

## 플라톤의 건강관에 대한 고찰 - 『국가』를 중심으로 -

반 덕 진  
우석대학교 교양학부

### Abstract

#### A Study on Platonic View of Health in 『Politeia』

Duck Jin Ban

*Department of Humanities, Woosuk University*

A purpose of this study is to understand Platonic View of Health in 『Politeia』. Though Plato was not so much a doctor as a philosopher, he had health care of children at heart. He mapped out an ideal type of nation in 『Politeia』, and he founded a Akademeia in order to realize his dreams. In his course of education, he put emphasis on the problem of health.

He extended poetry education for mental health and physical education for physical health. He placed high value on mental health above physical health, and poetry education corresponds to our reading education of today. He perceived that reading had a considerable influence on mental health promotion.

According to his assertion, life style, too, had something to do with health condition. To lead a simple, temperate life makes one's health promote, on the other hand, to lead a complicated, intemperate life makes one's health injure. Moreover, he approved of a eugenic marriage and the law of jungle. If one is unable to take care of one's health oneself, he would rather die than live. We cannot accept this proposal by general consent, but we cannot be too careful of our health.

We can draw out a philosophy of health from Platonic View of Health. For example, the importance of health education, the preference of mental health, the influence of reading education, and responsibility for self-care, etc. We need to establish a philosophy of health scientifically by lasting study of records.

*Key Words : mental health, reading education, responsibility for self-care, the law of jungle, a philosophy of health*

## I. 문제 제기

현재 보건학 관련 논문의 대부분은 자료조사나 설문조사를 통한 조사연구의 형태를 띠고 있다. 보건학의 학문적 성격이 순수학문이나 이론과학이라기보다는 응용학문이나 실용과학에 가깝기 때문에 통계학적 연구방법이 주류를 이루고 있는 것은 어쩌면 당연한 것이다.

하지만 어떤 학문의 연구방법이 지나치게 실증적, 경험적, 수리적, 기계적인 방향으로 진행될 때 그 학문의 이론적 근거나 이념적 지향점이 불분명해질 수 있고, 이는 나아가 그 학문의 '정체성의 위기' (identity crisis)로 이어질 수 있다. 어떤 학문이 방법론상의 다양성에도 불구하고 그 학문의 존립 근거가 되는 이념이나 철학이 빈곤할 때, 그 연구 결과의 유용성이 제한받을 수도 있으며 그 학문의 내용과 범위에 자의성이 개입될 수도 있기 때문이다.

이런 점에서 현재 보건학의 연구방법과 발전방향이 이대로 좋은 지에 대한 내부적 검토가 필요하고, 21세기를 열어 가는 이 시점에서 향후 보건학이 지향하고 추구해야 할 이념적 가치나 철학적 근거를 점검해보는 것도 보건학의 조화로운 발전을 위해 유의하다고 본다.

자주 목격되는 우리의 보건복지 행정의 난맥상이 단순히 관계 공무원만의 책임인지, 아니면 명확한 보건이념이나 확고한 보건철학의 부재와 무관한 것은 아닌지, 그리고 이러한 책임으로부터 우리 보건학계는 얼마나 자유로울 수 있는지에 대한 자기점검의 기회를 가질 때가 된 것 같다.

17세기 데카르트에 의해 시작되어 뉴턴 과학에 의해 완성된 소위 '과학적 방법론'의 승리는 이후 지금까지 학문의 세계에 경험적, 반복적, 객관적, 수식적 표현으로 가능한 것만을 학문의 영역으로 인정하게 되고, 분명히 존재하지만 수학적 표현이 불가능한 비가시적, 형이상학적, 정신적 가치들은 철저하게 배제시켜 왔다. 오늘날 볼 수 있는 자연과학의 위세와 인문학의 위기는 바로 이와 같은 학문 방법론상의 문제와 무관하지 않은 것은 자명한 사실이다.

