분노로부터 마음의 평정*

- 분노의 동역학을 중심으로 -

김 경 호**

주제분류 한국철학, 동양철학, 감성학

주 요 어 분노, 평정심, 동역학, 신체화된 감정, 그릇 은유, 서사

요 약 문

이 글은 '신체화된 마음(감정)'의 관점을 토대로 분노로부터 '평정심'에 이르는 감정의 동력학을 다룬다. 분노는 '감정의 격발'이나 '펄펄 끓는 그릇 속의 액체나 가스'로 은유된다. 분노가 갖는 동력은 역설적이다. 그것은 개인과 사회를 변혁하는 역량이면서 동시에 통제 불가능한 파국의 에너지로 작동하기 때문이다. 이 글에서 필자는 분노를 평정심과 연결하여 관계적으로 사유할 것을 제안한다. 분노에 대한 사유는 분노 감정 발생의 원인에서부터 분노의 존재가 창조적 에너지로 전환되는 전 과정에 대한 성찰을 포함한다.

필자는 분노를 '이성'에 의해 통제해야 한다거나, 부정적인 소멸의 대상으로 보는 관점에 반대한다. 분노 감정이 비록 잠재적인 위험성을 담고 있다고는 하지만 존재의 항상성을 찾아가는 역량으로 기능할 수 있다고 보는 것이다.

이 글은 다음의 두 가지를 주장한다. 첫째, 분노는 '신체화된 감정(embodied emotion)'이며 둘째, 평정심은 결과로써 주어지는 안정된 감정의 최종적 단계를 의미하는 것은 아니라 마음의 연속적인 과정에서 발견되는 상태적 국면이라는 점이다. 이 두 주장은 분노가 '신체화된 감정'의 층위에서 정서적이고 인지적 과정을 통해 변형될 수 있고, 그러한 변형의 활성화 상태인 '평정심'의 단계는 삶의 새로운 서사화 과정이자 의미화 과정이라고 보는 것이다.

* 이 논문은 2013년 원광대학교 마음인문학국제학술대회에서 발표된 것으로, 2008년 정부(교육과학기술부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-2008-361-A00006).

** 전남대학교 호남학연구원 인문한국교수

1. 들어가며: 분노하라?

현대 사회에서 분노는 더 이상 억압의 대상으로 분류되지 않는다. 자신의 생존과 권리를 위해서, 혹은 사회적 정의를 실현하기 위해서 분노는 표출된다.[1] 경우에 따라서 분노는 적극적인 저항의 지표가 될 수 있다.[2] 문제는 분노가 어떻게 적실하게 표출될 수 있으며, 그러한 분노가 왜곡되지 않기 위해서는 어떠한 조정의 과정이 필요한가에 달려 있다.

필자는 이 글에서 파괴적 힘(에너지)을 갖고 있는 분노를 어떻게 긍정적이고 창조적인 에너지로 유도할 것인가를 문제 삼는다. 스피노자의 관점에서 본다면, 수동적인 분노의 감정을 어떻게 능동적인 기쁨의 상태로 전환시킬 수 있는가의 여부이다. 이러한 관점은 분노가 기쁨이나 사랑, 혹은 슬픔이나 두려움과 같은 감정들처럼 인간의 신체성에 기반한다는 점을 전제로 한다.

분노의 감정은 단지 한순간에 '격발'하여 폭발하는 감정처럼 보이지만 기쁨이나 슬픔, 사랑 등의 감정들처럼 '감정적 에피소드'를 겪는다. 분노 감정도 여타의 감정들처럼 누적된 반성의 인지적 과정을 거치면서 서사적으로 재구성되는 감정의 흐름이다. 필자는 분노 감정이 발생하는 것도, 그러한 연속적인 겪음의 과정도 '생명의 지속과 안녕을 위한 활동'의 일환으로 파악한다. 분노 감정은 존재의 항상성을 위한 '운동'이라고 보는 것이다. 이러한 관점은 분노를 생명체의 '파괴 운동'으로 보는 것이 아니라 '자기 보존의 운동', 곧 코나투스(conatus)와 같은 역량으로 파악한다. 따라서 필자는 분노를 '이성'에 의한 통제나 부정적인 소멸의 대상으로

1) 분노의 폭력성과 야만성은 경계의 대상이었지만 아리스토텔레스의 경우는 예외적이다. 그는 분노해야할 때 분노하지 않는 것을 오히려 문제 삼고 있는데, 이와 관련해서는 다음을 참조하라. 손병석, 「분노는 정당화될 수 있는가?: 아리스토텔레스의 분노론을 중심으로」, 『철학연구』 93, 철학연구회, 2011.

2) 스테판 에셀은 인간다운 삶을 쟁취하기 위해 저항하고 '분노하라(Indignez-vous!)'고 강력하게 주문한다. 스테판 에셀, 임희근 역, 『분노하라』, 돌베개, 2011.

www.kci.go.kr

보는 시각에 반대한다.

분노 감정과 분노로 촉발된 행위가 초래할 미래적 위험성에 대해서는 항상 경계해야 하는 것이 마땅하다. 그러나 필자는 이 글에서 개인과 사회변혁을 추동하는 동역으로서 분노 감정[3]의 긍정적인 층위에 주목한다. 분노는 어떻게 구조화되어 우리의 '몸-마음'에 거주하게 되는가? 분노는 어떻게 사유의 대상이 되어 의미화 되는가?

필자는 분노에 대해 사유할 것을 제안한다. 이것은 분노를 마음의 평정과 연결하여 사유할 것을 제안하는 것이기도 하다. 분노에 대한 사유는 분노 감정의 발생 원인에서부터 분노가 긍정적 에너지로 전환되어 '평정'과 같은 새로운 단계로 전이되는 전 과정에 대한 성찰을 포함한다.

분노로부터 마음의 평정에 이르는 과정은 인지생물학적 층위에서 정서 조절 장치가 얼마나 원활하게 작동하는가의 여부로 설명된다. 격발된 분노가 '신체화된 감정(embodied emotion)'의 층위에서 정서적이고 인지적 과정을 통해 새롭게 변형되어 나타나는 단계를 필자는 '평정' 혹은 '평정심의 상태'로 파악한다. 평정(심)은 분노 조절 장치의 오작동과 관련한 것들이 수정되어 최적의 상태를 회복하는 단계와 다르지 않다.

그렇지만 분노에 대한 사유는 분노를 야기한 고통스러움의 근원에 대한 탐구를 요청한다. 분노에 대한 성찰적 사유로부터 평정심으로 전환하는 과정은 그래서 온전히 새로운 삶의 국면을 구축해가는 수행적 시간이다. 그러한 확인을 통해 자신과 타인에 대한 관계를 다시 설정할 수 있게 된다. 분노로부터 고통과 증오로 치닫던 감정을 자비와 사랑의 방향으로 변형시킬 수 있는 것은 그 과정이 형이상학적인 관념이 아닌 몸을 바탕으로 한 신체화된 감정이기 때문에 가능하다. 따라서 필자는 분노에서 평정심에 이르는 감정의 동역학은 타자의 생명성에 다가서는 힘으로 작동하게 된다고 주장한다.

기존의 분노에 대한 연구는 주로 심리학 분야에서 중심 주제로 탐구되

3) 필자는 분노의 동력학을 '同樂과 蜂起'라는 관점에서 고찰한 바 있다. 김경호, 「봉기의 동력에 대한 철학적 성찰」, 『감성연구』 7, 전남대학교 호남학연구원, 2013.

어 왔다. 심리학에서는 국면으로서의 '분노 현상'에 주목하여 분노 감정이 발생하는 메커니즘이나 분노 행위의 양상, 그리고 분노 조절의 문제를 다루고 있다.[4] 최근에는 철학의 영역에서도 '감성의 인간학적 층위'에서 분노에 대한 연구를 시도하고 있다.[5] 하지만 아직은 구체적인 방법론이 정립되어 있지 못하고, 주제 면에서도 제한적이다. 분노와 관련한 주목할 만한 연구는 인지언어학과 인지과학, 인지생물학을 근간으로 하는 영미의 체험주의(experientialism)에서 주도하고 있다.

