Article

Human and Culture
(Hum Cult) 2026 October
Vol. 1, No. 2, 69–82
https://doi.org/10.66915/HNC.2026.1.2.2

Received: September 02, 2026
Revised: October 20, 2026
Accepted: October 20, 2026
Published: November 30, 2026

The problem of aging in early Buddhism: Doctrinal meaning and contemporary implications of jarā-maraṇa in the Nikāyas

Pilwon Lee

Professor, Liberal Arts and Convergence Education Institute, Dongguk University WISE Campus, Republic of Korea

초기불교에서의 노화(老化) 문제: 니카야를 중심으로 본 자라마라나(jarā-maraṇa)의 교리적 의미와 현대적 함의

이필원

동국대학교 WISE캠퍼스 교양융합교육원 교수

Correspondence to Pilwon Lee, leepwon@gmail.com

Abstract

This paper examines the problem of aging in early Buddhism through an analysis of the concept of jarā-maraṇa (aging-death) as presented in the Pāli Nikāyas. While contemporary gerontology tends to frame aging primarily as a process of biological decline to be managed or overcome, the early Buddhist texts treat aging and death as inevitable conditions of human existence and as a starting point for liberating insight. Employing a philological approach combined with comparative reading across the Nikāyas, this study first analyzes the etymology, usage, and canonical definitions of jarā and maraṇa, including the formulaic definition of the Mahāsatipaṭṭhāna Sutta (DN 22), and clarifies the semantic structure of the compound jarā-maraṇa. The study then locates the concept within the doctrinal framework of early Buddhism: as a paradigmatic mode of dukkha in the First Noble Truth, and as the final link of the twelvefold formula of dependent arising (paṭiccasamuppāda), conditioned by birth (jāti). It is argued that the canonical formula presents a directional relation of conditionality rather than a symmetrical interdependence, so that jarā-maraṇa functions as the analytical unit from which the chain of conditions is traced backward. The paper then interprets aging through the Three Marks of Existence—impermanence (anicca), non-self (anattā), and dukkha—showing that the aging body offers a privileged field in which these marks are experientially verified, and analyzes the Jarāvagga of the Dhammapada (vv. 146–156) together with practices such as mindfulness of death (maraṇasati). The paper concludes that early Buddhism transforms aging from an object of avoidance into an occasion for practice and insight, and draws out the implications of this understanding for mental health, care ethics, and spiritual well-being in contemporary aging societies.

Keywords: aging, jarā-maraṇa, early Buddhism, Nikāya, dependent arising, Three Marks of Existence, mindfulness of death

국문요약

본 논문은 초기불교의 노화 이해를 니카야에 나타난 자라마라나(jarā-maraṇa) 개념을 중심으로 분석한다. 현대 노년학이 노화를 관리하고 극복해야 할 생물학적 쇠퇴로 접근하는 경향이 있는 것과 달리, 초기불교는 노화와 죽음을 인간 존재의 필연적 조건으로 파악하고 해탈로 향하는 통찰의 출발점으로 삼는다. 본 연구는 문헌학적 접근과 니카야 상호 비교를 결합하여, 먼저 jarā와 maraṇa의 어원과 용례, 대념처경(DN 22)의 정형구 정의를 검토하고 복합어 jarā-maraṇa의 의미 구조를 밝힌다. 이어 노화를 사성제의 고성제가 제시하는 괴로움의 대표적 양상으로, 그리고 12연기의 마지막 항목으로서 생(jāti)에 조건지어진 결과로 자리매김한다. 이때 니카야의 정형구는 대칭적 상호의존이 아니라 방향성 있는 조건 관계를 제시하므로, 자라마라나는 괴로움의 조건을 역으로 추적하게 하는 분석 단위가 됨을 논증한다. 나아가 삼법인의 관점에서 노화를 무상(anicca)·무아(anattā)·고(dukkha)를 체험적으로 확인하는 핵심

OPEN ACCESS

ISSN: 3140-1112

© 2026 Author(s)

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons CC BY 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

영역으로 해석하고, 법구경 자라박가(146–156게송)와 죽음에 대한 사티(maraṇasati) 등 수행론적 맥락을 분석한다. 결론적으로 초기불교는 노화를 회피의 대상이 아니라 수행과 통찰의 계기로 전환시키며, 이러한 이해가 현대 고령사회의 정신건강, 돌봄 윤리, 영적 웰빙 논의에 제공하는 함의를 제시한다.

주요어: 노화, 자라마라나, 초기불교, 니카야, 연기, 삼법인, 죽음에 대한 사티

1. 서론 (Introduction)

1.1. 문제 제기와 연구 목적

전 세계적으로 급속한 고령화가 진행되면서 노화 문제는 21세기의 핵심 사회적 과제로 부상하고 있다. 세계보건기구(WHO)는 60세 이상 인구가 2020년 10억 명에서 2030년 14억 명, 2050년에는 21억 명에 이를 것으로 전망한다(World Health Organization, 2025). 이러한 인구 구조의 변화는 노화를 단순한 개인의 생물학적 과정이 아니라 사회·문화적 차원에서 재구성해야 할 문제로 만들고 있으며, 노화에 대한 근본적 이해와 접근 방식의 전환을 요구한다.

현대 사회에서 노화는 주로 생물학적 쇠퇴와 사회적 부담이라는 관점에서 논의되어 왔다. 노년학은 '건강한 노화'나 '성공적 노화'와 같은 개념을 제시해 왔지만, 그 논의의 중심은 대체로 기능의 유지와 관리에 놓여 있다. 그 결과 노화는 '극복해야 할 문제'로 환원되기 쉽고, 늙음이 갖는 존재론적·영적 의미는 상대적으로 주변화되는 경향이 있다.

반면 초기불교는 노화(jarā)와 죽음(maraṇa)을 인간 존재의 필연적 조건으로 파악하고, 이를 괴로움(dukkha)의 핵심 국면이자 해탈로 향하는 통찰의 출발점으로 다룬다(Chau, 2024). 사성제의 고성제에서 '늙음도 괴로움'이라고 밝히는 진술은 노화를 단지 생물학적 사실로서가 아니라, 집착과 무지의 구조 속에서 경험되는 괴로움의 양상으로 제시한다. 이런 관점에서 노화는 '피해야 할 사건'이 아니라, 무상(anicca)·무아(anattā)·고(dukkha)의 이해를 심화시키는 계기로 전환될 수 있다.

특히 자라마라나(jarā-maraṇa)는 12연기(緣起)의 연쇄에서 생(jāti)에 조건지어진 결과로 제시되면서도, 동시에 존재의 조건성 자체를 통찰하도록 촉구하는 분석 단위를 이룬다. 즉 자라마라나는 '끝'이 아니라, 괴로움의 조건을 거꾸로 탐구하게 하는 출발점이 될 수 있으며, 이 지점에서 노화는 교리적 의미와 수행론적 함의를 동시에 갖는다.

