

# 궁극적 행복에 도달하는 방법은 존재한다.

정진욱

1. 발표 태도 및 기교가 매우 탁월함.
2. 주제에 대한 생각이 깊음.
3. 다만 에세이의 형식적인 측면, 즉 서론, 본론, 구분의 구분과 참고문헌의 부재는 아쉬운 부분임.

인간은 누구나 행복하길 원한다. 이것은 유명 인플루언서들부터 기업의 CEO, 지독한 가난에 시달리고 있는 빈곤층까지 모두 동의할 것이다. 또 인간이라면 누구나 행복할 수 있는 권리를 지닌다. 즉 행복이란 누구나 가지고 있는 권리이자, 모든 인간이 추구하는 궁극적 목표이며 인간이 도달해야 할 이상향이다. 그렇다면 과연 행복한 삶에 도달하는 궁극적인 방법이 있을까? 필자는 이 문제에 대하여 아주 오랫동안 고민하고 조사했다. 결론부터 말하자면 필자는 행복한 삶에 도달하는 궁극적인 방법이 존재한다고 생각한다. 하지만 모두가 실현하기에는 다소 어려움이 있는 것도 사실이라고 본다. 이 글은 행복에 대한 설명과 그것에 도달하는 방법을 철학적인 관점에서 작성하였음을 미리 알린다.

행복한 삶이 무엇인지 알기 위해선, 먼저 행복이 무엇인지 알아야 한다. 스토아학파, 에피쿠로스, 아리스토텔레스의 니코마코스 윤리학부터 칸트, 프로이트, 쇼펜하우어 등 고대부터 현대에 이르기까지 많은 사람이 행복을 다양한 관점에서 정의해 왔다. 이에 필자는 행복을 두 가지 관점에서 정의 및 해석했다.

첫 번째는 '주관적 행복'이다. 욕정, 이익, 쾌락 등이 그 예이다. 주관적 행복은 '만족'을 통해서 얻어진다. 만족은 '쾌락'과 '절제' 사이에서 발생한다. 1)에피쿠로스는 생각할 수 있는 사람에게 욕체의 쾌락은 최고이자 가장 확실한 기쁨이라고 주장했다. 에피쿠로스의 행복관에 따르면 쾌락을 추구하는 게 행복한 삶의 길임을 인정하지만, 동시에 쾌락을 절제해야 한다고도 보았다. 이 욕망의 절제를 통해 단순한 육체적, 감각적 쾌락이 아니라 정신적 만족을 이루게 되는 것이다. 2)신체적 쾌락과 소유를 통한 만족은 시간이 흐르면 점차 감소한다. 최초의 쾌락은 점차 익숙해지고 쾌락의 지속을 위해 또 다른 욕망과 소비가 발생한다. 더 이상 소비할 수 없다면 어느 순간 욕망을 억누르거나 만족해야 한다. 소박한 삶에 마음의 평화가 있으며 마음의 평화가 바로 행복이다. 즉 만족이란 마이너스 무한대의 만족과 플러스 무한대의 만족 사이에서 0을 유지하는 것이다. 이런 부류를 우리는 보수주의적 경향이라고 볼 수 있다. 반면 어떤 사람들은 가능한 많은 쾌락을 추구하라고 우리에게 권유한다. 큰 쾌락을 성취하기까지 많은 고통이 따르지만, 그 고통을 보상받을 수 있는 큰 쾌락이 따른다면 그렇게 하는 것이 옳다는 것이다. 이런 부류는 진보주의적 경향이라고 볼 수 있다. 이는 다음에 다룰 '객관적 행복'과 유사하다.

주관적 행복을 얻을 때 도움이 되는 도구가 바로 사고이다. 정확히는 사고하는 기술이다. 우리는 만족할 수 있는 처지가 아니더라도 사고나 태도의 방식을 바꾸어 불만족을 줄이거나, 만

1) 이서영, 「행복이란 무엇인가」, 제주소피아, 2016, 5-6쪽 참조.