분노에 대한 필자의 논거는 인지생물학과 체험주의에서 제안하는 '신체화된 마음 이론(embodied mind theory)'에 근거한다. 필자는 분노 감정을 '그 자체'로 생명을 구성하는 여러 조건 가운데 하나이며, 그것을 '신체화된 감정(embodied emotion)'으로 이해한다.[6] 분노는 나의 신체성을 뿌리로 하여 경험적으로 구성되고 재귀적으로 작동하는 인간 감정의 하나이다.[7] 고정된 실체가 있는 것이 아니라 사건의 구조를 통해 분산적으로 나타났다 사라지는 유동적인 흐름이다.[8] 분노 감정은 물리적인 신체 현상으로 나타나고, 느낌이라는 마음현상과 중첩되며, 뇌에 흔적을 남긴 뒤에 사라진다. 우리가 분노를 감정으로 다루면서도 마음의 한 측면으로 보는 것은 감정과 심적 현상인 느낌이 혼재되어 구분하기 어렵기 때문이

4) 심리학에서 분노를 파악하는 관점에 대해서는 다음을 참고하라. J. W. Kalat, 민경환 외 옮김, 『정서심리학』, 시그마프레스, 2007. 『정서심리학』, 시그마프레스, 2007. 159-190쪽.

5) 『인간연구』 제19호, 가톨릭대학교 인간학연구소, 2012/가을 참조. 『인간연구』 제19호에서는 '감성의 인간학1-분노'라는 특집을 다루었다.

6) 필자는 '슬픔'을 다루었던 선행 연구에서 '신체화된 마음 이론(embodied mind theory)'에 근거하여 '신체화된 감정(embodied emotion)'이라는 새로운 개념을 제안한 바 있다. 분노 감정에 대한 기본적 관점은 선행연구로 발표했던 '슬픔'의 연장선에 있음을 밝혀둔다. 김경호, 「슬픔은 어디에서 오는가? - 신체화된 마음을 중심으로」, 『철학탐구』 31, 중앙철학연구소, 2012.

7) 다마지오는 "정서는 뇌와 마음이 생명체 내부와 외부의 환경을 평가하고 그에 따라 반응하고 적응해 나갈 수 있는 자연적 도구를 제공한다."고 주장한다. 분노의 감정도 '자연적 도구'인 셈이다. 안토니오 다마지오, 임지원 역, 『스피노자의 뇌』, 사이언스북스, 2007. 69쪽.

8) 김경호, 「봉기의 동력에 대한 철학적 성찰」, 44쪽.

www.kci.go.kr

다. 그래서 필자는 분노를 국면으로 분절하여 '부분'으로 파악하기 보다는 지속성을 갖고 흐르는 '전체'로 접근해야 한다고 주장한다.

2. 분노의 메커니즘: 화가 난다?

공중파 TV 프로그램에서 한 개그맨은 새로 분장하여 등장한다. 그 캐릭터의 이름은 '앵그리버드(angry birds)'이다. 플래시 게임(flash game)의 캐릭터로 분장한 개그맨은 짜증스럽고 화가 난 표정으로 "화가 난다. 화가 난다."고 소리친다. 그는 어째서 화를 내는가? 그의 분노는 어떻게 구조화 되었을까?

동아시아의 전통사회에서 분노 감정은 매우 제한적으로 다루어진다. 제한적이라 함은 '공적인 분노'일 경우에는 용인되지만, '사적 분노'에 대해서는 엄격히 제한하였기 때문이다. 공적 분노는 '의리'와 '정의' 관념이 포함되었기에 누구나 공감하고 동의할 수 있는 것이었고, 그러한 분노에 의한 행위는 엄혹한 '징벌'과 '응징'의 양상으로 나타난다. 사적 분노는 사회의 규범과 가치질서를 파괴하는 행위와 직결되기 때문에 '관계성'을 중시하는 한국과 동아시아의 일상에서는 제한되었다. 그만큼 '분노'의 위험성에 대해서 심각하게 받아들였기 때문에 논의 자체를 제한한다.

그러나 분노가 사사로운 개인의 이익을 취하기 위한 것이 아니고, 특히 '가족'과 관련된 경우에는 예외적으로 용인되었다. '개인의 사적 복수'를 엄격하게 제한하였지만, 부모형제를 해친 자에 대한 복수는 법적인 처벌을 받더라도 '사정'이 고려된다.

분노의 발생원인은 인간관계의 영역에서 다양한 요소로 발견된다. 대표적으로 인정(人情)과 의리(義理)의 정당함에 위배될 때, 그리고 무시와 모욕으로부터 발생한다. 이러한 점은 서구사회라고 해서 크게 다르지 않다. 그러한 정당함의 기준을 동아시아적 전통에서는 광의의 '예의'로 명문화하여 정서적 태도와 행위를 규제한다.

분노를 지시하는 한자어는 분(憤)과 노(怒)라는 낱글자가 결합된 말이

다.[9] 분(憤)은 화를 내는 것에 한정하지 않고, 그러한 상황에 대한 정서적 상태까지 포함한다. 분해서 흥분하고 괴로워하며 감정이 북받친 상태를 말한다. 노(怒)는 마땅하지 않은 처우에 대해 반응하는 태도로 에(恚)와 통한다. 분과 노에는 모두 '마음'을 의미하는 부수(忄, 心)가 결합되어 있다는 것이 주목된다. 이 분노의 감정은 『예기』 이후로 인간의 기본적 감정을 대표하는 칠정(七情)의 하나인 '노(怒)'로 등록된다.

분노에 대한 서양의 논의는 서양학술사의 한 획을 그을 정도로 풍성하다. 플라톤으로부터 프로이트에 이르기까지 분노는 욕망과 관련된 것으로 이성에 의하여 억제되어야 할 감정으로 간주된다. 다만 스피노자는 예외적으로, 분노를 자기 항상성을 유지하기 위한 감정으로 용인한다.

서양에서 분노 감정은 주로 무시나 경멸에 대한 반응이나 부당함과 연결된다. 아리스토텔레스는 분노를 '부당한 무시에 대한 복수에의 의지'로 본다. 즉 타인에게 무시나 경멸을 받았을 때, 자기 존엄(dignity)의 손상에 대한 반응이 분노이다. 토마스 아퀴나스는 분노를 '격분'(fel), '원한'(maniam), '앙심'(furia)으로 나누고, 불의한 상대에 대한 응징으로서의 복수로 말한다. 그에게 분노를 촉발하는 유일한 단초는 경시(parvipensionum)로 언급된다.[10]

동양과 서양에서 논의되었던 분노는 이처럼 다양하게 해석되는데, 그렇다면 분노는 어떻게 구조화될까? 분노의 원형성은 어디에서 찾을 수 있을까? 체험주의에서 제안하는 개념적 은유는 분노에 대한 경험적 이해의 지평을 제공한다.[11] 레이코프와 존슨과 같은 연구자들은 인간의 감정

9) 임지룡은 화와 관련된 어휘들을 분석하여 한국어에서 화의 개념과 개념화 양상에 대해 연구하고 있다. 다음을 참조하라. 임지룡, 「화의 개념화 양상」, 『언어』25권 4호, 한국언어학회, 2000. 694-696쪽.

10) 토마스 아퀴나스의 분노 개념에 대해서는 다음을 참조하라. 서병창, 「토마스 아퀴나스의 분노 개념」, 『인간연구』 제19호, 가톨릭대학교 인간학연구소, 2010/가을. 57-61쪽.

11) 레이코프와 존슨은 분노를 '그릇 속의 액체'라는 개념적 은유를 통해 해석할 것을 제안한다. 레이코프와 공동 연구를 수행하기도 하였던 졸탄 쾨벡세스는 인지언어학 분야에서 개념적 은유를 적용하여 분노에 대해서 체계적인 분석을 시도

www.kci.go.kr

이 인지적이면서 동시에 정서적이라는 점에 주목하고, '개념적 은유 이론(conceptual metaphor theory)'의 방법론을 제안한다.[12] 이들은 분노를 포함한 추상적 감정은 다양한 은유에 의해 개념화된다고 주장한다. 우리가 직접적으로 감정을 표현하더라도 그것은 우리의 '몸'을 기반으로 '뇌-마음'이 연동하여 표출되는 것이며, 그 과정은 은유적이고 무의식적이다.