본 연구는 초기불교 경전에 나타난 노화 개념을 자라마라나(jarā-maraṇa)를 중심으로 분석하여, 그 교리적 의미를 체계적으로 규명하는 것을 1차 목표로 삼는다. 나아가 이러한 분석을 현대 고령사회가 직면한 정신건강, 돌봄 윤리, 영적 웰빙의 문제와 연결하여, 초기불교의 노화 이해가 제공할 수 있는 현대적 함의를 논증하고자 한다.

1.2. 연구 범위와 방법론

본 연구는 문헌학적 접근(philological approach)과 비교연구(comparative method)를 결합하여, 초기불교 경전에 나타난 자라마라나(jarā-maraṇa) 개념의 의미 층위를 분석한다. 구체적으로 팔리어(Pāli) 원문의 어원·용례·문맥을 정밀하게 검토하고, 니카야 상호 비교를 통해 개념의 변별점을 확인한 뒤, 그 교리적 위치(사성제·12연기)와 수행론적 함의를 종합적으로 논의한다.

시간적 범위는 일반적으로 '초기불교(early Buddhism)'로 지칭되는 교리 형성기의 핵심 층위를 대상으로 한다. 본 연구에서는 후대 주석서나 종파적 교리 체계를 직접적인 해석 근거로 삼기보다, 초기 경전층의 공통 분모를 중심으로 노화(jarā)와 죽음(maraṇa), 그리고 자라마라나(jarā-maraṇa)의 의미를 재구성한다.

1차 자료는 팔리 5부 니카야(Pāli Nikāya)를 중심으로 하며, 여기에서 한역 아함은 제외한다.

2차 자료는 초기불교 연구의 주요 학술서와 논문을 활용하되, 특히 연기(緣起)·사성제의 구조 속에서 jarā-maraṇa를 해명한 연구 성과를 중심으로 검토한다.

문헌학적 방법은 (1) 핵심 용어의 어원·형태 분석, (2) 용례의 범주화, (3) 문맥과 담론 구조(사성제·12연기) 속 위치 파악의 절차로 수행한다. 이 과정에서 단일 구절의 의미를 고립시키기보다, 동일 어휘가 반복되는 서술 환경과 논증 맥락을 함께 고려하여 해석의 임의성을 최소화한다.

1.3. 선행연구 검토 및 본 연구의 의의

한편 해외 연구에서도 jarā(노화) 및 jarā-maraṇa(노사)를 12연기 및 고(dukkha)의 구조 속에서 해석하려는 시도가 이루어져 왔다.

예컨대 Jurewicz (2000)는 12연기(pratītyasamutpāda)의 항목 배열이 베다 우주창생론(cosmogony), 특히 『리그베다』 X.129 Nāsadīya Sūkta와 담론적 대화 관계에 있음을 논증하면서, 연기의 연쇄를 베다적 창조 도식에 대한 비판적 재구성으로 읽어낸다.

또한 Somaratne는 초기불교에서 “생·노·사”가 실존적 고통의 핵심 양상임을 논증하고(Somaratne, 2018a), 고(dukkha)의 ‘느껴지는 층위’와 ‘규정되는 층위’를 구분하여 교리적 진술의 성격을 정리한다(Somaratne, 2018b).

초기불교와 노화 문제에 대한 선행연구는 대체로 (1) 연기·사성제 해석을 중심으로 한 교리 연구, (2) 노년·죽음·돌봄 등 현대 의제와의 접속을 시도한 응용 연구, (3) 명상·윤리 실천의 임상적 효과를 검증한 실증 연구로 나눌 수 있다. 본 절에서는 이 가운데 본 연구의 문제의식과 직접 연결되는 교리 연구를 우선적으로 검토한다.

첫째, 12연기와 사성제의 결합 구조를 해명한 연구들은 자라마라나(jarā-maraṇa)를 ‘결과’로만 환원하지 않고, 괴로움의 조건을 드러내는 분석 단위로 위치시킨다. 예컨대 김홍미는 『상윳타 니카야』「인연상응」의 연기 유형을 분석하면서, 노사(老死)의 발생을 겨냥한 통찰 구조가 여러 연기 연쇄에 걸쳐 반복된다고 논의한다(Kim, 2009). 또한 사성제 서술 틀에 12연기 요소가 결합되는 방식과 그 의미를 정리하여, jarā(노화)를 고(dukkha)의 범주 안에서 ‘진리-통찰’ 구조로 해명한다(Kim, 2012).

둘째, 12연기를 ‘순관(順觀)의 윤회 설명’에 한정하지 않고 역관(逆觀)의 분석으로 전환하려는 연구는 자라마라나를 출발점으로 삼아 조건성을 탐구하는 방법론을 제시한다. 우동필은 역관의 12연기 해석을 통해 노사에서 출발해 조건을 거꾸로 추적하는 방식이 중도 이해와 결합된다고 주장하며(Woo, 2015), 나아가 니카야 문맥을 토대로 중론의 12연기 해석을 재검토함으로써 jarā-maraṇa 논의가 단순한 ‘삼세양중인과’ 도식으로 환원될 수 없음을 보여준다(Woo, 2016).

셋째, 현대적 적용을 전면에 내세운 연구와 실증 연구들은 노화·죽음·돌봄·정신건강과 같은 의제를 다루는 데 기여하지만, 초기 경전의 원전 분석과 직접 연결되지 못한 한계가 반복된다. 따라서 본 연구는 응용적 논의를 선행시키기보다, jarā-maraṇa의 교리적 의미를 먼저 정밀하게 규명한 뒤 그 함의를 단계적으로 연결하는 방식을 취한다.

요컨대 기존 연구의 한계는 ① 초기 경전층에 대한 원전적 분석의 부족, ② 노화(jarā)와 죽음(maraṇa)을 분절적으로 다루는 경향, ③ 교리적 이해와 현대적 적용 사이의 논증 고리 약화로 요약된다. 본 연구는 자라마라나(jarā-maraṇa)를 ‘노화와 죽음’의 병렬적 묶음이 아니라, 조건성에 대한 통찰을 촉발하는 핵심 개념으로 재정의하고, 연기·사성제·삼법인의 교차 지점에서 그 의미를 재구성함으로써 이러한 공백을 보완하고자 한다.