보건학의 경우 그 연구대상(focus)이 지역사회의 건강증진이고, 접근방법(approach)은 학제적 접근방법(interdisciplinary approach)인데, 문제는 학제적 공동연구가 제대로 수행되

려면 역학이나 통계학과 같은 자연과학적 접근도 필요하지만, 이에 걸맞는 인문사회과학적 접근도 필요한 바, 현재 보건학 관련 학회지에 수록된 논문들의 대부분은 그 방법에 있어 자연과학적 접근을 하고 있으며, 보건철학이나 보건윤리와 같은 인문 사회과학적 성격의 논문은 거의 찾아볼 수가 없다.

이러한 문제의식 하에 본 연구는 지금처럼 인간의 관심이 전문화되고 세분화되기 이전에, 그래서 인간과 사물을 있는 그대로 보는 통합적 시각을 지녔던 철학자들의 건강관을 살펴봄으로써 현대의 의학이나 보건학에 결핍된 건강 철학이나 보건이념과 관련된 실마리를 얻고자 시도되었다.

지금처럼 건강과 질병에만 현미경을 맞추는 부분적 관점이 아니라, 자연과 인간, 인식과 존재라는 총체적 관점에서 인간을 객관화시키고, 인간내부에서도 정신과 신체, 건강과 질병을 분리하지 않고 전체로 파악했던 전일적 관점에서 건강을 파악한 철학자들의 건강관은 보건철학 등을 정립하는데 적지 않은 시사점을 얻을 수 있다고 보기 때문이다.

그 시작 단계로 본 연구에서는 플라톤의 건강관에 대해 고찰해 보았다. 그 이유는 플라톤이 전인교육을 의미하는 인간교육에서 건강문제에 대해 천착한 최초의 인물이며, 건강의 중요성에 대해 그만큼 깊게 인식한 사상가를 거의 찾아볼 수 없기 때문이다. 본인의 줄고 「루소의 건강관에 대한 고찰」(『보 건교육·건강증진학회지』 제16권 1호)에서도 언급한 바 있지만, 루소의 『Emile』은 플라톤의 『Politeia』에서 적지 않은 영향을 받았고, 루소의 건강관도 플라톤의 그것에 크게 의존하고 있음을 알 수 있었다.

플라톤은 우리가 경험하는 현실세계의 모든 사물의 뒤에는 그 사물의 본질이 되는 그 본(idea)이 각각 있으며, 현실 속의 불완전한 모상(模像)은 그 이상적 원형을 그리워하고 회귀하기 위해 노력한다고 보았다. 그래서 현실 속의 다양한 국가들도 오직 하나만 존재하는 '이상국가'를 닮아가고, 사람들도 그 본이 되는 이상적 인간상을 추구한다는 것이다. 이런 관점에서 나온 것이 그의 『(이상)국가』(Politeia)인데, 이상국가를 다스릴 통치자는 곧 이상적인 인간상이 되고, 이러한 인간은 저절로 성장하는 것이 아니라 국가의 체계적인 교육 프로그램에 의해 양성된다.

예비 통치자를 위한 도야의 첫 과정이 건강증진이다. 어린 아이들을 심신이 건강한 인격체로 성장시켜, 장차 이상국가를 다스릴 통치자들로 배양한다는 구상인 것이다. 이런 의미에서 플라톤의 이상국가는 곧 '교육국가'이고 그 교육은 바로 '건강교육'에서 출발하는 것이다. 바람직한 인간형성을 위한 교육의 첫 단계로 제시된 건강교육이 의학자나 보건학자가 아닌 철학자에 의해 시도되었다는 점이 우선 시선을 끌며, 그 의미에 대한 새로운 조명이 필요하다.

물론 오늘날의 과학적 시각에서 볼 때 플라톤의 건강관이 그다지 정치하지 못한 점도 없지 않으나 방대한 시간적, 지역적 격차를 뛰어 넘어 오늘날에도 여전히 유효한 관점을 제공해주는

측면도 있으며, 최첨단의 현대의학이 간과하고 있는 건강의 본질에 대한 통찰은 의료의 생활화로 인해 마비된 일상에 매몰된 현대인에게도 자기건강관리의 소중함을 일깨워 준다.<sup>1)</sup>