개념적 은유 이론에서는 분노를 '펄펄 끓는 그릇 속의 액체나 가스' 혹은 '마음속의 타오르는 불(꽃)'으로 은유한다.[13] 인간의 몸은 '그릇'이고 분노 감정은 몸이라는 그릇에 담겨져 있는 '뜨거운 열'이나 '끓는 액체(가스)'이다. 그릇에 열이 가해지면 용기 안에는 압력이 증가할 것이고, 그러한 압력이 제어되지 못하고 임계점을 넘어선다면 폭발할 수밖에 없게 될 것이다. 흔히 '화(분노)가 머리끝까지 났다'거나 '화(분노)가 치밀어 오르다' 혹은 '열통 터지다'라는 한국어의 관용적 표현은 이와 같은 분노의 특성을 잘 보여준다. 분노는 인간의 육체 속에 담겨져 있고, 열이나 기운이 상승하는 상향성의 것임을 보여준다. 이처럼 우리는 분노를 개념적으로 이해하기 이전에 이미 일상적으로 신체성에 기반하여 파악한다.

레이코프와 쾨벡세스는 분노(화)에 대해서 연구하면서 좌측의 통속적인 '인지모형'을 제안한다.[14] 우측은 킹(King)에 의해 제안된 중국의 분노 모형이다.[15]

하고 있다. 졸탄 쾨벡세스, 김동환 · 최영호 옮김, 『은유와 감정-언어, 문화, 몸의 통섭』, 동문선, 2009.

12) '개념적 은유 이론'과 관련해서는 다음을 참조하라. 죠지 레이코프 · 마크존슨, 임지룡 외 역, 『몸의 철학』, 박이정, 2002.

13) 분노를 '끓는다' '타오른다'라고 하는 감정의 격발로 은유하는 것은 유학자들이 마음을 이해하는 방식과도 유사하다. 보이지 않는 마음의 작동방식을 마치 '불꽃이 타오르는 것'과 같은 가시적 이미지로 포착한다. 그것이 '炎上'이다. 권근, 『入學圖說』, 「天人心性分釋之圖」 "心者, ...其字形方者, 象居中方寸之地也. 其中一點, 象性理之源也. 至圓至正, 無所偏倚, 心之體也. 其下凹者, 象其中虛, 惟虛故具衆理也. 其首之尖, 自上而下者, 象氣之源, 所以妙合而成心者也. 其尾之銳, 自下而上者, 心於五行屬火, 象火之炎上也. 故能光明發動, 以應萬事也."

14) 졸탄 쾨벡세스, 김동환 · 최영호 옮김, 『은유와 감정』, 동문선, 2009. 236쪽.

1. 불쾌한 사건의 발생	1. 불쾌한 사건의 발생
⇩	⇩
2. 분노(화)가 유발됨	2. 분노(화)가 유발됨
⇩	⇩
3. 분노(화)의 통제 시도	3. 분노(화)의 통제 시도
⇩	⇩
4. 분노(화)의 통제 상실	4. 분노(화)의 분출
⇩	⇩
5. 보복 행위(화난 행위)	5. 마음의 평정 회복

분노의 존재론적 위상으로부터 힘으로 표출되는 과정은 '원인 ➡ 힘의 형태를 하고 있는 분노(화)의 존재 ➡ 통제 시도 ➡ 통제 상실 ➡ 표출'의 구조이다. 분노는 '원인➡ 힘➡ 표출'의 구조를 이룬다.[16] 이 단순한 인지모형은 분노가 어떻게 나타나고 표현되며(expressive), 통제되지만 그럼에도 표출될 수밖에 없음을 알려준다.

필자는 이와 같은 분노의 인지모형에서 '마음의 평정'과 관련하여 '분노 표출'에 주목한다. 서구적인 모델의 경우, 5단계에서는 분노를 유발한 대상에게 일종의 보복 행위로써 '화난 행위'를 한다. 이 '화난 행위'는 억압되었던 감정을 해소하는 단계일 수도 있다. 킹(Kin)g이 제안한 중국의 모델은 4단계에서 5단계에 이르는 과정이 '마음의 평정'을 찾아가는 과정이라는 것을 보다 명시적으로 보여준다. 분노의 발산은 행동으로 표현되고, 이 분노 행동을 통해 분노감정은 재귀적으로 경험된다. 분노를 야기한 원인 제공자에게 분노를 표출함으로써 감정의 불균형 상태를 균형의 상태로 전환시키는 것이다. 5단계는 감정이 균형을 유지하는 '마음의 평정' 상태로 전환되었음을 의미한다.

이와 같은 분노(화)의 모형을 통해서 발견할 수 있는 점은 첫째, 분노

15) 위의 책, 236쪽.

16) 위의 책, 239쪽.

www.kci.go.kr

의 발생 과정이 순차적인 시간적 단계를 밟는다는 것이다. 그리고 이 단계적 과정은 인과적(causal)이라는 점을 보여준다. 둘째, 분노(화)는 우리 몸의 보편적 자질에 의해 영향을 받는 '인간 개념화'의 산물, 곧 몸과 마음이 이원적으로 분리되지 않은 '온전한 인간'의 신체성을 전제로 한 개념이라는 것이다. 분노가 치밀어 오를 때, 혈압이나 체온이 상승하는 것처럼 분노는 신체화의 산물이며, 신체의 변화는 다시 분노 감정에 재귀적으로 작용한다.[17]

분노와 관련해서 볼 때, 우리의 몸은 마치 그릇처럼 '분노'를 담고 있다고, 감정으로서의 분노는 '그릇 안'에서 '그릇 밖'으로, 그리고 '아래에서 위로' 분출되는 '안-밖'과 '상-하'의 위치 도식을 갖게 된다. 위치 도식은 힘의 우열 관계를 상징적으로 보여준다. 따라서 분노에 대해 사유하기 위해서는 우리는 근본적으로 '안-밖', '상-하'의 위치가 갖는 힘의 관계를 이해해야 한다. '분노의 본질'이 '어떠한 원인'에서 부터 비롯되었는가를 파악해야 하고, 그러한 분노가 '힘'의 관계에서 어떻게 작동되는가를 이해해야 한다. 분노를 사유하는 것은 곧 권력의 장을 사유하는 것과 다르지 않다.[18]

3. 생존을 위한 분노: 원숭이는 왜 화났을까?

장자는 화가 난 원숭이의 이야기를 '조삼모사(朝三暮四)'의 고사로 전해준다. 원숭이는 어째서 분노했을까?[19] 고대적 사유를 기록한 문헌에는

17) 위의 책, 259쪽.

18) 보편적 '인간 조건'에 대해 탐구했던 엘리아스 카네티는 한 공간에서 사람들이 취하는 자세에도 이미 권력의 힘이 미치고 있다고 지적하면서, 우리는 결코 '권력의 자장'에서 벗어날 수 없다고 말한다. 엘리아스 카네티, 강두식 역, 『군중과 권력』, (主)主友, 1983. 374쪽. "우리는 잘 알고 있다. 이렇게 두서없이 몇 가지를 나열해 보는 것만으로도 우리는 권력이 말없는 가운데 다양하게 표출되고 있음을 알 수 있다."[2002년, 바다출판사 재간행]

19) 부조리한 삶의 경험적 세계에서 분노는 부당한 상황에 대한 저항의 형태로 제기된다. 필자가 이 글에서 분노의 동력학을 주목하는 것은 분노 감정이 비록 사적

원숭이에 관한 이야기가 많이 등장한다. 원숭이는 재빠르게 움직이고 영리하게 행동하기 때문에 의인화하여 인간의 감정이나 태도를 보여주는 소재로 쓰인다. 『세설신어』에서는 장기가 끊어질 정도의 내상을 주는 극도의 아픔을 '단장(斷腸)'으로 기록하고 있다. 이것은 새끼 원숭이를 잃은 어미 원숭이의 슬픔을 모티프로 한다. '부처님 손바닥 안'에서 어리석은 행동(癡)을 하는 『서유기』의 손오공도 원숭이다. 손오공은 불법(佛法)을 수호하는 존재이자 잔꾀와 잔재주를 부리면서 폭력적으로 행동하는 원숭이의 양가적인 면모를 보여준다. 불교에서는 '마음은 원숭이와 같다(心猿)'라고 하여 잠시도 안정되지 않고 번잡하게 일어나는 망상과 잡념을 비유한다.[20] 그래서 종잡을 수 없는 마음과 분주한 생각을 '심원의마(心猿意馬)'라고 한다.[21]

장자는 '조삼모사'를 통하여 원숭이의 심리적 반응에 관한 내용을 은유적으로 기술하고 있는데, 『열자』의 「황제」편에도 유사한 내용이 실려 있다.[22]

> 생각을 이리저리 수고롭게 하여 하나로 만들려고만 하고 그것이 본래 동일한 것임을 알지 못하는 것을 '조삼'이라고 한다. '조삼'은 구체적으로 무엇을 말하는 것인가? 원숭이를 좋아하는 저공이라는 사람이 원숭이들에게 도토리를 주면서 말했다. "아침에 세 개 주고,

인 감정이기는 하여도 그것은 관계적 영역, 곧 정치적 역학관계를 갖는다는 점이다. 그래서 필자는 생존과 이상을 향한 분투의 형식으로 드러나는 분노의 동력에 주목한다.