2. 초기불교 경전에서의 노화 개념: 문헌학적 접근

2.1. 팔리어 자라(jarā)와 마라나(maraṇa)의 어원과 용법

2.1.1. jarā-maraṇa의 복합어 구조 분석

초기불교 경전에 나타난 노화 개념을 정확히 이해하기 위해서는 먼저 팔리어 원문에 대한 언어학적 분석

이 선행되어야 한다. jarā-maraṇa는 jarā(노화)와 maraṇa(죽음)가 결합된 복합어로, 12연기법의 최종 고리를 이루는 핵심 개념이다.

jarā의 어원적 배경을 간단히 정리하면, 이는 산스크리트어 jarā 및 관련 어근군과 연결되며 '쇠퇴·소모·노쇠'의 의미 영역을 갖는다. 팔리어 문헌에서 jarā는 신체적 노쇠를 지시하는 용법이 중심이지만, 문맥에 따라 정신적·존재론적 차원의 '쇠퇴'까지 포함하는 포괄적 의미로 확장된다. 따라서 jarā를 단순한 생물학적 현상으로만 환원하기보다, 괴로움(dukkha)의 성격을 드러내는 교리적 어휘로서 함께 해석할 필요가 있다.[1]

maraṇa는 산스크리트어 어근 mṛ('죽다') 계열과 연결되는 '죽음'을 뜻하는 명사로, 경전 문맥에서는 생명 과정의 종결을 가리킨다. 팔리어에서 maraṇa는 중성 명사로서 사건·상태로서의 죽음을 지시하며, jarā와 결합할 때는 '노화—죽음'의 연속적 국면을 한 덩어리로 표지한다.

jarā-maraṇa는 jarā(노화)와 maraṇa(죽음)가 결합된 복합어로, 12연기에서 생(jāti)에 조건지어진 결과 항목으로 제시된다. 이 복합어를 해석할 때에는, 노화와 죽음이 단순 병렬 목록이 아니라 괴로움의 전개를 이루는 연속적 국면이라는 점(노화가 죽음으로 이행하는 과정)을 염두에 둘 필요가 있다. 이러한 언어학적·문맥적 고려는 자라마라나를 단순한 '노년기 현상'이 아니라, 조건성 통찰의 핵심 표지로 읽어내는 데 기초가 된다.

2.1.2. 니카야별 용례 비교 연구

이 절에서는 니카야별로 jarā-maraṇa의 대표적 용례를 선별하여, (1) 교리적 설명 맥락, (2) 실존적·윤리적 성찰 맥락, (3) 수행론적 맥락으로 구분해 간략히 정리한다.

① 『디가 니카야』에서의 용법: 『디가 니카야』에서는 주로 교리적 설명의 맥락에서 jarā-maraṇa가 등장한다. 특히 Mahānidāna Sutta에서는 12연기법의 상세한 설명 중에 jarā-maraṇa가 체계적으로 분석된다.

> '생을 조건으로 하여 노화와 죽음[이 있고], 노화와 죽음을 조건으로, 슬픔, 탄식, 고통, 근심, 절망이 일어난다.'(DN. 15 Mahānidāna Sutta; DN. II, pp.56–57).[2]

② 『상윳타 니카야』에서의 용법: 『상윳타 니카야』에서는 jarā-maraṇa가 가장 체계적으로 다뤄진다. 특히 Nidāna Saṃyutta(SN 12)에서 연기법의 맥락에서 반복적으로 언급되며, Jarāmaraṇasutta(SN 12.71)는 이 개념만을 전적으로 다룬 짧은 경전이다.
흥미롭게도 SN 3.3에는 Jarāmaraṇasutta라는 또 다른 경전이 있는데, 여기서는 파세나디 왕과 붓다의 대화를 통해 노화와 죽음의 불가피성이 다뤄진다.

> '세존이시여, 태어난 자에게 늙음과 죽음 외의 다른 길이 있습니까?' '없습니다, 대왕이여. 태어난 자에게는 늙음과 죽음을 벗어나는 길이 없습니다'(SN. I, p.71).[3]

위 경문 뒤에 이어지는 내용은 왕족(khattiya), 바라문(brāhmaṇa), 부유한 장자(gahapati)가 되었든 "그들이 태어났다면 늙음과 죽음을 피할 수 없습니다."라는 내용이 이어진다.

③ 『앙굿타라 니카야』에서의 용법: 『앙굿타라 니카야』에서는 수행론적 맥락에서 jarā-maraṇa가 언급된다. Ṭhāna Sutta(AN 5.57)에서는 일상적 성찰의 대상으로 제시된다:

> "나는 늙음을 본질로 하는 존재이며, 늙음을 벗어나지 못한다"라고 여성이나 남성이나 재가자나 출가

1 PED, s.v. jarā.
2 "Jātipaccayā jarā-maraṇaṃ jarā-maraṇa-paccayā sokaparidevadukkhadomanass'upāyāsā sambhavanti."
3 "Atthi nu kho, bhante, jātassa aññatra jarā-maraṇā?" "N'atthi kho, mahārāja, jātassa aññatra jarā-maraṇā."

자는 자주 성찰해야 한다.(AN. III, p.71).[4]

④ 『담마파다』에서의 용법: 『쿳다카 니카야』의 『담마파다』에서는 시적 표현을 통해 jarā의 의미가 구체적으로 묘사된다. Jarāvagga(Dhp 146–156)는 노화만을 다룬 장으로, 148번 게송이 특히 주목할 만하다:

이 몸은 완전히 낡아빠졌고, 질병의 둥지이며 부서지기 쉽다.
이 부패한 몸은 부서지나니, 삶은 참으로 죽음으로 끝난다.(Dhp.148)[5]

이상의 내용들은 이하에서 자세히 언급할 것이다.

2.2. 사성제(四聖諦)에서의 노화: 고성제(苦聖諦)의 구성 요소

2.2.1. Dhammacakkappavattana Sutta의 원문 분석

초기불교에서 노화 개념의 교리적 위치를 정확히 파악하기 위해서는 Dhammacakkappavattana Sutta(SN 56.11)의 원문 분석이 필수적이다. 붓다의 최초 설법으로 알려진 이 경전에서 노화는 고성제의 핵심 구성 요소로 제시된다:

"비구들이여, 이것이 고성제이다: 태어남도 괴로움이요(jātipi dukkhā), 늙음도 괴로움이요(jarāpi dukkhā), 죽음도 괴로움이며(maraṇampi dukkhaṃ), 슬픔, 애도, 고통, 불쾌, 절망도 괴로움이다. 싫어하는 것과 만남도 괴로움이요, 좋아하는 것과의 이별도 괴로움이며, 원하는 것을 얻지 못함도 괴로움이다. 요약하면 오취온은 괴로움이다."[6]

이 구절에서 주목할 점은 jarā가 단독으로 언급되어 maraṇa와 구별된다는 사실이다. 이는 노화가 죽음과는 독립적인 고통의 영역임을 시사한다. 더욱 중요한 것은 jarāpi dukkhā의 구문에서 pi라는 불변화사가 사용된 점인데, 이는 "~도 또한"의 의미로 노화가 다른 고통들과 동등한 지위를 갖는다는 것을 강조한다.[7]

2.2.2. 생로병사(生老病死)의 체계적 의미

Dhammacakkappavattana Sutta에서 제시된 생로병사(jāti-jarā-vyādhi-maraṇa) 구조는 인간 존재의 시간적 전개 과정을 체계화한 것이다. 여기서 jarā(노화)는 jāti(태어남)와 maraṇa(죽음) 사이의 중간 단계로 위치하며, vyādhi(질병)와 함께 생애 과정에서 필연적으로 마주치게 되는 고통으로 제시된다.