## II. 플라톤의 지적 편력과 『국가』의 개관

‘20세기의 데카르트’로 평가되면서 하버드 대학교의 철학교수였던 영국의 화이트헤드(Whitehead, 1861~1947)는 “서양 철학은 플라톤 철학의 주석에 불과하다” 고 말할 만큼, 플라톤의 사상은 서양인의 사유체계와 인식작용에 절대적인 영향력을 미쳤다. 그러나 본 연구의 관심은 플라톤의 철학내용에 있는 것이 아니라, 그의 사상 속에 담겨있는 건강관을 중점적으로 살펴보는 데 있다. 여기서 플라톤의 건강관을 살펴보기 전에 그의 지적 편력과 사상의 형성과정을 먼저 알아보는 것이 도움이 될 것 같다.

플라톤은 기원전 427년 아테네의 명문가에서 3남 1녀 중 막내로 태어나 기원전 347년까지 80년의 생애를 살았다. 그의 형들인 아데이만토스(Adeimantos)와 글라우콘(Glaukon)은 『국가』에서 소크라테스와 대화를 나누는 상대자로 등장하고 있고, 그의 누나 포토네(Potone)의 아들인 스페우시포스(Speusippos)는 플라톤이 죽은 후 삼촌의 뒤를 이어 아카데미아(Akademeia)의 원장이 되었다.

플라톤은 소년기와 청년기를 전쟁의 참상과 정치적 혼란 속에서 보내게 된다. 한 때 정치에 대한 관심을 가져보았으나, 기원전 404년과 401년에 각기 수립된 30인 과두정체와 민주정체에 대한 환멸 때문에 정치적 관심을 버리게 된다. 게다가 기원전 399년 민주파의 정치지도자들에 의해 소크라테스가 억울하게 죽자, 이에 충격을 받고 친구와 함께 여행길에 오른다. 이때 그의 나이 28세였다. 이 사건은 순진한 정치지망생을 현실정치로부터 멀어지게 하는 한편, 그의 재능을 철학의 방향으로 선회하게 함으로써 역사상 큰 족적을 남기는 철학자가 되게 했다.

그는 40살이 되었을 때 남이탈리아(Magna Graecia)를 거쳐 시칠리아, 특히 이 섬의 동쪽 해안에 위치한 시라쿠사를 여행했다. 이때까지 그는 그의 초기 대화편들인 『소크라테스의 변명』, 『크리톤』, 『에우티포론』, 『카르미데스』, 『라케스』, 『이온』, 『프로타고라스』, 『고르기아

1) 이러한 플라톤의 건강관을 온전히 살펴보기 위해서는 방대한 그의 저작들을 모두 섭렵해야 하나, 본인의 능력이 이에 미치지 못할 뿐만 아니라, 플라톤의 건강관이 여기 지기에 분산되어 있기보다는 그의 대표작인 『Politeia』에 비교적 집중적으로 그리고 체계적으로 집약되어 있기 때문에, 이 책을 분석 대상으로 삼았다. 주요 텍스트로는 Oxford Classical Texts 중에서 J. Burnet가 편찬한 Platonis Opera의 제4권에 수록된 『Politeia』(1902)와 그 외 다수의 판본들을 참조하여 번역한 『국가·정체』(박종현 역, 서광사, 1997, 700쪽)를 저본으로 삼았다.

본 논문에서 사용하고 있는 401a, 492c... 등은 ‘스테파누스 쪽 수’(Stephanus pages)로 플라톤의 대화편을 인용할 때는 반드시 이 기호를 표기하도록 되어있음을 참고로 밝혀둔다.

스』, 『국가』 제1권을 저술했다.

기원전 385년, 42세에 아테네로 돌아온 그는 영웅 아카데모스(Akademos)를 모신 교외의 숲 속에 '아카데메이아'(Akademeia)라는 학원을 세워 본격적인 학문활동의 근거지로 삼았다. 그가 서양 대학의 기원이 되는 아카데메이아를 세운 의도가 무언인가는 『국가』의 전편을 통해 추측해 볼 수 있는데, 그가 이 책에서 구상한 '이상국가'의 건설에 필요한 유능한 인재들 집단적으로 양성하고자 했던 것으로 보인다. 플라톤이 이 학원을 세울 무렵부터 60세까지 저술한 대화편들은 중기 대화편들로 분류되며 『메논』, 『파이돈』, 『향연』, 『국가』(제2권~제10권), 『파이드로스』, 『파르메니데스』 등이다.