20) 『大正新脩大藏經』50, 「大唐大慈恩寺三藏法師傳」권9. "慈恩傳九曰 守察心猿, 觀法實相."

21) 왕수인도 초학자들의 심리상태를 '심원의마'로 표현한다. 『傳習錄』上, 39條((陸澄錄). "一日論爲學工夫. 先生曰:敎人爲學, 不可執一偏. 初學時心猿意馬, 拴縛不定, 其所思慮, 多是人欲一邊, 故且敎之靜坐息思慮."

22) 『列子』, 「黃帝」第二. "宋有狙公者, 愛狙, 養之成羣, 能解狙之意, 狙亦得公之心. 損其家口, 充狙之欲. 俄而匱焉, 將限其食. 恐衆狙之不馴於己也, 先誑之曰 與若茅, 朝三而暮四足乎. 衆狙皆起而怒. 俄而曰 與若茅, 朝四而暮三足乎. 衆狙皆伏而喜. 物之以能鄙相籠, 皆猶此也. 聖人以智籠羣愚, 亦猶狙公之以智籠衆狙也. 名實不虧, 使其喜怒哉."

www.kci.go.kr

> 저녁에 네 개를 주마." 그러자 모든 원숭이들이 성을 내면서 난리를 부렸다. 저공이 다시 말했다. "그러면 아침에 4개를 주고, 저녁에는 3개를 주마." 그러자 모든 원숭이들이 다 같이 기뻐하였다. 명목과 실제가 다르지 않았음에도 기뻐하고 분노하는 감정이 달랐으니, 이 같은 이유 때문이다.[23]

저공이라는 사람은 오랜 동안 원숭이를 사육한 경험이 있어 원숭이의 심리를 잘 알고 있다. 그는 원숭이의 개체수는 늘어나고, 먹이가 부족해지자 먹이의 양을 조절할 것을 제안한다. 이 '조삼모사'의 고사는 얄팍한 속임수를 쓰는 상황에 대한 교훈적 메시지를 주는 것으로 인용된다.

그러나 이 고사의 의미맥락은 세간의 해석과는 차이가 있다. 장자는 원숭이들의 분노 감정 표출에 대하여 큰 틀에서 문제 삼는다. 아침에 3개, 저녁에 4개의 선택지와 아침에 4개, 저녁의 3개라는 선택지 사이에는 차이가 없는데, 원숭이들은 어째서 화를 냈고, 또 왜 기뻐했을까? 장자는 조삼모사라고 하는 고사를 통해 일반적인 우리들의 선택을 풍자하고 있다. 모든 판단에는 모순과 대립이 혼재되어 있기에 긴 안목으로 볼 경우, 얻고 잃는 총합은 달라지지 않는다. 장자는 삶이나 선택을 하나의 연속적인 시간으로 볼 것을 권한다.

그러나 이러한 인식은 장자의 것이다. 원숭이는 두 선택지에 분명하게 반응한다. 원숭이들은 전체적인 총합이 같다고 하더라도 기약할 수 없는 시간보다는 지금 당장의 이익을 우선시한다. 실현여부를 알 수 없는 미래의 충족감을 위해 현재의 만족감을 포기하라는 요구에 대해서 화를 내고 아우성을 치는 것은 어찌 보면 당연하다. 긴 진화의 역사를 통해서 원숭이는 자신의 생존에 유리한 방향으로 생태계에 적응하여 왔을 것이다. 그렇기에 야생생활에서의 생존 방식에 대한 유전적 기록은 원숭이의 뇌 속에 전달되어 있을 터이다. 상상하건데, 원숭이는 먹이 획득 상황에

23) 『莊子』, 「齊物論」. "努神明爲一, 而不知其同也, 謂之朝三. 何謂朝三. 狙公賦芧曰朝三而暮四. 衆狙皆怒. 曰 然則朝四而暮三. 衆狙皆悅. 名實未虧而喜怒爲用, 亦因是也."

서 최대한 많은 양을 확보하는 것이 생존에 이롭다는 것을 경험적으로 인지하고 있었을 것이다.[24] 그것은 야생이 아닌 우리에 갇혀 사육되더라도 달라질 수 없는 생물학적 본능이다.

그렇다면, 인간의 경우에는 어떠할까? 이 고사가 끊임없이 회자되는 것은 앞서 언급한 것처럼 '얄팍한 속임수'에 빠지는 사람들이 많다는 것을 보여준다. 장자와 같이 반성적인 사람이라면 모를까, 대다수의 사람들은 국면적 상황에 민감하게 반응한다. 다마지오(Antonio Damasio)에 따르면, 모든 생명체는 자동으로 자신의 문제를 해결할 수 있는 설계된 도구를 가지고 태어난다고 한다.[25] 눈앞에서 벌어지는 현재적 상황에 대해서 판단의 즉각성은 무의식적인 경우가 많고, 그러한 경우, 정서적 경험과 연결되어 나타난다. 숙고가 결여된 정서적 판단은 그래서 이성적인 판단의 도움이 요청되는 점이 있기도 하다.

정서에 의한 판단이 일정한 한계가 있지만, 이러한 정서는 두뇌와 신체 활동이 결합된 '신체화된 감정'이다. 마뚜라나와 바렐라[26]는 인지능력에 대한 생물학적 뿌리에 대해 탐색한다. 인간의 뇌 작용과 정서의 연관성을 탐구하는 다마지오를 비롯한 인지생물학자들이나 언어와 인지를 경험적 관점에서 탐구하는 레이코프와 존슨[27] 등의 영미 체험주의자들은 정서뿐만이 아니라 '이성의 신체적 근거(embodied reason)'를 주장한다.

특히 다마지오의 경우, 정서와 느낌의 근거에 대해 탐구하면서 데카르

24) 다마지오는 정서적 촉발에 대해서 이렇게 주장한다. "정서적 촉발은 진화 과정에서 고착된 것도 있고, 그렇지 않은 것도 있다. 그렇지 않은 경우는 각 개인의 경험을 통해서 정서적으로 유효한 대상이 그의 뇌에 결부되는 것이다." 안토니오 다마지오, 『스피노자의 뇌』, 70쪽.

25) 이러한 입장은 스피노자의 생각과 유사하다. 박삼열에 따르면, 스피노자는 "인간이 감정의 노예 상태에서 벗어나는 길은 외부대상에 대해 적합한 인식을 함으로써 능동 감정을 가지는 것이다. 인간 정신은 능동적으로 인식해서 타당한 관념들을 가질 때, 모든 수동 감정에서 벗어나서 기쁨과 욕망이라는 능동 감정을 가지게 된다."는 입장이라고 한다. 박삼열, 선학사, 『스피노자의 윤리학 연구』, 2002. 190쪽.

26) 움베르또 마뚜라나 · 프란시스코 바렐라, 최호영 역, 『앎의 나무』, 갈무리, 2007.

27) 죠지 레이코프, 마크 존슨, 임지룡 외 역, 『몸의 철학』, 박이정, 2002.

www.kci.go.kr

트를 비판하고 스피노자를 적극적으로 옹호한다. 그는 스피노자가 개체의 자기 보존을 위한 무의식적 의지나 분투의 개념으로 사용한 코나투스를 적극 인용하여 '항상성(homeostasis)' 개념으로 대체한다. 스피노자의 코나투스를 다마지오는 "생명체가 신체 내부의 조건이나 외부 환경의 조건에 직면했을 때 생존과 안녕을 추구하도록 만드는 생물의 뇌 회로에 자리 잡고 있는 경향의 총합"[28]으로 보는 것이다. 그렇기에 그는 코나투스를 생명체의 조절과 조절된 삶의 상태를 유지하기 위한 생물학적 능력인 '항상성'으로 전환시키면서[29], 생명체의 '건강(wellness)과 안녕(well-being)을 위한[30] 삶의 분투로 파악한다.