2) 이서영, 「같은 논문」, 2016, 제주소피아, 6쪽

족을 늘릴 수 있다. 무언가를 성취하는 데에서 만족을 얻을 수도 있고, 마음가짐을 통해서도 만족을 얻을 수도 있다. 예를 들어 내가 목표했던 성적을 달성하거나, 만약 달성하지 못하더라도 부정적이었던 생각을 3)재명명하면서 만족을 얻을 수 있다. 그리고 만족은 살인, 강간, 절도 등 반사회적인 행동을 통해서도 얻을 수 있다. 이는 쾌락을 절제하지 못한 사례이기도 하다. 그렇기에 주관적 행복은 불완전하다.

객관적인 관점에서 행복이란 '잘 살아가는 것'이다. 즉 돈, 명예, 성공, 성취 등이 그 기준이 된다. 잘 살아가는 말은 이미 많은 가치를 내포하고 있다. 잘 사는 기준이 돈이라면 돈을 잘 벌면 그것이 행복한 것이고, 그 기준이 봉사라면 슈바이처처럼 평생 남을 위해 봉사하고 헌신하면서 사는 게 잘 살아가는 것이다. 만약 학문을 쌓는 것이 기준이라면 배움을 통한 지식 향상을 통해 행복을 성취할 것이다. 이처럼 돈을 벌고, 봉사하고, 학문을 쌓는 것은 인간의 능력과 재질을 실현해내는 것이므로, 이것이 바로 4)자아실현이라고 볼 수 있다. 따라서 객관적 행복은 자아실현이다.

이렇게 보면 객관적 행복을 통해 주관적 행복도 얻을 수 있을 것 같지만, 주관적 행복과 객관적 행복이 꼭 일치하는 것은 아니다. 세계에서 가장 돈이 많은 사람 중 한 명인 일론 머스크는 5)비즈니스인사이드의 모회사인 약셀 스프링거의 마티아스 되프너 CEO와 인터뷰를 진행하며 이런 사실을 밝혔다. 그는 "당연히 나도 외로울 때가 있다"며 "모든 사람이 그렇지 않은가"라고 말했다. "가끔 우주선 로켓 관련 작업을 혼자 하고 있을 때 작은 집에서 혼자 머무르곤 한다. 옆에 강아지마저 없을 때는 진짜 외롭다."고 덧붙였다. 그는 솔직하게 본인이 행복하지 않을 때도 있다고 말했다. 여기서 행복은 주관적 행복, 즉 만족이다. 그는 주관적인 관점에서 행복하지 못한 것이다. 그러나 객관적인 관점에서 일론 머스크는 행복한 삶을 살아가고 있다. 그는 지구촌을 들썩이게 하는 재력가이자, 거대한 기업들의 CEO이기 때문이다. 그는 객관적인 관점에서 행복하지만 주관적인 관점에서 행복하지 않다.

6)요즘 한국에서 마약은 가장 큰 화재 중 하나다. 올해 2만 명이 넘어간 마약사범들은 일론 머스크와는 반대로 주관적 관점에서 행복하지만, 객관적 관점에서 행복하지 않다고 볼 수 있다. 마약사범들은 마약에 취해 늘 즐겁고 행복한 삶을 보내고 있다. 그러나 그들은 그들의 잠재력을 실현하지 못하고 있다. 이는 알코올이나 도박에 중독된 다른 유형들도 마찬가지이다. 사회에서 아무런 가치도 없는 일을 행하는 사람이라도 주관적인 관점에서는 행복할 수 있다.