플라톤이 60세이던 기원전 367년에 시라쿠사의 디오니소스 I세가 죽고 그의 아들 II세가 그 뒤를 잇는다. 젊은 참주에게 그의 외삼촌인 디온이 철인통치 사상을 심어주기 위해 플라톤을 스승으로 모셔왔다. 플라톤이 이 초청에 응한 것은 이 참주에게 그의 철인정치의 꿈을 실현해 보려 함이었으나 그가 정작 철학에는 관심을 보이지 않아, 플라톤은 아테네로 귀향했다. 그의 나이 66세 때 다시 시라쿠사를 방문하게 되나 그 곳의 상황에 다시 실망감을 안고 다음해 아테네로 귀환했다. 이후 13년간 학문활동에 전념하다가 미혼으로 80세에 삶을 마감했다. 이 마지막 시기에 나온 저술들은 후기 대화편들로 분류되는 『티마이오스』, 『소피스테스』, 『정치가』, 『법률』 등이 그것이다.

『국가』는 플라톤 전집의 약 20%의 분량을 차지할 만큼 그 양도 방대하고 그 내용도 형이상학·인식론·윤리학·정시사상·심리학·교육론·예술론 등 다양한 분야를 망라하고 있어 플라톤 철학을 대표하는 저술로 평가된다.

그는 아테네의 몰락과정, 참주정치의 타락, 민주정부가 내린 스승 소크라테스에 대한 사형선고 등을 목도하면서 이 모든 것은 '정의(dikaiosyne)'가 부족하기 때문이며 어떻게 하면 가장 좋은 나라(이상국가)를 만들까 하는 문제의식 아래, 정의란 무엇이고 오직 정의로운 나라만이 좋은 나라일 수 있고, 정의로운 나라에서만 인간다운 삶이 실현된다는 그의 사상을 완성하게 된다.

『국가』는 전체 10권으로 구성되어 있으며 제1권은 전체의 서론에 해당되는 부분으로 정의란 무엇인가 하는 문제를 제기하고 있다. 제2권에서는 정의가 무엇인지를 밝히기 위해 우선 개인의 정의보다 나라 전체의 정의를 찾아보면서 가장 좋은 나라를 그려본다. 미래에 이상국가의 통치자가 될 어린이들이 먼저 배우게 되는 교육은 시가(문학과 음악)에 대한 교육임이 밝혀진다. 제3권에서는 시가교육에 이어 체육교육에 관한 논의가 전개된다. 제4권에서는 시민 전체가 최대한으로 행복할 수 있는 좋은 나라의 성립조건과 그것을 개인에 적용했을 때의 상태에 관한 논의가 전개된다. 즉 '아름다운 나라'(kallipolis)는 통치자들이 지혜(sophia)를, 수호자들이 용기(andreia)를, 생산자들이 절제(sophrosyne)를 실현하여 전체적으로 조화를 이

루는 가운데 정의(dikaiosyne)가 구현될 때 비로소 성립된다고 본다.