다마지오에 따르면, "코나투스는 위험과 가능성 속에서 자기 자신을 보존해 나가고자 하는 원동력과 수많은 신체의 부분들을 하나로 유지시켜 주는 수많은 자기 보존 활동"이자 "생명체가 성장하고, 각 부분을 구성하는 물질이 새로워지고, 나이를 먹음에 따라서 생명체의 몸은 변형(transform)을 겪게 되지만, 생명체를 계속해서 동일한 개체로 유지시켜 주고 동일한 구조적 설계를 존중"하는 분투요, 노력이며 경향이다.[31]

정서는 코나투스처럼 생명활동의 '건강(생명)'과 '안녕'을 도모하는 방향으로 작동한다는 점에서[32] 다마지오는 정서를 본질적으로 합리적이라고 본다.[33] 합리적이라는 것은 명백한 논리적 추론에서 나타나는 합리성을 말하는 것이 아니라 정서를 드러내는 생물에게 유리한 행동이나 결과를 가져온다는 의미이다.[34]

28) 안토니오 다마지오, 『스피노자의 뇌』, 48쪽.
29) 위의 책, 41-42쪽.
30) 위의 책, 47쪽.
31) 위의 책 48쪽.
32) 안수현, 『이성, 정서, 느낌의 관계-안토니오 다마지오의 "신체화된 마음" 이론을 중심으로』, 경북대학교 대학원, 2008. 40쪽.
33) 다마지오는 '합리적'(rational)이라는 용어보다는 '합당한'(reasonable)이라는 용어가 정서의 생명활동적인 측면에서는 적확할 수 있다고 본다. 안토니오 다마지오, 『스피노자의 뇌』, 177쪽.
34) 안토니오 다마지오, 『스피노자의 뇌』, 176-177쪽.

심리철학자인 드 소사(Ronald de Sousa)의 경우도, 정서를 이성과 더불어 철학의 공통적 뿌리로 간주한다. 그래서 정서와 이성은 대립적 관계가 아니라고 본다. 그는 정서가 합리적인 믿음, 욕망, 의사결정 등의 문제에 이성과 더불어 해결책을 제시한다고 주장한다. 이러한 관점은 정념으로부터 해방된 이성적인 삶, 곧 파토스(pathos)가 아닌 아파테이아(apatheia)를 최고의 가치로 삼는 스토아적 이상과는 거리가 멀다.

어찌되었건 원숭이가 두 선택지를 구분한 것은 하나의 선택지가 자신에게 불리하다고 판단했기 때문일 것이다. 그것은 다마지오가 정서를 정의한 것처럼, 원숭이가 자신의 분노를 표출함으로써 자기 생존의 유익함을 추구한 방식이라고 해석할 수 있다. 자신의 이익을 침해한다고 인지하게 될 경우, 그것에 저항하는 방식이 분노라는 점이다. 분노의 발생은 이익을 타툴 때, 빈번하게 나타난다. 그 이익에는 물질적인 것뿐만 아니라 정서적이고 의식적인 것도 포함한다.

4. 분노의 해소: 헐크는 평정심을 찾을 수 있을까?

헐크는 80년대 TV 시리즈물에 등장했던 캐릭터였다. 자신이 공격받거나 불의한 상황에서 참을 수 없을 정도로 분노하게 되면 평범한 사람에서 괴물로 변하는 '두 얼굴의 사나이'였다. 이 헐크라는 소재는 2003년 리안(Lee Ang) 감독에 의해 영화화 되었고, 2008년에는 루이스 리터리어(Louis Leterrier) 감독에 의해 '인크레더블 헐크'(The Incredible Hulk, 2008)로 제작되어 공개된다. 여기서는 과학자 브루스 배너가 방사능에 노출되고, 이 과정에서 분노를 통제할 수 없게 되면 녹색 괴물 헐크로 변하게 된다.

헐크라는 '괴물'의 소재가 비상식적인 설정임에도 TV 드라마뿐만 아니라 두 번에 걸쳐 영화화 될 수 있었던 이유는 무엇일까? 필자는 무엇보다 현대인이 갖고 있는 '분노'에 대한 두려움 때문이라고 본다. '헐크'의 탄생은 그 존재의 기괴함만큼이나 인간이 지닌 '분노의 총량'이 가공할

www.kci.go.kr

정도로 파괴적일 수 있다는 점을 상징적으로 보여준다.

헐크로 은유된 분노는 '몸은 감정을 담는 그릇' 은유와 '분노는 그릇에 담긴 내용'이라는 개념적 은유의 한 형태이다. 즉 '액체가 담긴 그릇'은 '분노(화)한 사람'이며, '그릇 속의 액체'는 '분노(화)'이다. '액체가 그릇'에 가하는 압력은 '분노(화)'가 분노한 사람에게 가하는 힘이며, '액체가 그릇 밖으로 나오는 것'은 '분노(화)의 표출'이다.

그렇다면, 헐크는 어떻게 평범한 '인간'으로 복귀하게 될까? 영화적 설정에 따른다면, 평범하지는 않지만 그래도 인간인 브루스 배너는 자발적 의사와 관계없이 부당한 상황에 놓이거나, 또는 타자가 정당하지 못한 처우를 받을 때 분노가 폭발한다. 전혀 다른 인격체로 변해버린 헐크는 그러나 자신의 소임을 다한다. 일반적으로는 마치 '액체를 그릇 속에 붙들어 두려는 시도'처럼 화(분노)를 통제하려 하지만, 헐크는 다르다. 그는 인간에서 괴물 헐크로 변하게 했던 분노의 원인을 제거하는데 충실하기 때문이다.

분노의 원인이 사라지면 헐크는 다시 인간으로 복귀한다. 여기서 분노의 원인이 제거되면 복귀할 수 있다는 설정을 뒤집어 보자. 만일 분노의 원인이 제거되지 않았다면 어떻게 될까? 아마도 그는 평생을 괴물로 떠돌게 될 것이다. 분노는 전환의 기제를 찾지 못한다면 증폭될 수밖에 없다. 증폭되는 분노는 증오와 폭력의 괴물을 만든다. 이렇게 보면, 마음의 평정에 이르는 일련의 흐름은 괴물조차도 극복할 수 있게 만드는 인간화의 '역량'이다.

사실, 분노는 실천적인 층위에서 분명 제어하기 힘든 고통스런 감정이다. 분노는 여타의 감정과 다르게 그 지시 대상이 분명하기 때문에 '분별'로 인한 힘겨움이 증폭되는 감정이다. 분노로부터 야기된 대상에 대한 분별심은 강렬한 마음의 동요를 일으키고 해소되지 않는 집착과 갈등을 낳기도 한다. 그래서 이 분노의 감정은 평정심과 양립 불가능하다. 그렇기 때문에 다양한 사상가와 종교가들은 이러한 고통스러움의 근원을 직면하여 평정심의 상태로 전환하고자 하였다.

분노에서 평정심에 이르는 과정은 헐크라는 '분노의 괴물'이 인간으로 재귀환하기 위해 치러야만 하는 싸움만큼이나 힘겹다. 그 사례를 선불교와 장자의 우화를 통해 확인해 보자.

선불교의 '심우도(尋牛圖) 혹은 '십우도(十牛圖, The ten pictures)'는 분노에서 마음의 평정에 이르는 전-과정을 은유적으로 보여준다. '마음'을 '소'로 은유한 이 개념적 은유는 레이코프와 존슨이 『몸의 철학』에서 제안하고 있는 '목적 있는 삶은 여행'이라는 은유의 형식을 취하고 있다.