많은 경우에서 객관적 행복은 주관적 행복을 가져온다. 객관적으로 행복한 사람은 주관적으로도 행복할 확률이 높다. 인간은 자아를 실현하는 과정에서 고통을 겪더라도 어떠한 성취를 이뤄낼 수 있으면 그 과정에 대해 만족한다는 평을 내릴 수 있기 때문이다. 여기서 만족은 두 가지 유형으로 나뉘게 된다. 첫 번째 유형은 그냥 우리가 느끼는 만족이다. 음악을 들으면 즐겁다. 사랑하는 이와 함께 시간을 보내면 행복하다. 이는 일차적인 만족이다. 두 번째 유형은 자신에 대한 평가와 인식에서 찾아오는 만족이다. 논하는 글을 쓰는 방법을 배우고, 배움을 활용하여 하나의 논문을 완성했을 때 성장한 자신을 인식하면서 만족할 수 있다. 이는 이차적인 만족이다. 자아실현은 이차적인 만족, 즉 7)자아 인식에서 오는 만족을 동반할 수 있기에

---

3) 인간의 행동이나 감정, 느낌, 상태 등에 다른 명칭이나 평가를 부여함으로써 새로운 인식을 유도하는 기법, 주로 상담에서 많이 쓰임. (네이버 지식 백과 재명명 참조.)

4) 하나의 가능성으로 잠재되어 있던 자아의 본질을 완전히 실현하는 일. 본문에서는 객관적 행복에 도달하는 방법임. (출처: 두산 백과 자아실현 참조.)

5) 출처 : 허프포스트코리아(<https://www.huffingtonpost.kr>) 인용.

6) 출처 : 연합뉴스 (<https://www.yna.co.kr/view/AKR20231206081451004?input=1195m>) 참조.

7) 이 글에서 자기 인식은 자신을 얼마나 잘 알고 있는지를 뜻함.

많은 경우에서 객관적 행복은 주관적 행복을 가져올 수밖에 없다. 필자의 어머니를 예로 들자면 그녀는 작가이자, 사회복지사 1급 자격증을 가지고 있으며, 다른 직종의 사무부장이고 또한 독서 모임의 회장이자 회계사 2급 자격증을 취득하시고 현재 1급 자격증을 도전하려고 준비하신다. 그녀는 다양한 활동을 통해 자기의 잠재력을 발휘하고 그에 만족하기에 행복한 삶을 살아가고 있다고 볼 수 있다. 객관적 관점에서든 주관적 관점에서든 그녀는 행복하다. 자아실현은 특별한 능력을 지닌 사람만이 누릴 수 있는 권리가 아니다. 우리도 각자의 방법으로 자아실현을 이루고 있다. 필자의 경우 다양한 봉사활동과 사회복지학을 배워가는 과정을 통해 지성적, 정서적 잠재력을 실현한다. 이 점에서 필자도 행복하게 살아가는 것이다.

이러한 객관적인 행복을 얻기 위해서는 우선 자유가 보장되어야 한다. 그러나 근대 이전까지의 사람들은 그렇지 못했다. 8)고대 사회에서는 거의 모든 사람이 주관적 행복만 추구할 수 있었다. 그들은 현대 사람들처럼 교육을 받을 권리가 있지 않았고, 신분제에 묶여 자기의 생각대로 인생을 전개해갈 수 없었다. 위에서 언급한 에피쿠로스의 주장만 봐도 당시 사람들이 주관적 행복론에 집중했다는 걸 알 수 있다. 이는 당대에 등장했던 사상들의 공통점이다. 주관적 행복은 객관적 행복에 비해 불안정하다. 그러나 많은 사상이 주관적 행복론에 전념했던 이유는 그들의 시대가 객관적 행복을 추구할만한 환경이 아니었기 때문이다. 결국 근대 이전에는 소수의 사람만이 객관적인 행복을 얻을 수 있던 것이다. 근대에 이르러서는 형식적인 측면에선 모든 사람이 평등하게 잠재력을 실현할 권리가 주어져 있다. 하지만 건강, 교육의 기회 등 실질적인 수단이 뒷받침되지 않는다면 객관적인 의미에서의 행복은 추구할 수 없다. 9)정치적 민주주의가 확립된 나라의 국민이라면 누구나 10)소극적 의미에서는 자유를 가지고 있다. 외적인 권위로부터 해방되어 있기 때문이다. 그러나 그 나라가 가난하다면 사람들은 적극적 의미에서 자유롭지 못하다. 무엇이든 11)형식적인 자유만 있지, 그렇게 할 실질적 자유가 없는 것이다. 이렇듯 객관적 행복을 위해서는 경제적 조건도 필요하다.