제5권에서는 이러한 훌륭한 나라를 현실화시킬 수 있는 제도적 장치에 대해 논의된다. 그러한 나라에 대한 실현은 ‘철인 왕’에 의해서만 가능하다는 사실이 드러난다. 제6권에서는 그러한 철학자를 양성하기 위한 교과과정과 함께 ‘태양의 비유’와 ‘선분의 비유’를 통해서 시도된 ‘선의 이데아’와 앎의 대상들 및 앎의 관계들에 대해 도식적으로 설명된다. 제7권에서는 ‘동굴의 비유’를 통해 가시적 현상의 세계와 이성으로 파악할 수 있는 실재의 세계에 대한 비유적 구분이 이루어지고, 이 실재의 세계에 대한 인식의 단계가 설명된다. 예비교육이 끝나고 변증술에 대한 단련을 거친 다음, 오랜 동안의 실무적 경험을 쌓게 되면 ‘선의 이데아’에 대한 인식의 길로 접어들어 마침내 50세에 이르러 철인 통치자들의 확보 가능성이 나타나게 된다. 제8권에서는 앞에 그려진 가장 좋은 나라가 명예정·과두정·민주정·참주정을 거쳐 퇴락하는 과정을 그려보며 그런 정체들을 닮은 사람들의 탄생과정에 대해서도 함께 살피게 된다. 제9권에서는 참주정체를 닮은 사람에 대한 언급으로 시작되는데 먼저 그런 사람이 어떻게 해서 탄생되며 그가 보이는 행태가 어떤 것인지에 대해 놀랍도록 적나라한 묘사가 나타난다. 제10권에서는 기존에 시가 담당했던 교육을 ‘훌륭한 국가’에서는 철학이 담당할 수밖에 없는 이유가 언급된다. 이어서 제1권에서 제시되었던 문제, 즉 정의로운 삶이 행복한가, 아니면 부정의한 삶이 행복한가의 문제에 대해 ‘에르’ 신화를 통해 대답하면서 전체의 막이 내린다. 이렇게 해서 제2권 첫머리에서 글라우콘이 소크라테스에게 물었던 질문에 대한 답이 나오게 되어, 정의는 그 자체로도 좋은 것이지만 그 결과 때문에도 좋은 것이 밝혀지게 된다.

이상에서 살펴본 것처럼 좋은 나라는 정의로운 나라이고 이성이 그 통치원리가 된다. 이성의 화신인 철인왕은 지혜를 사랑하고 추구하는 자이며 앎과 권력의 결합을 시도하는 자이다. 이상국가는 이성이 지배하는 사회로 이성이 개인적 삶이나 공동체적 삶의 원리가 되어야 하며 만약 기개나 욕망이 지배의 원리가 되면 폭군이 된다고 우려하면서 이상국가 실현을 위해 아카데미아를 설립했으나 그의 꿈이 현실 속에서 구현되지는 못했다.

### Ⅲ. 「국가」에 나타난 플라톤의 건강관

그리스인들에게 있어 건강은 소중한 자산인 동시에 이상과 목표였다(Sigerist, 1961). 문화에 대한 그리스적 이상은 건강에 대한 이상이었다(Jaeger, 1944). 건강 없이는 아름다움도 없으며, 정신과 신체의 완벽한 조화를 목표로 한 사회에서 건강은 당연히 소중한 것이었다. 이러한 사회에서 플라톤은 건강과 의술을 직업으로 하는 전문 의사는 아니었으나 바람직한 인간 형성의 중심에 건강을 위치시켰다.

## 1. 시가교육과 정신건강

플라톤은 이상국가를 다스릴 통치자(archontes)들은 다른 계급보다 그 임무가 소중한 만큼, 이에 적합한 재능을 가진 아이들을 선발하여 이들에게 체계적이고 전문적인 교육을 시켜야 한다고 생각했다.

그 첫 번째 교육으로 '정신을 위한 시가(詩歌)'(문학과 음악) 교육과 '신체를 위한 체육' 교육을 제시했다. 플라톤에게 있어 시가와 체육은 교육의 두 형식이자 기본 교과이다. 통치자의 교육은 지혜와 용기를 함께 추구하고 외관상 서로 대립적인 관계에 있는 정신적 능력과 신체적 능력의 조화를 추구하므로, 시가와 체육이 통치자의 기초 교육이 된다.

“신체(soma)를 위한 교육으로는 체육(gymnastike)이 있고 정신(psyche)을 위한 교육으로는 시가(mousike)가 있는데 체육보다 시가에 의한 교육부터 먼저 시작해야 한다. 시가에 포함되는 이야기(logos)에는 두 가지 종류가 있어서 그 중의 하나는 사실적인(alethes) 것이 있고, 다른 하나는 허구적인(pseudos) 것이 있다. 그들은 이 두 가지 교육을 다 받아야 하고 그 중에서 허구적인 것부터 먼저 받아야 한다.