심우도의 3-4 단계가 '격동하는 마음'에 대한 은유라면, 1-2 단계는 마음이라는 '흔적'을 찾아가는 은유를 보여준다. 1단계는 마음이라고 하는 소를 찾는 '심우(尋牛, Looking for the Ox)'이다. 가시적으로 볼 수 없는 마음을 가시적인 '소'로 은유하여 찾아 나선 1단계에 이어서, 2단계에는 소의 흔적을 발견하는 '견적(見跡, Noticing the Footprints)'이다. 3단계에서는 비로소 '소(마음)'를 발견하게 된다. 길들여지지 않으려는 마음의 거친 상태, 곧 분노의 상태를 상징적으로 보여주는 것이 3단계 견우(見牛, Catching Sight)이다. 4단계에서는 '소(마음)'를 얻게 되는 '득우(得牛 Getting Hold of the Ox)'의 과정을 보여준다. 잡혀서 끌려가지 않으려는 소로 은유된 마음이 격동하는 시기이다. 그러나 분요한 저항의 마음은 5단계에서 안정을 찾게 된다. 그것이 '목우(牧牛, Taming the Ox)'이다.

4단계에서 5단계에 이르는 시기의 심적 변화의 상태는 그림으로 표현된 소의 색이 변한다는 점에서도 확인된다. 그러나 자기의 소유로 확인하였던 소(마음)를 가지고 집으로 돌아오는 6단계 '기우귀가(騎牛歸家, Riding home)'를 거쳐, 7단계에서는 찾았다고 하던 소도 잊게 되고[忘牛存人, Ox vanished, herdsman remaining], 8단계에서는 소뿐만이 아니라 자기 자신도 잊게 된다.[人牛具忘, Ox and herdsman vanished] 그렇게 소유와 집착이 사라진 자리인 9단계에서는 본연의 세계가 그대로 드러나게 된다.[返本還源, Returning to the Source] '산은 산이요, 물은 물일세'라고 하는 여실한 각성의 상태가 바로 9단계이다. 여기서 머물러도 될 터이지만 선불교의 대중적 염원은 그러한 자신의 깨달음을 중생들에게

www.kci.go.kr

전하고자 하는 발원으로 나타나 시장의 속세로 들어가게 된다. 그것이 10단계인 입전수수(入廛垂手, Entering the Marketplace)이다.

이렇게 보면 불교에서 제시하는 참다운 깨달음은 별다르게 특별한 무엇을 추구하는 것이 아니라 자신을 여실하게 직관하는 것이다. 그러나 여실하게 알지 못하기 때문에 방편적으로 소유와 집착의 분요한 마음을 어떻게 극복할 것인가를 가르친다. 즉 탐진치(貪瞋痴)의 삼독(三毒)을 비워내는 것이 평정심에 이르는 한 방편임을 제안한다. 삼독의 하나인 진(瞋)이 바로 분노의 감정이다.

분노로부터 평정심에 이르는 또 다른 사례는 장자의 '목계지덕(木鷄之德)'에서도 발견된다.[35] 목계는 나무로 만든 싸움닭이다. 이 무생명체인 나무로 만든 싸움닭은 어떤 덕을 가지고 있는가? 장자는 어째서 나무로 만든 싸움닭을 평정심의 사례로 들었을까?

장자는 닭싸움과 관련한 고사를 들려준다. 주나라의 선왕이 닭싸움 구경하는 것을 좋아하여 싸움닭 조련사에게 자신이 구한 닭의 훈련을 명한다. 자신의 닭이 닭싸움에 나가는 것을 기다리던 왕은 열흘이 멀다하고 닭이 싸울만한지 확인한다. 그러자 기성자라는 조련사는 닭이 교만하기 때문에 안된다 하고, 상대방에 쉽게 반응하기 때문에 안된다 한다. 그리고 다시 상대를 보는 시선이 공격적이어서 안된다 하고, 마지막으로 상대에 대해 반응하지 않게 되자, 그제야 최고의 싸움닭이 되었노라고 평가한다. 기성자는 투계(鬪鷄)를 평가하면서 그 닭이 '완전히 마음의 평정을 찾아 마치 목계같다'고 한다.

이 우화는 물고물리는 격렬한 '싸움'이라는 감정적 고양상태에서 상대를 제압해야 할 싸움닭의 조건을 제시한다. 장자는 격한 싸움닭의 최고 조건을 '평정심'에서 찾고 있다. 자신감과 강렬한 힘을 표시하는 것은 오히려 흥분한 상태이므로 냉철하게 싸움을 수행할 수 없게 만든다. 그래

35) 『莊子』「達生篇」. "紀渻子, 爲王養鬪鷄. 十日而問鷄已乎. 曰未也. 方虛憍而恃氣. 十日又問, 曰未也. 猶應嚮景. 十日又問, 曰未也. 猶疾視而盛氣. 十日又問, 曰幾矣. 鷄雖有鳴者, 已無變矣. 望之似木鷄矣, 其德全矣. 異鷄, 無敢應者, 反走矣."

서 장자는 감정적 동요를 반복적인 훈련에 의해 극복할 것을 요구한다.

장자의 '목계'는 격분한 동(動)의 감정 상태가 쉽게 조절되고 통제될 수 없지만, 그것을 넘어설 때 새로운 존재로의 변이가 가능하다는 것을 보여준다. 새로운 존재의 탄생은 흥분과 격동의 상태에서 허(虛)와 정(靜)을 통해 자기 자신을 재정향하는 내면화의 과정이다. 이 과정은 분노에서 평정심에 이르는 것과 다르지 않다. 정서조절 장치의 활성화를 통해 평정 상태에 도달하는 것이다.

평정심의 상태에서 싸움닭은 이전의 상태와 달리 기품을 지니게 된다. 그 수행의 과정에는 내적 상태의 변화뿐만 아니라 기질적 변화까지도 수반한다는 점을 보여준다. 장자는 생명체의 활동성이 정지된 비활성의 나무로 된 싸움닭을 통해 역설적으로 강력하고 역동적인 '역량'의 탄생을 제안한다.

5. 평정심과 증오: 분노의 동력은 어떻게 작동할까?

평정심이 특정한 사람들에 의해 전유되는 것이 아니라면, 그것은 적어도 신비의 영역이 아니라 경험적 차원에서 접근 가능해야 하고, 아울러 설명 가능해야 한다. 몸철학의 관점에서 마음은 본유적으로 신체화되어 있고, 사고는 대부분 무의식적이며, 추상적 개념은 대부분 은유적이다. 마크 존슨의 경우 마음이란 "몸의 경험이 은유를 통해 추상화 하는 과정"[36]이라고 정의한다. 그는 몸으로부터 분리된 '순수한 마음'은 존재하지 않는다는 입장이다. 필자는 우리가 '마음'이라고 부르는 것은 신체적 층위의 경험에 근거하여 갖게 되는 정신적 층위의 경험이라고 판단한다.

정서적 표현상의 조절을 통해 마음의 평정은 유도된다. 분노를 가라앉히는 과정은 일종의 감정적 균형 상태를 의미한다. 감정적 균형 상태를 필자는 감정(마음)의 평정 상태라고 보는 것이다. 성숙한 자아란 동요하지 않는 마음과 같은 것이고, 이 마음에 의해 또 다른 감정이 조절되는

36) M.존슨, 노양진 역, 『마음 속의 몸』, 철학과현실사, 2000.

www.kci.go.kr

것이다. 여기에는 반복적인 훈련의 과정이 필요하다. 분노로부터 어떻게 마음의 평정이 가능한가는 바로 이와 같은 성숙한 방어기제로서 정서적 조절 작용이 순기능적으로 작동하고, 그에 따른 신체적 변화가 인지적으로 재구성되기 때문이다.

마음의 평정은 조절과 억제라는 방어기제가 작동한다는 점에서 평가적이다. 평가적이라는 것은 합리적인 판단을 전제로 한다. 합리적인 판단은 곧 인지적 요소가 개입한다는 것을 의미한다. 인지적 요소가 정서적 층위와 결합되면서 뇌뿐만 아니라 신체의 신경시냅스를 활성화한다. 이런 점에서 다마지오는 이렇게 말한다.