붓다는 다른 곳에서 노화와 죽음에 대해 더욱 구체적으로 정의한다:

비구들이여, 노화란 무엇인가? 이런저런 중생들의 이런저런 중생 종류에 있어서의 노화, 늙음, 이 빠짐, 희어짐, 주름짐, 수명의 감소, 기능들의 쇠퇴, 이것을 노화라고 한다.[8]
비구들이여, 죽음이란 무엇인가? 이런저런 중생들의 이런저런 중생 종류에 있어서의 타계, 소멸, 파

4 "Jarā-dhammo'mhi jaraṁ anatīto' ti, abhiṇhaṁ pacc'avekkhitabbaṁ itthiyā vā purisena vā gahaṭṭhena vā pabbajitena vā."
5 "Parijiṇṇam idaṃ rūpaṃ, roganīḷaṃ pabhaṅguraṃ. Bhujjati pūtisandeho, maraṇantañ hi jīvitaṃ."
6 SN. V, p.421. "Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ: jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, maraṇampi dukkhaṃ, sokaparidevadukkhadomanassupāyāsāpi dukkhā; appiyehi sampayogopi dukkho, piyehi vippayogopi dukkho, yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ—saṃkhittena pañcupādānakkhandhāpi dukkhā."
7 PED, s.v. pi.
8 DN.22, Mahāsatipaṭṭhānasutta, p.305. "Katamañca, bhikkhave, jarā? Yā tesaṃ tesaṃ sattānaṃ tamhi tamhi sattanikāye jarā jīraṇatā khaṇḍiccaṃ pāliccaṃ valittacatā āyuno saṃhāni indriyānaṃ paripāko, ayaṃ vuccati jarā"

> 괴, 사라짐, 죽음, 죽어감, 때가 됨, 온들의 파괴, 몸의 버림, 이것을 죽음이라고 한다.[9]

이러한 정의는 노화가 단순히 신체적 변화만이 아닌 존재론적 변화임을 보여준다. jīraṇatā(늙음)는 시간의 경과에 따른 자연스러운 과정이지만, khaṇḍiccaṃ(이 빠짐), pāliccaṃ(희어짐), valittacatā(주름짐) 등은 구체적인 신체적 변화를, āyuno saṃhāni(수명의 감소), indriyānaṃ paripāko(기능들의 쇠퇴)는 신체 기능의 쇠퇴를 나타낸다.

2.3. 생(jāti)과 노화·죽음(jarā-maraṇa)의 인과관계

12연기법에서 jarā-maraṇa는 jāti(생)에 직접적으로 조건지어진 최종 고리로 제시된다. 앞서 소개한 Mahānidāna Sutta에서는 이 관계가 명확히 설명된다.

> 생을 조건으로 하여(paccayā) 노화와 죽음이 있다. 늙음과 죽음을 조건으로 하여 슬픔, 탄식, 고통, 근심, 절망이 일어난다. 이와 같이 이 전체 고온의 집합이 생겨난다.[10]

여기서 paccayā는 직선적 인과관계가 아닌 연기적 조건관계를 나타낸다. 말하자면 노화와 죽음은 태어남을 조건으로 하는 것으로, 만약 태어남이 없다면 노화와 죽음도 없지만, 태어남이라는 하나의 사건으로 유발되는 혹은 기대되는 결과는 노화와 죽음만이 아니라는 것이다. 태어남이라는 사건은 늙음과 질병, 그리고 죽음이라는 일련의 결과를 조건짓는다는 의미를 'paccayā'라는 단어로 나타낸 것이라고 볼 수 있다. 이러한 조건 관계를 보다 명확하게 표현한 경문이 Gotama Sutta(SN 12.10)에서 확인된다.

> "비구들이여, 그때 나에게 이런 생각이 들었다.
> '무엇이 없으면 늙음과 죽음이 없을까? 무엇이 사라지면 늙음과 죽음도 사라질까?'
> 그러자, 비구들이여, 나는 세심한 관찰을 통해 지혜로 꿰뚫어 알게 되었다.
> '태어남(jāti)이 없으면 늙음과 죽음(jarā-maraṇa)은 없다.
> 태어남이 소멸하면 늙음과 죽음도 소멸한다.'"[11]

위 경문에서 태어남과 늙음과 죽음의 관계는 두 가지로 설명된다.
a) 태어남이 없으면(asati) → 늙음과 죽음은 없다
b) 태어남이 소멸하면(nirodhā) → 늙음과 죽음은 소멸한다

asati는 be동사인 atthi(to be)의 locative(처격) 형태의 부정형이다. 말하자면 태어남이라는 어떤 사건이 없다면, 늙음과 죽음이라는 사건도 없다는 의미이다. 반면 소멸한다는 의미인 nirodhā는 nirodha라는 남성명사의 ablative(탈격)형태로 '이유'를 나타낸다. 문법적으로 조금 더 설명하면, nirujjhati에서 파생된 명사인데, nirujjhati(파괴되다, 소멸되다)는 ni-rundhati의 passive(수동) 형태이다. 말하자면 a)는 단순히 어떤 사건의 존재여부에 따라 결과가 주어지는 직접적 조건 발생의 구조를 말한 것이라면, b)는 적극적인 수행을 통해 조건을 없애면, 그에 따라 결과로 기대되는 발생 구조를 없앨 수 있다는 의미라고 해석해 볼 수 있다. 태어남이라는 것은 주어진 것으로 이해하지만, 고타마 붓다는 이것을 적극적인 수행을 통해 그 구조 자체를 없

9 Ibid., "Katamañca, bhikkhave, maraṇaṃ? Yā tesaṃ tesaṃ sattānaṃ tamhi tamhi sattanikāye cuti cavanatā bhedo antaradhānaṃ maccu maraṇaṃ kālakiriyā khandhānaṃ bhedo kaḷevarassa nikkhepo, ayaṃ vuccati maraṇaṃ."

10 DN. II, p.56–57.

11 SN.II, p.10. "tassa mayhaṃ, bhikkhave, etadahosi — 'kimhi nu kho asati jarā-maraṇaṃ na hoti, kissa nirodhā jarā-maraṇanirodho'ti? tassa mayhaṃ, bhikkhave, yoniso manasikārā ahu paññāya abhisamayo — 'jātiyā kho asati jarā-maraṇaṃ na hoti, jātinirodhā jarā-maraṇanirodho'"ti.

앨 수 있다는 수행론의 맥락을 b)를 통해 제시한 것이다.

한편 십이연기의 관점에서 노사의 문제를 풀어가는 것이 가장 정형적인 형식이다. 그런데 단순히 십이연기의 항목을 나열하는 경우가 많은데, SN.12.20의 경우에서는 연기된 법들이 어떤 성격을 갖는 것인지를 명확히 정의하고 있다.

> 비구들이여, 연기된 법은 무엇인가? 비구들이여, 늙음과 죽음은 무상하고, 조작된(형성된) 것이며, 연기된 것이고, 소멸의 성질을 가지고 있으며, 사라짐의 성질을 가지고 있고, 이탐(탐욕을 떠남)의 성질을 가지고 있으며, 소멸의 성질을 가지고 있다.[12]

이는 jarā-maraṇa가 고정불변한 실체가 아니라 조건에 따라 생멸하는 현상임을 명확히 한다. khayadhammaṃ(소멸의 성질), vayadhammaṃ(사라짐의 성질), virāgadhammaṃ(이탐의 성질), nirodhadhammaṃ(소멸의 성질)이라는 네 가지 특성은 jarā-maraṇa 자체도 궁극적으로 극복 가능한 조건지어진 현상임을 시사한다.