다행히도 현대 사회에서는 많은 국가가 정치적 민주주의와 놀라운 경제 성장을 이루었다. 이런 환경은 사람들에게 객관적 행복, 즉 자아실현의 행복을 가능하게 만들어준다. 이는 많은 사람이 자기의 잠재력을 펼칠 수 있게 되었다는 것을 뜻한다. 이렇게 좋은 환경에 놓여있는데도 주관적 행복만을 추구하는 짓은 매우 어리석은 일이다. 하지만 현대에도 주관적 행복을 추

8) 생산관계에 바탕을 둔 발전단계를 인류사회에 해당시키는 학자는 노예제를 들어, 노예 대(對) 노예소유자의 계급관계에 따라 지배되는 사회를 고대사회라고 규정 (두산 백과 고대 사회 참조.)

9) 경제적 민주주의에 대응하여 쓰이는 개념. 18세기로부터 19세기 초기의 민주정치의 특성을 가리킬 때가 많음. 개인주의·자유주의를 중심으로 개인의 자유와 평등 및 창의를 존중하되, 소득분배의 경제정의, 경제적 약자(無産大衆)의 생존보장에 소홀했던 점이 바이마르헌법에 의해 수정된 뒤, 소위 사회적 민주주의가 등장하게 된 것임. (네이버 지식백과 정치적 민주주의 [政治的 民主主義] (법률용어사전, 2023. 01. 15., 이병태) 참조.)

10) 영국의 사상가 아이자이아 벌린(Isaiah Berlin)이 옥스포드대학 치체리 강좌의 취임강의 '2가지 자유 개념'(1958)에서 제출한 구분. '소극적인 의미'에서 자유란 <어떤 주체가 타자로부터 간섭을 받지 않고, 자신이 가능한 것을 하거나 있을 수 있는 상태가 되는 것이 방임되는 범위는 어떠한 것인가>라는 질문을 이끌어 '타인에 의한 간섭의 부재'라는 소극적인 기준에 의해 자유를 파악하는 것임. '적극적인 의미'에서의 자유란 <어떤 사람이 저것이 아니라 이것을 하는 것, 저것이 아니라 이것임을 결정할 수 있는 통제력의 원천은 무엇인가>라는 질문을 던져 타인이 아니라 자신이 결정하였다'고 대답하였을 때 거기에 함의된 '자기지배'(자기 결정)라는 의미에서의 자유를 말함. (네이버 지식백과 소극적 자유/적극적 자유 [negative freedom/positive freedom] (21세기 정치학대사전, 정치학대사전편찬위원회) 참조.)

11) 개인의 권리가 보장되고 자기소유권이 침해되지 않는 상태를 형식적 자유로, 거기에 더하여 개인이 하고 싶은 바를 행할 기회가 최대한으로 주어진 상태를 실질적 자유라고 구분 (경남신문, 감정기 2020.06.23., <https://www.knnews.co.kr/news/articleView.php?idxno=1327938> 참조)

구하라고 이야기하는 경우가 많다. 술이나 담배를 권유하거나 자기 월급의 절반 이상 지출해야 하는 슈퍼카를 할부로 구매하는 것 등이 그 예시다. 이는 인간에게 매우 해로운 영향을 준다. 현재에 만족하면서 살라는 것, 즉 주관적 행복에 집중하라고 권유하여 자아실현의 욕구를 깎아내리기 때문이다. 주관적 행복에 전념하면 객관적 행복을 성취할 길이 차단된다. 결국 현대 사회에서는 질병, 노년, 극도의 빈곤 등 특별한 경우가 아니라면 자아실현, 객관적 행복을 위해 노력해야 한다. 이것이 궁극적 행복에 도달하는 시대를 초월한 진리이다.