> 인간은 특정 대상과 특정 정서 간의 관계를 자각하고 어떤 대상과 상황을 우리의 환경에 허락하느냐, 그리고 어떤 대상과 환경에 우리의 시간과 관심을 쏟아 붓느냐를 결정함으로써, 고의로 자신의 정서를 조절하고자 노력할 수 있다. 예를 들어 우리는 상업 방송을 보지 않기로 결정하고 지성인의 집에서 상업 방송을 영원히 추방하자고 촉구할 수도 있다. 특정 정서를 일으키는 특정 대상과의 상호 작용을 통제함으로써 우리는 우리의 생명 절차에 대하여 어느 정도 통제력을 행사할 수 있고 우리 자신을 좀 더 높거나 낮은 조화 상태로 이끌 수 있다. 이것은 바로 스피노자가 바랐던 것이다. 우리는 실제로 정서적 기구의 전제적 자동성(tyrannical automaticity)과 무심함(mindlessness)을 억누르고 뛰어넘을 수 있다.[37]

다마지오는 인간이 격분과 같은 분노의 감정을 야기하는 특정한 대상과의 상호 작용을 조절하고 통제할 수 있는 능력을 가지고 있다고 주장한다. 이러한 주장은 크게 틀리지 않다. 우리가 소위 성인이라고 부르는 사람들이 대부분 자기 자신과 대상과의 관계를 조절하고 통제할 수 있는 능력을 지녔던 사람들이다. 인간은 자발적이고 의지적으로 정서적인 진행 과정에 개입함으로써 생명의 안녕과 항상성을 고양시킬 수 있다.

필자는 분노의 역동적인 에너지가 타율적 체계로부터 자율적 체계로

37) 안토니오 다마지오, 『스피노자의 뇌』, 67쪽.

전이하게 되는 그 계기적 순간을 평정 혹은 평정심의 상태로 본다. 이것은 마크 존슨이 말하는 것처럼 '서사적 프레임'이 확장되는 것이다. 이러할 때, 인간의 정서적 힘은 창조적 에너지로 작동 가능하게 된다. 마음의 평정은 마치 영화 『매트릭스(Matrix)』에서 주인공인 네오가 이 세계가 비대칭적임을 발견하는 과정과 같다. 이 세계가 곧 매트릭스의 세계라는 발견적 지평은 마음의 평정에서 가능하다. 그래서 마음의 평정은 세계의 균열을 직접적으로 체험하는 것이다. 그 과정은 그래서 이 세계가 0과 1로 조합된 가상의 환(幻)이라는 것을 보여준다. 가상의 환영을 깨고 여실(如實)하게 세계상을 보게 되기에 날아오는 총알도 피할 수 있게 된다. 총알의 움직임을 본다는 것은 총알보다 빠르게 감각적으로 대응할 수 있는 능력이 있음을 말한다.

분노에 의해서 시작된 마음의 여정은 타율적 체계를 넘어서 자율적 체계로 이동하게 해야 한다. 자율적 체계에서 존재의 대화가 가능하게 된다. 그러한 대화가 가능한 상태가 평정의 상태이다. 대화가 가능하지 않은 상태는 존재의 단절, 곧 이해의 단절이다.

그러나 분노가 평정심에 이르지 못하고 왜곡될 경우에는 어떻게 될까? 왜곡된 분노는 파괴적인 증오심을 낳게 된다. 감염된 마음의 격분과 저주는 증오의 연쇄를 만든다. 그러한 감정은 호전적인 폭력을 야기한다. 필자는 어떠한 폭력의 행사도 안된다고 주장하지는 않는다. 오히려 시위와 집회를 잠재적 폭력으로 규정하면서 '반폭력'을 부르짖는 황색언론(yellow journalism)과 구호화 된 도덕주의를 경계한다. 급진적인 인권 운동가였던 맬컴 엑스(Malcolm X)는 폭력이라는 단어를 사용하여 '억압되고 감춰진 적대성'을 드러낸다. 오히려 문제가 되는 것은 폭력 그 자체가 아니라 적대성의 억압과 은폐이다. 그것은 증오로 돌아온다는데 더 큰 심각성이 있다.[38]

분노는 분명 지시 방향이 뚜렷하게 있음에도 왜곡될 경우, 그 방향성을 잃고 불특정 다수에게 향하게 된다. 분노로부터 증오로의 전이는 잔

38) 사카이 다키시, 김은주 옮김, 『폭력의 철학-지배와 저항의 논리』, 산눈, 2007. 57쪽.

www.kci.go.kr

혹한 폭력을 불러온다. 대표적으로 증오범죄(hate crime)의 유형이 그러하다. 사회적 약자를 대상으로 하는 이유 없는 증오는 타자에 대한 동일시 과정이 생략되어 있어서 잔인하다. 여기에는 인종적 우월주의와 분리주의가 포함되고 종교적 편견도 포함된다. 이러한 잔인함과 잔혹함에는 타자를 인정하지 못하는데서 기인하는 '공포'와 '불안' 그리고 '두려움'이 깊게 깔려있다. 이러한 현상은 낙(樂)이 없고 희망이 없음에서 확대된다. 자신이 기반한 삶에 대해 희망을 찾을 수 없는 이들은 이미 자신들이 저항해야 할 분노의 대상을 상실한다. 그래서 목표를 상실한 증폭된 감정은 증오심으로 변하여 불특정 다수를 대상으로 한 폭력을 행사하게 된다. 그 대상은 처참한 '희생양'이 된다.[39]

증오는 자기 자신에 대한 지나친 사랑 즉 집착을 통해서 발생하기도 한다. 자기애는 목표 잃은 사랑처럼 닿을 수 없는 나르시소스(Narcissus)를 향한다. 닿을 수 없는 물속의 자아를 향하는 연민과 사랑은 점차 울분으로 바뀌고, 닿지 못함에 그 대상을 무화하여 타자를 대상으로 삼게 된다. 비극은 거기에서 시작된다. 분노가 평정심에 이르지 못한 경우 원한, 나아가 그로 인한 증오의 감정이 자신뿐만 아니라 한 사회 전체를 파멸로 몰아넣는 강력한 힘으로도 작동될 수 있다. 이러한 점에서 과도하게 증폭된 분노는 조절되어야 하는 당위가 성립한다.

6. 마치며: 분노를 사유한다는 것?

불안한 현실에서 '몸-마음'으로 분산된 분노를 조절할 수 있는 치유 프로그램이 힐링(healing)이라는 이름으로 성행하고 있다. 분노를 조절하여

39) 한국사회의 병리현상을 야기하는 근본적인 원인 가운데에는 '타자에 대한 불인정'과 '획일화된 동일성의 강박'이 자리하고 있다. 여기에서 비롯하는 타자에 대한 증오심은 지역과 지역, 계층과 계층, 세대와 세대의 갈등을 끊임없이 재생산하는 '도구화된 이념'으로 유통되고 있다. 이 점에 문제의 심각성이 있다. 이와 관련해서는 김경호, 「분노한다 고로 살아간다」(최유준 외, 『우리시대의 분노』, 전남대학교출판부, 2013. 262-264쪽)를 참조하라.

고통스럽고 상한 마음을 치유하는 것(Healing for Damaged Emotions)은 분명 필요하다. 그러나 현재 한국사회에 넘쳐나고 있는 치유로서의 힐링 열풍이 정작 결여하고 있는 것은 무엇일까? 그것은 아프고 힘겹다는 개인적인 현상성에 주목하고 정작 그러한 힘겨움을 생산해 내는 관계나 구조에 대해서는 도외시 한다는 점이다.

분노에 대한 사유는 힘겨움을 야기하는 관계나 구조에 대한 사유로부터 시작한다. 우리는 분노를 야기하는 고통스러움의 근원이 어디에서 비롯되는가를 사유해야 한다. 관계적 사유가 가능할 때, 맥킨타이어(Alasdair MacIntyre)의 통찰처럼, 삶에서 우리는 항상 '제약 속'에 놓여 있다는 점을 인정하게 된다. 나의 변형은 '가능성들을 제약하는 맥락 안에서만 가능하다'는 것을 수용해야 한다.[40] 도덕적 숙고와 상상력을 통하여 인식주체와 객체가 근본적으로 얽혀있음을 깨닫는 것은 곧 나의 몸과 마음은 인식 주체이자 인식의 객체라는 각성이다. 인식이란 세계를 묘사하고 반영하는 것이 아니라 세계를 적극적으로 구성하는 과정이다.

이러한 측면에서 고통스러움의 근원에 대한 자각을 통해 그 실체를 확인하게 될 것이다. 그 실체는 경우에 따라서는 자기 자신일 수 있고, 타인일 수 있으며, 사회의 조직과 제도일 수도 있다. 그러한 확인을 통해 자신과 타인에 대한 관계를 다시 설정할 수 있게 된다. 그러할 때, 우리는 분명 무엇인가에 다가서게 된다.