한편 12연기의 조건관계를 현대적으로 해석하는 흐름 가운데에는, 틱낫한(Thich Nhat Hanh)의 상즉(interbeing) 개념처럼 연기를 사물들 사이의 전면적 상호의존으로 일반화하는 독법도 있다(Ko, 2013, p. 75). 그러나 앞서 확인한 바와 같이 니카야의 정형구는 jāti-paccayā jarā-maraṇaṃ, 곧 생에서 노사로 향하는 방향성 있는 조건 관계를 명시한다. 따라서 이러한 상호의존적 일반화를 초기 경전의 jarā-maraṇa 이해에 그대로 소급 적용하는 데에는 신중할 필요가 있으며, 자라마라나는 대칭적 상호의존의 항목이 아니라 조건의 방향을 따라 역으로 추적되어야 할 분석 단위로 남는다.

3. 초기불교의 노화 인식: 교리적 체계 분석

3.1. 삼법인(三法印)과 노화 현상

초기불교 교리의 핵심인 삼법인은 모든 현상의 근본적 특징을 무상(無常, anicca), 고(苦, dukkha), 무아(無我, anattā)로 규정한다. 이 세 가지 특징은 모든 존재를 이해하는 기본 틀이자 노화를 이해하는 근본 틀이며, 붓다는 이를 통해 노화를 단순한 생물학적 현상이 아닌 존재론적 진실로 제시했다. 본 절에서는 무상과 무아를 먼저 검토한 뒤, 양자의 통찰이 수행론적으로 수렴되는 지점으로서 고(dukkha)를 검토한다.

3.1.1. 무상(anicca): 노화를 통한 변화의 관찰

무상은 모든 조건지어진 존재(saṅkhārā)가 지속적으로 변화한다는 불교의 근본 통찰이다. 『담마파다』 277게송에서 붓다는 "모든 조건지어진 것들은 무상하다(sabbe saṅkhārā aniccā)"라고 명확히 선언한다. 노화는 이러한 무상성의 가장 명백하고 피할 수 없는 현현(顯現)으로서, 시간의 경과와 함께 일어나는 불가역적 변화 과정을 보여준다.

노화 과정에서 관찰되는 신체적 변화—주름, 백발, 감각기능의 쇠퇴—는 물질적 존재의 무상성을 직접적으로 보여주는 현상이다. 이러한 변화를 통해 수행자는 모든 현상이 조건에 의존하여 생멸한다는 연기법(paṭiccasamuppāda)의 진리를 체득할 수 있다.

특히 주목할 점은 붓다가 노화를 통한 무상 관찰을 단순한 철학적 사변이 아닌 구체적 수행법으로 제시했다는 것이다. Dhanuggahasutta(SN 20.6)에서는 노화 또는 죽음에 대해서 다음과 같이 표현한다.

> 비구들이여, 그 사람이 빠른 것보다도 해와 달은 더 빠르다. 비구들이여, 그 사람이 빠른 것과 해와 달

12 SN.II, p. 26. "Katame ca bhikkhave, paṭicca-samuppannā dhammā? jarā-maraṇaṁ bhikkhave, aniccaṁ saṅkhataṁ paṭicca-samuppannaṁ, khaya-dhammaṁ vaya-dhammaṁ virāga-dhammaṁ nirodha-dhammaṁ."

> 이 빠른 것보다도 신들은 더 빨리 달릴 수 있다. 그리고 그 신들이 빨리 달리는 것보다도, 수명의 작용은 더 빨리 종말에 이른다.
> 그러므로 비구들이여, 그대들은 이와 같이 '우리는 방일하지 않으리라'라고 배워야 한다.[13]

결국 노화는 수행의 원동력이자, 수행을 해야 하는 이유이기도 하다. 사실, 인생의 사고(四苦)에서 '생로병사'의 순서는 단순한 나열이 아니다. 지금까지 살펴본 바와 같이 '태어남'은 늙음과 질병과 죽음의 원인이다. 다시 '늙음'은 질병과 죽음의 연쇄적 반응을 일으키는 조건이 된다. 그렇기에 늙음 곧 노화를 직시한다는 것은 죽음을 직시하는 것과 직접적으로 연관된다. 그런 맥락에서 '방일하지 않으리라'라는 것을 학습해야 한다는 가르침은 매우 중요한 맥락을 갖는다.

3.1.2. 무아(anattā): 신체 변화와 자아 인식

무아는 고정불변한 자아나 본질이 존재하지 않는다는 불교의 핵심 교리이다. 노화 과정은 이러한 무아의 진리를 가장 명확하게 드러내는 현상 중 하나로, 자아에 대한 집착이 얼마나 허망한 것인지를 보여준다.

Anatta-lakkhaṇa-sutta(SN 22.59)에서 붓다는 오온(五蘊)의 각 구성요소에 대해 다음과 같이 질문한다.

> "비구들이여, 어떻게 생각하는가? 물질(색온)이 상주하는가, 무상한가?"
> "무상합니다, 세존이시여."
> "그러면 무상한 것이 괴로운 것인가, 즐거운 것인가?"
> "괴로운 것입니다, 세존이시여."
> "무상하고 괴로우며 변화하는 성질의 것을 '이것은 나의 것이요, 이것이 나이며, 이것이 나의 자아다' 라고 보는 것이 합당한가?"
> "그렇지 않습니다, 세존이시여."[14]

노화 과정에서 경험하는 신체적 변화—근력 감소, 기억력 쇠퇴, 감각 기능 저하—는 우리가 '나'라고 여겨온 것들이 실제로는 끊임없이 변화하는 조건적 현상에 불과함을 명백히 보여준다. 젊었을 때의 몸과 늙은 몸 사이에 동일한 실체가 지속되는 것이 아니라, 매 순간 조건에 따라 변화하는 과정만이 있을 뿐이다.

Mahāparinibbāna Sutta에서 붓다는 80세에 이른 자신의 늙은 몸을 가죽끈에 의지하여 겨우 움직이는 낡은 수레에 비유한 바 있으며(DN.II, p.100), 열반에 들기 직전 마지막 유훈으로 다음과 같이 말씀하신다:

> "자, 이제 비구들이여, 내가 그대들에게 말한다. 모든 조건지어진 것들은 소멸하는 성질이다. 방일하지 말고 정진하라!"[15]

이는 앞서 말한 바와 같이 모든 존재는 무상의 법칙을 피할 수 없음을 보여주며, 동시에 이러한 현실 인식이 오히려 깨달음으로 이끄는 원동력이 됨을 시사한다.

3.1.3. 고(dukkha): 노화와 괴로움의 체험적 이해

13 SN.II, p.266. "yathā ca, bhikkhave, tassa purisassa javo yathā ca candimasūriyānaṃ javo yathā ca yā devatā candimasūriyānaṃ purato dhāvanti tāsaṃ devatānaṃ javo, tato sīghataraṃ āyusaṅkhārā khīyanti. tasmātiha, bhikkhave, evaṃ sikkhitabbaṃ — 'appamattā viharissāmā'ti."

