사회복지개론」, 경기 : 나남출판, 2006.  
김순임 외 공저, 「한국윤리사상」, 서울 : 박영사, 1990.

- 김애순, 「성인발달과 생애설계」, 서울 : 시그마프레스, 2004.
- 김용표, 「불교와 종교철학」, 서울 : 동국대학교출판부, 2002.
- 김유숙 외 공저, 「자기실현과 정신건강」, 서울 : 학지사, 2007.
- 박경준 · 이영근 역, 「불교사회경제학」, 서울 : 불교시대사, 1992.
- 박아청, 「성격발달의 이해」, 서울 : 교육과학사, 2006.
- \_\_\_\_\_, 「아이덴티티론」, 서울 : 교육과학사, 1994.
- 서병숙, 「노인연구」, 서울 : 교문사, 1996.
- 서병진, 「노인복지론」, 서울 : 도서출판 솔바람, 2007.
- 오강남, 「불교, 이웃종교로 읽다」, 서울 : 현암사, 2007.
- 윤진, 「성인노인심리학」, 서울 : 중앙적성출판사, 1991.
- 윤호진, 「무아·윤회문제의 연구」, 서울 : 민족사, 1996.
- 이만갑, 「자기와 자기의식」, 서울 : 도서출판 소화, 2002.
- 이부영, 「분석심리학」, 서울 : 일조각, 1995.
- \_\_\_\_\_, 「자기와 자기실현」, 경기 : 도서출판 한길사, 2003.
- 이인정 · 최해경, 「인간행동과 사회환경」, 경기 : 나남출판, 2006.
- 이재창, 「현대사회와 불교」, 서울 : 한길사, 1991.
- 이호선, 「노인상담」, 서울 : 학지사, 2006.
- 일진 역, 「불교의 임상심리학」, 서울 : 불광출판부, 1993.
- 임송산, 「불교복지」, 서울 : 법수출판사, 1983.
- 장인협 · 최성재, 「노인복지학」, 서울 : 서울대학교출판부, 1994.
- \_\_\_\_\_, 「노인복지론」, 서울 : 양서원, 2002.
- 정승석, 「죽음이란 무엇인가」, 서울 : 도서출판 창, 1990.
- 정승석 역, 「유식의 구조」, 서울 : 민족사, 1995.
- 최신태 역, 「노년사회학」, 서울 : 경문사, 1985.
- 홍대식 역, 「심리학개론」, 서울 : 청암미디어, 1990.

## 2. 논문

- 김수문, “불교의 자아관 연구”,  
강릉대학교 교육대학원 석사학위논문, 2002.
- 김영태, “삼국시대 미타신앙의 수용과 그 전개”,  
『한국정토사상연구』, 동국대학교출판부, 1985.
- 김용택, “불교에서 본 한국 노인의 복지문제”,  
연꽃마을기념세미나, 1993.
- \_\_\_\_\_, “불교의 노인문제에 대한 인식과 그 대책에 관한 연구”,  
동국논집, 제14집, 동국대학교 출판부, 1995.
- 김용표, “불교적 인격교육의 이념과 방법”,  
종교교육학연구, 제2권, 1996.
- 김춘하, “21세기 고령화사회와 불교의 역할”,  
동국대학교 사회과학대학원 석사학위논문, 2003.
- 박경준, “원시불교의 사회·경제사상”,  
동국대학교 불교학과 박사학위논문, 1993.
- 모선희, “종교와 노년 또는 노인에 대한 논평”,  
종교연구, 제24권, 2001.
- 박재연, “종교성향과 정신건강과의 관계”,  
고려대학교 대학원 석사학위논문, 1993.
- 배제현, “자아-아이덴티티와 자존감과의 관계”,  
계명대학교 대학원 석사학위논문, 1984.
- 백옥수, “무아의 연구”, 동국대학교 불교학과 석사학위논문, 1998.
- 서병진, “아쇼카왕의 복지사상연구”,  
동국대학교 대학원 인도철학과 박사학위 논문, 2005.
- 서혜경, “한미노인의 죽음에 대한 태도 연구”,  
한국노년학회지, 제7권, 1988.
- 안옥선, “초기불교에서 본 무아의 윤회”,

- 불교평론, 제6집, 2004.
- 양광자, “노인의 신앙생활과 생활만족도의 관계”,  
연세대학교 교육대학원 석사학위논문, 1990.
- 유 경 · 민경환, “노년기 정서경험과 적응의 특성: 정서 최적화”,  
한국심리학회지, 일반 제22권2호, 2003.
- 유미정, “불교사상과 분석심리학의 비교연구”,  
울산대학교 교육대학원 석사학위논문, 1996.
- 윤세원, “불교적 세계관과 노년기”, 석림, 제29집, 1995.
- 정태혁, “불교에서의 생사관과 죽음의 극복”,  
용인양로원준공, 학술세미나, 1993.
- 최성재, “노인의 생활만족도 척도개발에 관한 연구”,  
논총, 제42집, 이화여자대학교 한국문화연구원, 1986.

### Ⅲ. 外國文獻

- Diener, E. *Emotion-focused approaches and subjective well-being*, New York : Oxford University Press, 2002.
- Koenig, H. G. *Aging and God*, New York:  
Haworth Pastoral Press, 1994.
- Neugarten, B. L. *Personality in middle and late life*,  
New York : Atherton Press, 1994.
- William, M. Clements *Behavior, Lifestyle, Religion and Aging in a global perspective*,  
New York : Haworth Press, 1989.

## *Abstract*

### *A Study on the Improvement of Quality of Life at Senescence through the Establishment of Self-identity in Buddhism*

Lee, kyoung-hee  
Major in Social Welfare  
The Graduate School of Buddhism  
Dongguk University

Everybody is in the pursuit of happiness, but nobody can be free from the life cycle of birth, aging, illness and death. Buddhism views this cycle as the fundamental human agony. Individuals keenly feel the emptiness of life and the suffering of aging, illness and death in the final stage of the life cycle called senescence.

That period is characterized by the degeneration of physical, mental and psychological functions, and people are confronted with the fundamental and substantial matters of life such as death in that period. Accordingly, establishing a positive "Self identity" free from attachment is essential in that period of time.

Religion can play a large role in people's mental welfare, as religion stimulates individuals to look at the root of human matters. Buddha's teaching has taught us how to emancipate ourselves from the suffering of life through the understanding of being, meditation and enlightenment. Mental welfare in buddhism seeks to improve human qualities, which would contribute to eliminating suffering and conflicts,

solving inner problems, boosting the quality of life and leading towards enlightenment.

Buddhist social welfare has made a splendid growth in terms of practice since the 1990s, but there is still an appeal for an improvement to elderly welfare in today's aging society. whilst we have done well in terms of material welfare, we should place more emphasis on the side of mental welfare.

My thesis reviews literature including Buddhist Sutta, domestic and international literature and other analytical papers to explore how to help elderly people build Buddhist Self-identity to bolster their quality of life. Buddha's dharma will be the best method of improving the elderly's qualities of life through the understanding of interdependence and no-self.