아내의 부정을 목격한 처용과 샤푸리아르 왕의 증폭되는 감정적 분노는 동일한 듯하지만 두 사람의 분노 표현은 너무도 다르다. 샤푸리아르 왕은 밤마다 여자와 동침하고 아침에는 여자를 참혹하게 죽이는 행위를 반복[41]하는 반면, 처용이 문밖에서 춤을 춘 것은 어째서 그랬을까? 『레미제라블』에서 장발장은 자신을 가둔 세상에 분노하지만, 정작 자베르 경감에게 복수할 기회를 얻었음에도 그를 놓아 준 것은 어째서일까?[42] 『

40) 마크 존슨, 노양진 역, 『도덕적 상상력-체험주의 윤리학의 새로운 도전』, 서광사, 2008. 310-311쪽.

41) 아라비안나이트에 나오는 사산왕조의 샤푸리아르 왕은 아내에게서 당한 배신감과 적개심으로 인해 세상의 여성을 증오한다.

www.kci.go.kr

분노의 포도』에서 샤론이 지옥같은 삶의 현장에서 아이를 사산(死産)했음에도 굶주린 노동자에게 자신의 젖을 물리는 마음[43]을 어떻게 이해해야 할까?

삶은 서사적으로 구성되고, 도덕적 숙고는 서사들에 의해 구조화 된다.[44] 계기적 사건의 구조가 의미를 창조하는 순간은 분노를 넘어서는 또 다른 각성을 요구한다. 분노를 통해 평정에 도달할 수 있지만, 분노 그 자체가 평정일 수는 없다. 행위의 서사적 맥락은 새로운 자기 이해를 추동한다. 분노의 상태에서 타자의 생명성을 자신에게서 발견하는 공존의 지평은 마음의 유연성으로 드러난다. 마음의 유연성은 분노로부터 다른 방향에서 사유하고 느끼고 행위하게 만든다. 분노에서 평정심으로의 과정은 곧 고통스러움에서 증오로 치닫는 방향을 틀어 자비와 사랑의 마음으로 전환하는 과정이다. 따라서 평정심은 생명을 살리는 힘이어야 한다.

평정심은 단순히 마음이 안정되었다는 것만을 의미하지 않는다. 평정 혹은 평정심은 결과로써 주어지는 안정된 감정의 최종적 단계를 의미하지 않는다. 이 평정심은 또다시 깨어질 수도 있으며, 활성화된 최적의 상태에서 새로운 국면으로 전이될 수도 있다. 평정심은 마음의 전 과정상에서 발견될 수 있는 하나의 '상태적 국면'이다. 이 상태에서, 왜곡된 장애에 의해 가려졌던 바탕을 확인하고 만나야 한다. 바탕을 구성하고 있는 것들을 여실하게 보고, 느껴야 한다.

이 완결되지 않은 '상태적이면서 과정적인 국면'은 일종의 존재 체험의 과정이다. 존재는 그 자체로 드러나며, 부분이 아닌 전체로서 나타난다.[45] 이러한 경험을 통해 삶은 새롭게 재구성되며 이전과는 다른 의미

42) 빅토르 위고, 정기수 역, 『레미제라블』, 민음사, 2012.
43) J. E. 스타인벡, 맹후빈 역, 『분노의 포도』, 홍신문화사, 2012.
44) 마크 존슨, 『도덕적 상상력-체험주의 윤리학의 새로운 도전』, 315쪽.
45) 이와 같은 과정은 일종의 '종교적인 신비 체험'으로 설명되지만 체험주의자의 철학자들은 "우리의 몸은 단지 탈신체화된 마음의 그릇이 아니며, 또 그럴 수도 없다"는 관점이다. 그래서 이들은 '영성'과 같은 것도 '몸으로부터 분리된 탈신체화된 마음'이 아니라 '삶을 통해서 겪게 되는 신체화된 경험'으로부터 발생한다고 본다. '영성'은 '탈신체화'와 '세계의 초월'과 연관된 것이 아니라 '신체화된

가 구축된다. 분노를 통해 평정심을 실천적으로 사유하는 것은 적어도 잔혹한 극단적 폭력을 지양하고 공생과 공존을 위한 삶의 서사로 전환시키기 위한 노력이다.

영성'이라고 주장한다. 죠지 레이코프, 마크 존슨, 『몸의 철학』, 810-818쪽.

www.kci.go.kr

참고문헌

『論語』,『大正新脩大藏經』,『列子』,『入學圖說』,『莊子』,『傳習錄』

J. E. 스타인벡, 맹후빈 역,『분노의 포도』, 홍신문화사, 2012.
J. W. Kalat, 민경환 외 옮김,『정서심리학』, 시그마프레스, 2007.
M.존슨, 노양진 역,『마음 속의 몸』, 철학과현실사, 2000.
노양진 지음,『몸, 언어, 철학』, 서광사, 2009.
마크 존슨,『도덕적 상상력-체험주의 윤리학의 새로운 도전』, 서광사, 2008.
박삼열, 선학사,『스피노자의 윤리학 연구』, 2002.
빅토르 위고, 정기수 역,『레미제라블』, 민음사, 2012.
사카이 다키시, 김은주 옮김,『폭력의 철학-지배와 저항의 논리』, 산눈, 2007.
스테판 에셀, 임희근 역,『분노하라(Indignez-vous!)』, 돌베개, 2011.
안토니오 다마지오, 임지원 역,『스피노자의 뇌』, 사이언스북스, 2007.
엘리아스 카네티, 강두식 역,『군중과 권력』, (主)主友, 1983.
움베르또 마뚜라나 · 프란시스코 바렐라, 최호영 역,『앎의 나무』, 갈무리, 2007.
졸탄 쾨벡세스, 김동환 · 최영호 옮김,『은유와 감정』, 동문선, 2009.
죠지 레이코프 · 마크 존슨, 임지룡 외 역,『몸의 철학』, 박이정, 2002.
김경호,「봉기의 동력에 대한 철학적 성찰」,『감성연구』7, 전남대학교 호남학연구원, 2013.
김경호, 슬픔은 어디에서 오는가? - 신체화된 마음을 중심으로」,『철학탐구』31, 중앙철학연구소, 2012.
서병창,「토마스 아퀴나스의 분노 개념」,『인간연구』제19호, 가톨릭대학교 인간학연구소, 2010/가을.
손병석,「분노는 정당화될 수 있는가?: 아리스토텔레스의 분노(opγή)론을 중심으로」,『철학연구』93, 철학연구회, 2011.
안수현,『이성, 정서, 느낌의 관계-안토니오 다마지오의 "신체화된 마음" 이론을 중심으로』, 경북대학교 대학원, 2008.

임지룡,「화의 개념화 양상」,『언어』25권 4호, 한국언어학회, 2000.
최유준 외,『우리시대의 분노』, 전남대학교출판부, 2013.

www.kci.go.kr

from Anger to Composure
- focusing on The Dynamics of Anger

Kim, Kyung-Ho (Chonnam National Univ.)

This study explores how anger reaches 'composure' based on the viewpoint of ‘embodied mind’. Anger is usually expressed as ‘an outburst of anger’ or ‘liquid or gas boiling hard in the container’ metaphorically. Paradoxically speaking, the dynamics of anger can be the motive for personal and social renovation, but sometimes it works as catastrophic energy out of control. Through this study, I suggest to think anger relationally by connecting to composure. Thinking of anger includes introspection of the whole process from the cause of emotion generation to conversion of anger to creative energy.

This study suggests two things. First, anger is ‘embodied emotion’, second, ‘composure’ is not the final step of stable emotion given by a certain result, but an aspect of state found in a serial process of mind. These two arguments say that composure is what the anger burst out is newly converted through emotional and cognitive process in the layer of ‘embodied emotion’. Eventually, thinking of anger requires exploration of the origin of agony.

Key words: Anger, composure, dynamics, embodied emotion, container metaphor, narrative.

김경호 e-mail: manas96@naver.com

투 고 일	2013년 04월 26일
심 사 일	2013년 05월 01일
게재확정	2013년 05월 16일

www.kci.go.kr