14 SN. III, p.67. "Rūpaṁ: niccaṁ vā aniccaṁ vā" ti? "Aniccaṁ bhante." "Yaṁ panāniccaṁ, dukkhaṁ vā taṁ sukhaṁ vā" ti? "Dukkhaṁ bhante." "Yaṁ panāniccaṁ, dukkhaṁ, vipariṇāma-dhammaṃ kallaṁ nu taṁ samanupassituṁ: 'Etaṁ mama, eso ham asmi, eso me attā'" ti? "No h'etaṁ bhante."

15 DN.II, p.156(DN.16, Mahāparinibbānasutta). "handa dāni, bhikkhave, āmantayāmi vo: vayadhammā saṅkhārā, appamādena sampādethā"ti. 이는 여래의 마지막 말씀(pacchimā vācā)으로 전해진다.

삼법인의 세 번째 표지인 고(dukkha)는 앞서 2장에서 살펴본 고성제의 교리적 규정과는 구별해서 검토될 필요가 있다. 고성제가 '늙음도 괴로움이다(jarāpi dukkhā)'라는 진리 차원의 규정이라면, 삼법인의 맥락에서 고는 무상한 것을 무상한 그대로 관찰할 때 수행자에게 직접 드러나는 체험적 국면이다. 니카야의 정형구는 "무상한 것은 괴로움이고, 괴로운 것은 무아이다"라고 하여 무상—고—무아로 이어지는 일련의 통찰을 제시하는데,[16] 노화는 이 연쇄가 관념이 아니라 자신의 몸에서 직접 확인되는 대표적 영역이다. 주름과 백발, 감각기능의 쇠퇴를 통해 무상을 확인한 수행자는, 그 무상한 것을 붙들려는 집착이 필연적으로 괴로움을 낳는다는 사실 또한 체험적으로 이해하게 된다.

이러한 체험적 이해가 수행론과 결합되는 전형적인 사례가 Nakulapitā-sutta(SN 22.1)이다. 늙고 병든 재가자 나쿨라피타가 "저는 늙었고, 나이 들었으며, 만년에 이르렀고, 몸은 병들어 자주 아픕니다"라고 호소하자, 붓다는 몸의 노쇠 자체를 부정하거나 미화하지 않은 채 다음과 같이 가르친다.

> '나의 몸은 병들지라도 나의 마음은 병들지 않으리라'라고, 장자여, 그대는 이와 같이 수행해야 한다.[17]

이 가르침은 노화의 고를 두 차원으로 구분한다. 늙어가는 몸의 고통은 조건지어진 존재에게 불가피하지만, 그 위에 덧붙는 마음의 고통은 집착의 산물로서 수행을 통해 내려놓을 수 있다는 것이다. 몸의 느낌과 마음의 느낌을 구분하고 '두 번째 화살'을 맞지 않는 성스러운 제자를 말하는 Salla-sutta(SN 36.6)의 구도 역시 같은 방향을 가리킨다. 요컨대 삼법인의 관점에서 노화의 고는 회피하거나 미화할 대상이 아니라 있는 그대로 관찰해야 할 대상이며, 바로 그 관찰을 통해 고통의 심리적 증폭이 해체된다는 점에서, 고는 무상·무아의 통찰과 더불어 노화를 수행의 계기로 전환시키는 핵심 고리가 된다.

3.2. 『담마파다』 「자라박가(늙음의 품)」 분석

『담마파다』의 11장인 「자라박가」는 노화에 대한 붓다의 직접적 교설을 시적 언어로 압축하여 제시한다. 이 장은 노화의 현실적 모습부터 그것을 초월하는 지혜까지를 체계적으로 다루며, 초기불교의 노화관을 종합적으로 보여준다.

3.2.1. 게송 146–156의 주제별 분류

「자라박가」의 11개 게송은 크게 네 가지 주제로 분류할 수 있다.

1) 노화의 현실 인식 (146–150게송)

146게송은 전체적인 문제 의식을 제기한다.

> "세상이 항상 불타고 있는데 무슨 웃음이며 무슨 즐거움인가?
> 어둠에 둘러싸여 있으면서 등불을 찾지 않는가?"(Dhp.146)

이는 생로병사의 고통으로 불타는 세상에서 무명에 둘러싸여 즐거워하는 인간의 모습을 경책하는 내용이다. pajjalite는 '타오르는'을 의미하며, 이는 불교의 핵심 비유인 '삼계화택(三界火宅)'을 떠올리게 한다.

148게송은 신체의 무상성을 직시하도록 한다.

16 SN.III, p.22(SN.22.15, Yadaniccasutta). "yadaniccaṃ taṃ dukkhaṃ, yaṃ dukkhaṃ tadanattā."

17 SN. III, p.1(SN. 22.1, Nakulapitusutta). 'Āturakāyassa me sato cittaṁ anāturaṁ bhavissatī' ti. Evaṁ hi te gahapati, sikkhitabbanti.

"이 몸은 완전히 낡아빠졌고, 질병의 둥지이며 부서지기 쉽다.
이 부패한 몸은 부서지나니, 삶은 참으로 죽음으로 끝난다."(Dhp.148)

parijiṇṇam(완전히 낡은), roganīḷaṃ(질병의 둥지), pabhaṅguraṃ(부서지기 쉬운)이라는 세 형용사는 신체의 취약성을 강조하며, pūtisandeho(부패한 몸)는 신체에 대한 미화된 인식을 해체한다. 이것은 불교의 수행법 가운데 하나인 부정관(不淨觀)과의 관련 속에서 이해할 수 있다.

149게송은 시각적 은유를 통해 노화의 실상을 보여준다.

"가을철 박 같이 흩어진 이 회색 해골들을 보고서 무슨 즐거움이 있겠는가?"(Dhp.149)

kāpotaka(회색)는 시신의 뼈 색깔이 회색빛임을 묘사하며, sārade(가을철)는 생명력이 쇠퇴하는 시기를 암시하는 표현들이다.

2) 법(法)의 영원성과 대조 (151게송)

"화려하게 장식된 왕의 수레도 낡아지고, 몸도 또한 늙음에 이른다.
그러나 선한 이들의 법은 늙지 않나니, 선한 이들이 선한 이들에게 말해준다."(Dhp.151)

이 게송은 물질적 존재(rājarathā, sarīra)와 정신적 가치(dhammo) 사이의 대조를 선명하게 제시한다. dhammo는 여기서 붓다의 교설뿐만 아니라 선한 이들이 체현하는 덕성(guṇa)을 의미한다.

3) 지혜 없는 노화의 허망함 (152게송)

"배움이 적은 이 사람은 소처럼 늙어간다.
그의 살코기는 늘어나지만, 그의 지혜는 늘어나지 않는다."(Dhp.152)

appassuta(배움이 적은)와 balībaddha(소)의 대비는 단순한 육체적 성장과 정신적 성숙의 차이를 부각시킨다. paññā(지혜)의 부재는 노화를 단순한 쇠퇴로 만든다는 의미이다.

4) 해탈의 성취와 과거에 대한 후회 (153–156게송)

153–154게송은 깨달음을 얻은 자의 선언이다.