우리가 어린이들에게 처음에 신화(mythos)를 들려주는데 신화는 대체적으로 허구이지만 사실적인 것도 어느 정도는 포함되어 있다. 우리는 어린이들에게 신체적인 것보다는 신화를 먼저 이용해야 한다.” (376e~377a)

이처럼 플라톤은 어린 아이들을 건전한 시민으로 양성하기 위해 시가와 체육을 심신단련의 기초교육으로 설정하고 있다. 그 중에서도 시가교육을 먼저 들면서 감수성이 예민한 순진 무구한 아이들에 대한 시가 교육은 그 내용이 바람직한 것이어야 한다고 주장한다. 그래서 시가의 내용이 되는 신화에 등장하는 신들에 관한 묘사에 있어서 시인들이 지켜야 할 규범에 관해 플라톤은 거듭 강조한다.

그런데 모든 일에는 시작이 가장 중요하다. 특히 교육에서는 그렇다. 어린 시절은 가소성이 높은 시기이므로, 이때에 한번 새겨진 것은 평생동안 영향을 주기 때문이다. 그래서 플라톤은 “모든 일에는 시작이 중요하고 특히 어리고 연약한 시절에는 유연성이 있기 때문에 인간이 만들고 싶은 상을 이때 새겨주어야 한다.” (377ab)고 말하고 있다. 따라서 평생동안 영향을 주는 이야기이니 만큼, 참다운 것과 거짓을 구분하여 후자는 교육의 내용에서 배제해야 한다고 본다. 그래서 플라톤은 “무엇보다 신화작가들을 감독해야 하고 훌륭한 이야기는 장려하되 그렇지 못한 이야기는 거절해야 한다.” (377c)고 말한다.

그러면 교육의 내용에서 추방시켜할 이야기는 어떤 것들일까. 그 당시 교육의 주요 텍스트는 호메로스의 『일리아스』, 『오디세이아』와 헤시오도스의 『신통기』였다. 특히 『신통기』

에 담긴 Uranos, Kronos, Zeus의 3대에 걸친 천상의 피비린내 나는 권력투쟁의 모습이나 신들의 장난이 플라톤에게는 비교육적으로 비쳤다. 플라톤의 눈에는 이 책들에 묘사된 신의 모습이 도대체 신답지 않은 것이다. 그의 눈에는 신들끼리 싸우고 음모를 꾸미며, 아들이 아버지를 살해하는 하극상 사건 등은 아이들의 교육에 해롭기 때문에 이러한 교육내용이 ‘이상국가’에서는 허용되면 안 된다. 그는 “어린아이가 처음 듣게 되는 이야기는 훌륭함(덕, arete)과 관련된 가장 훌륭하게 지어진 것들이어야 한다.” (377e)고 말하고 있다.

플라톤 시대에 신화는 보편타당한 교육의 텍스트로서 거의 유일하게 인정을 받고 있었기에 ‘신들에 관한 이야기’ (theologia)를 다룰 때 지켜야 하는 규범은 어떠한가 하는 문제는 동시에 시문학이 지켜야 하고 시문학에 허용되어야 하는 신화의 기본 특징과 유형에 관한 물음이기도 하다.

이러한 물음에 대한 답을 한 문장으로 요약하면 다음과 같다. “신은 어떠한 경우에도 선(善)이지 않으면 안 된다. 따라서 신은 결코 해롭지 않으며 선의 원인이지만 악의 원인은 아니다. 신은 훌륭함과 선함에서 부족함이 없기 때문에 불변의 모습으로 묘사되어야 하고 다양한 변신과 허위로 묘사되어서는 안 된다.” (379b~383e)는 것이다.

이러한 주장으로 플라톤은 호메로스와 헤시오도스가 묘사한 신의 모습에 반기를 들었는데, 이는 그 시대의 인생관과 세계관에 대한 도전이었다. 그에게 있어 신은 오직 선이므로 행복의 근원으로 묘사되어야 하며 선의 원인이자 선의 존재로서 신의 이해에 기초한 신화는 참된 신화이므로 인간의 정신을 바르게 도야할 수밖에 없다. 따라서 호머의 신화는 수정되어야 한다고 보는 것이다.