"여러 생에 걸쳐 윤회하며 쉬지 않고 달려왔노라,
집 짓는 자를 찾으면서. 거듭되는 태어남은 괴로움이로다.
집 짓는 자여, 너를 보았노라! 다시는 집을 짓지 못하리.
너의 모든 서까래는 부러지고, 용마루는 무너졌노라.
마음은 무위에 이르러, 갈애의 소멸을 성취하였도다."(Dhp.153–154)

이는 붓다 자신의 깨달음의 순간을 묘사한 것으로 전해지며, gahakāraka(집 짓는 자)는 갈애(taṇhā)를 의인화한 표현이다. 노화와 죽음을 반복하게 하는 윤회의 원동력인 갈애를 완전히 극복했다는 선언이다. 이것은 완전한 깨달음에 대한 선언이기도 하다.

155게송은 젊었을 때 수행하지 않은 자들의 후회를 그린다.

> “젊었을 때 범행을 닦지 않고 재물을 얻지 못한 자들은
> 물고기가 다 떨어진 연못의 늙은 왜가리처럼 시들어간다.”(Dhp.155)

brahmacariya(범행)는 단순한 독신생활이 아닌 완전한 정신적 수행을 의미하며, dhana(재물)는 물질적 부와 함께 정신적 공덕을 포함한다. 젊은 시절 도덕적 완성을 위해 노력하지 않고, 경제적 자산을 만들지 못하는 것을 수행에 빗대어 설명한 것이다. 결국 늙어서는 수행하기 어렵다는 것을 비유적으로 표현하고 있다.

3.2.2. 노화에 대한 붓다의 직접적 교설

이상 살펴본 「자라박가」는 붓다의 노화관을 다음과 같은 핵심 메시지로 요약할 수 있다.

① 현실 직시의 필요성: 노화는 피할 수 없는 현실이며, 이를 부정하거나 미화하려는 시도는 더 큰 고통을 낳을 뿐이다. 146게송의 “어둠에 둘러싸여 있으면서 등불을 찾지 않는가?”라는 질문은 현실 도피의 무의미함을 지적한다.
② 무상성의 체득: 147–150게송을 통해 제시되는 신체의 쇠퇴와 죽음은 무상성을 직접 체험할 수 있는 기회다. 특히 149게송의 “가을철 박 같이 흩어진 회색 해골들”이라는 이미지는 maraṇasati(죽음에 대한 사티 혹은 죽음 명상)의 구체적 방법을 제시한다.
③ 법의 영원성: 151게송은 물질적 존재의 무상성과 대비되는 법(dhamma)의 불변성을 강조한다. 이는 노화 과정에서도 정신적·영적 가치는 오히려 성숙할 수 있음을 시사한다.
④ 지혜의 중요성: 152게송의 “소처럼 늙어가는” 사람과 지혜로운 노화의 대비는 단순한 시간 경과와 의미 있는 성숙의 차이를 보여준다. 노화 그 자체가 문제가 아니라 지혜 없는 노화가 문제라는 통찰이다.
⑤ 해탈의 가능성: 153–154게송은 노화와 죽음의 근본 원인인 갈애를 완전히 극복할 수 있음을 선언한다. 이는 노화를 단순한 생물학적 숙명이 아닌 영적 성장의 기회로 전환시키는 관점을 제시한다.
⑥ 시기적절한 수행: 155–156게송은 젊었을 때부터 시작해야 하는 수행의 중요성을 강조하지만, 동시에 지금이라도 늦지 않았다는 희망의 메시지를 담고 있다.[18]

「자라박가」는 단순히 노화의 부정적 측면을 강조하는 것이 아니라, 노화를 올바로 이해하고 받아들일 때 그것이 오히려 깨달음으로 이끄는 소중한 기회가 될 수 있음을 보여준다. 이는 현대의 안티에이징(anti-aging) 문화와는 정반대의 접근법으로, 노화를 적(敵)이 아닌 스승으로 바라보는 지혜를 제시한다.

4. 결론

본 연구는 초기불교 경전에 나타난 노화 개념의 교리적 의미를 문헌학적 방법론을 통해 체계적으로 분석하고, 이를 현대 고령사회의 과제와 연결하여 그 실천적 함의를 탐구하였다. 빨리 니카야의 원전 분석을 중심으로 자라마라나(jarā-maraṇa)의 언어적·철학적 의미를 규명하고, 이것이 현대의 노화 담론에 제공할 수 있는 새로운 패러다임을 제시하고자 하였다.

4.1. 연구 결과의 종합

첫째, 문헌학적 분석을 통해 자라마라나가 단순한 생물학적 현상을 넘어 존재론적 진실을 담고 있음을 확인하였다. 팔리어 jarā의 어원적 분석과 니카야별 용례 연구를 통해, 노화가 신체적 쇠퇴뿐만 아니라 정신적·

18 노화와 죽음에 대한 성찰을 지속적인 수행으로 확립하는 문제, 특히 죽음에 대한 사티(maraṇasati) 수행과의 연관에 대해서는 Anālayo (2003)를 참조.

영적 차원을 포괄하는 총체적 개념임을 밝혔다. 특히 십이연기법의 최종 고리로서 jarā-maraṇa는 태어남(jāti)에 조건지어진 필연적 결과이면서, 동시에 연기적 조건관계(paccayā)를 통해 극복 가능한 현상임을 논증하였다.

둘째, 사성제의 고성제에서 노화가 독립적인 고통의 영역으로 제시되며, 이것이 단순히 극복해야 할 문제가 아니라 깨달음으로 이끄는 중요한 통찰의 원천임을 확인하였다. Dhammacakkappavattana Sutta의 분석을 통해 jarāpi dukkhā(늙음도 괴로움)가 다른 고통들과 동등한 교리적 지위를 갖는다는 점을 명확히 하였다.

셋째, 삼법인의 관점에서 노화는 무상(anicca)·무아(anattā)·고(dukkha)를 체험적으로 이해하는 핵심 영역임을 제시하였다. 노화 과정에서 관찰되는 신체적 변화는 무상성의 직접적 현현이며, 자아에 대한 집착의 허망함을 드러내는 무아의 증거이자, 존재의 근본적 불만족성을 보여주는 고의 실상이다. 이러한 인식은 단순한 철학적 사변이 아닌 구체적 수행법으로 연결되어, '방일하지 않으리라'는 실천적 각성을 요구한다.

넷째, 『담마파다』 「자라박가」의 체계적 분석을 통해 붓다의 노화관이 현실 직시, 무상성 체득, 법의 영원성, 지혜의 중요성, 해탈의 가능성, 시기적절한 수행이라는 여섯 가지 핵심 메시지로 구성됨을 밝혔다. 특히 "소처럼 늙어가는" 사람과 지혜로운 노화의 대비는 노화 자체가 아닌 지혜 없는 노화가 문제라는 통찰을 제공한다.

4.2. 현대적 의의와 시사점

본 연구의 결과는 급속한 고령화로 인한 현대 사회의 과제에 다음과 같은 시사점을 제공한다.

첫째, 초기불교의 노화 이해는 현대의 안티에이징(anti-aging) 문화가 갖는 한계를 극복할 수 있는 대안적 패러다임을 제시한다. 노화를 '극복해야 할 문제'로만 보는 서구적 관점과 달리, 초기불교는 노화를 인간 존재의 필연적 조건으로 수용하면서도 그것을 영적 성장의 기회로 전환시킬 수 있는 지혜를 제공한다.

둘째, 자라마라나의 연기적 이해는 노화에 대한 과도한 두려움과 집착에서 벗어나 보다 건강한 노년기를 보낼 수 있는 심리적 토대를 제공한다. 최근 연구들이 실증적으로 확인한 바와 같이, 불교의 무상 이해와 명상 수행은 노인들의 정신건강에 실질적 도움을 제공하고 있다.

셋째, 법(dhamma)의 불변성에 대한 강조는 신체적 쇠퇴에도 불구하고 정신적·영적 가치가 지속되고 성숙할 수 있다는 희망적 메시지를 전달한다. 이는 노년기를 단순한 쇠퇴기가 아닌 지혜의 완성기로 재정의할 수 있는 철학적 근거를 제공한다.

넷째, 초기불교의 통합적 노화 이해는 현대의 파편화된 노년학 담론에 전인적 접근의 필요성을 제기한다. 생물학적 측면에 치우친 현대 노년학에 존재론적·영적 차원을 통합함으로써, 보다 포괄적이고 균형 잡힌 노화 담론의 구축이 가능하다.

4.3. 연구의 한계와 향후 과제

본 연구는 초기불교 경전의 원전 분석을 통해 노화 개념의 교리적 의미를 규명하는 데 중점을 두었으나, 다음과 같은 한계를 갖는다.

첫째, 초기불교 문헌에 한정된 연구로 인해 대승불교나 다른 불교 전통의 노화 이해와의 비교 분석이 충분히 이루어지지 못했다. 향후 불교 전통 전체를 아우르는 종합적 연구가 필요하다.

둘째, 교리적 분석에 치중하여 실제 불교 공동체에서 노화가 어떻게 경험되고 대응되었는지에 대한 역사적·사회학적 고찰이 부족하다. 초기 승가 공동체의 노승(老僧)에 대한 돌봄 체계나 재가자들의 노부모 봉양 실천 등에 대한 후속 연구가 요구된다.

셋째, 현대적 적용 방안에 대한 구체적 모델 제시가 미흡하다. 초기불교의 노화 이해를 현대의 노인 복지, 호스피스 케어, 노년 교육 등에 실제로 적용할 수 있는 프로그램 개발과 효과 검증 연구가 필요하다.

결론적으로, 초기불교의 자라마라나 개념은 노화를 단순한 생물학적 쇠퇴가 아닌 존재론적 진실로 인식하고, 이를 통해 무상·무아·고의 진리를 체득하여 궁극적 해탈에 이르는 수행의 기회로 전환시킬 수 있는 지혜를 제공한다. 이러한 통찰은 고령화 시대를 맞은 현대 사회에 노화를 바라보는 새로운 관점과 실천적 지침을 제시하며, 동서양 노화 담론의 창조적 융합을 통한 보다 성숙한 고령사회 문화 형성에 기여할 수 있을 것이다.

Author contributions

The author solely conducted the conceptualization, methodology, investigation, formal analysis, writing of the original draft, and review and editing of this manuscript. The author has read and agreed to the published version of the manuscript.

Funding

This research received no external funding.

Conflict of interest

The author declares no conflict of interest.

Use of generative AI

The author did not use generative AI or AI-assisted technologies in the preparation of this manuscript.

References

Anālayo. 2003. Satipaṭṭhāna: The direct path to realization. Birmingham (UK): Windhorse Publications.

Chau TM. 2024. The concept of aging in Buddhist philosophy: A path to wisdom and liberation. Buddho Journal 3(4), 48-61.
Available from: https://so13.tci-thaijo.org/index.php/Buddho/article/view/1435

Feer ML, editor. 1884-1898. The Saṃyutta-Nikāya. 5 vols. London (UK): Pali Text Society.

Jurewicz J. 2000. Playing with fire: The pratītyasamutpāda from the perspective of Vedic thought. Journal of the Pali Text Society 26, 77-103.
Available from: https://hasp.ub.uni-heidelberg.de/journals/jpts/article/view/27998

Kim HM. 2009. On the formulation of dependent origination (paṭiccasamuppāda) at Nidānasaṃyutta in the Saṃyuttanikāya [상윳따 니까야 인연상응(Nidāna-Saṃyutta)의 연기 유형]. Journal of Indian Philosophy [인도철학] 26, 177-209.
https://doi.org/10.32761/kjip.2009..26.007

Kim HM. 2012. On the combination of the Four Noble Truths and the dependent origination [사성제와 연기법의 결합에 대하여: 초기불전을 중심으로]. Journal of Indian Philosophy [인도철학] 35, 115-149. https://doi.org/10.32761/kjip.2012..35.004

Ko DM. 2013. Thich Nhat Hanh's interpretation of the twelve links of interdependent co-arising [12연기에 대한 틱냣한의 해석]. Journal of Ethics [윤리연구] 93, 61-87.
https://doi.org/10.15801/je.1.93.201312.61

Morris R, Hardy E, editors. 1885-1900. The Aṅguttara-Nikāya. 5 vols. London (UK): Pali Text Society.

Rhys Davids TW, Carpenter JE, editors. 1890-1911. The Dīgha Nikāya. 3 vols. London (UK): Pali Text Society.

Rhys Davids TW, Stede W, editors. 1921-1925. The Pali Text Society's Pali-English dictionary. London (UK): Pali Text Society.

Somaratne GA. 2018a. Birth, aging and death: Three existential sufferings in early Buddhism. International Journal of Buddhist Thought and Culture 28(2), 115-145. https://doi.org/10.16893/IJBTC.2018.12.28.2.115

Somaratne GA. 2018b. Felt and reckoned: Twofold dukkha in early Buddhism. International Journal of Buddhist Thought and Culture 28(1), 109-136. https://doi.org/10.16893/IJBTC.2018.06.28.1.109

von Hinüber O, Norman KR, editors. 1994. Dhammapada. Oxford (UK): Pali Text Society.

Woo DP. 2015. Paṭiccasamuppāda of paṭiloma: On the relation between paṭiccasamuppāda and majjhimā paṭipadā [역관(逆觀)의 십이연기: 십이연기와 중도의 관계]. Journal of Buddhist Studies [불교학연구] 44, 1-33. https://doi.org/10.21482/jbs.44..201509.1

Woo DP. 2016. Interpretation on pratītyasamutpāda of Madhyamaka-śāstra [니까야로 본 중론의 십이연기: 「관십이인연품」(觀十二因緣品)을 중심으로]. Journal of Buddhist Studies [불교학연구] 49, 199-231. https://doi.org/10.21482/jbs.49..201612.199

World Health Organization. 2025. Ageing and health. Geneva (Switzerland): World Health Organization [cited 2026 September 1]. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health