이상과 같이 플라톤은 시인들이 신화의 텍스트를 쓸 때 지켜야 할 2가지 규범을 제시하고 있다. 첫째로 신은 선하기 때문에 언제나 이롭게 묘사되어야 하고 둘째로 신은 모든 면에서 가장 훌륭한 존재이기 때문에 더 이상 완전해질 수 없고 따라서 불변의 모습으로 기술되어야 한다는 것이다. 그러나 호메로스나 헤시오도스의 신화에 나타나는 신들의 모습은 참되고 거룩한 숭배의 대상이 아니라, 난폭하고 이기적이며 욕구충족을 위해서는 다른 동물로의 변신도 마다하지 않는 속물적인 모습이었던 것이다.

“보모나 어머니들로 하여금 아이들에게 훌륭한 이야기를 들려주게 하여 그들의 손으로 아이들의 신체를 가꾸어주는 것 이상으로 그들이 신화로서 아이들의 정신을 형성해 주도록 해야 한다.” (377c)

이 말은 플라톤적인 생각을 잘 드러내주는 말이기도 하다. 몸가짐이나 마음가짐을 건강하게 갖도록 습성화함으로써 아이들의 인격을 건전하게 형성하게 하는 것이 이 기본 교육의 목표가 된다. 인격이나 성격은 이처럼 후천적으로 형성된다고 보기 때문이다.



그런데 당시의 시가교육은 오늘날에는 신화나 동화와 같은 문학작품들과 이들을 가사(logos)로 삼아 화음(harmonia)과 리듬(rhythmos)을 단 음악작품을 말한다. 이는 곧 오늘날 독서교육을 의미한다. 즉 독서를 통해 마음의 양식을 충분히 섭취시키고 좋은 성격을 형성시켜야 한다고 본 것이다. 어릴 적부터 훌륭한 내용의 이야기, 아름다운 말씨(eulogia), 좋은 리듬(eurhythmia)을 접하게 되면 자신도 모르게 그러한(훌륭한) 습관(eyhos)을 반복하게 되고 그 결과 좋은 성품을 갖게 되어 훌륭한 사고(dianoia)의 소유자가 된다는 것이다.

“젊은이들이 건강이 좋은 곳에 거주함으로써 건강해지듯, 모든 것에서 덕을 보게 되고, 이로 인해 아름다운 작품들에서 무언가가, 마치 좋은 곳에서 건강을 실어다 주는 산들바람처럼 그들의 시각과 청각에서 부딪쳐 오게 된다네. ... 시가를 통한 교육이 가장 중요한 이유는 이런 이유라네. 즉 리듬과 화음은 정신의 내면으로 깊이 젖어들며, 우아함을 동반시켜 정신을 가장 강력 하게 사로잡고 또한 어떤 사람이 옹계 교육을 받는다면 고상한 사람으로 만들어 진다네.” (401cde)

이런 맥락에서 독서 교육의 내용은 참되고 건전한 것이어야 한다. 플라톤은 “용감하고 절제 있고 경건하며 자유인다운 사람들을 어릴 적부터 모방해야 한다” (395c)면서 비굴하거나 창피한 짓은 모방하지 말도록 하고 있다. 이는 앞에서 언급한 신들 사이에 빚어졌던 부자간의 살인행위나 패륜행위와 같은 비도덕적이고 비윤리적인 내용들은 어린이의 정신건강을 위한 독서 교육에서 제외시켜야 하며, 어떠한 불행에 직면하더라도 이에 굴하지 않고 끈뭇하게 극복해 가는 내용들을 독서교육의 내용으로 담아야 한다는 것을 암시하고 있다.

## 2. 체육교육과 신체건강

미래의 통치자는 그 예비 교육으로서 시가교육을 받은 다음에 체육교육을 받아야 한다. 통치자들은 어려서부터 일생을 통하여 대단히 신중하고 철저하게 계획된 체육교육을 받은 후에야 다음 단계의 교육과정으로 넘어가게 된다.

당시 사람들은 체육을 주로 운동선수들의 신체단련과 격투기 선수들의 격투훈련처럼 가혹한 훈련이라고 생각했다. 그러나 단순한 신체의 단련을 넘어서는 극한 훈련은 오히려 건강에 해로우며, 심신을 지치게 하여 피곤한 나머지 통치자들을 즐겁게 만든다고 플라톤은 경고하고 있다.

“그러나 이것은 일종의 줄음 상태의 습성이어서 건강과 관련해서 불안한 것이다. 이 선수들은 일생을 잠으로 보내고 있어서 정해진 일상생활(diata)에서 조금만 벗어나면 이들은 크게 그리고 심하게 병이 난다.” (404a)

플라톤은 지나친 운동이 정신과 신체의 조화로운 형성을 방해하여 오히려 건강을 해친다고 보았는데, 이러한 관점은 최근에 문제가 되고 있는 '운동 과다증'(overtraining syndrome)과 관련이 있는 것으로 보인다.

운동과다증은 만성 피로, 근육통 등을 일으키며 신체를 극한 상황까지 몰고 가는 운동선수들에게는 흔하게 발생하는 현상이다. 격렬한 운동을 하면 산소흡입량이 많아지면서 과산화지질(Lipid Peroxide)의 수치가 올라가 노화가 촉진되고 질병이 발생한다는 오늘날의 과잉운동의 유해론이 체계적이지는 않지만 이미 플라톤에 의해 제기된 셈이다. 실제로 올림픽 참가선수들의 수명단명 현상이 일본의 연구자에 의해 발표된 적이 있고, 국내에서도 직업군 별 평균수명의 조사연구 결과, 체육인은 평균 수명이 65세로 11개 그룹 가운데 9위에 해당되었음이 밝혀졌다(김종인, 1994).

운동 선수의 수명단축의 요인에는 여러 가지가 거론되고 있으나 '활성 산소'(Free Radicals)에 의한 신체 피해론이 단연 우세하다. 신체를 단련시키기 위해 운동을 하는 과정에서 산소를 지나치게 흡입하게 되고 이 과정에서 활성산소와 과산화지질이 몸의 세포를 파괴한다는 것이다.

플라톤은 “단순한 체육을 넘어 몸에 대한 지나친 보살핌이 건강에 가장 큰 지장을 준다.”(407b)며 과도한 체육활동이나 과잉 돌봄을 경계하고 있다. 그는 당시에 아테네에 이미 널리 유행하고 있던 영양과 치료의 기술을 국가에서 추방할 것을 강조한다. 언제나 일과 노동의 엄격한 법칙 속에서 규칙적으로 생활하는 단순한 사람은 유별나게 건강을 관리하지 않아도 건강하게 살 수 있다는 것이다.

체육의 목적이 정신과 신체의 조화에 있다고 볼 때, 신체의 잠재력을 최고의 성취수준으로 끌어올리는 경기자를 양성하기 위한 훈련은 언제나 이미 체육의 정도에서 벗어나 있다고 그는 우려한다. 그러므로 플라톤은 “통치자를 위한 가장 좋은 체육은 앞서 언급한 것처럼 단순한 시가와 유사한 ‘단순한’ 체육이다.”(404b)라고 말하고 있다. 단순하고 다루기 쉬운 체육은 신체에 좋으며 전쟁에도 탁월하다고 말하고 있다. 그 구체적인 방법에 대해 플라톤은 구체적으로 설명하는 대신 단순한 생활과 식사를 언급한다.

“호메로스는 양념에 대해 언급한 적이 없네. 즉 신체적으로 건강하기 위해서는 모든 양념을 삼가야 한다는 것을 선수들은 알고 있다네. … 자네가 이 말에 동의한다면 시라쿠사의 식탁이나 시칠리아식의 복잡한 요리를 칭찬하지는 않을 것인데. … 그리고 자네는 신체적인 건강을 원하는 남자들이 코린토스 처녀를 가까이 하는 것과 아티케의 과자류를 비난할 걸세.”(404cd)

플라톤에게 모든 자연적인 것은 단순한 반면, 모든 인위적인 것은 색깔이 화려하고 복잡하며 다양하게 보였다. 단순하고 검소하며 규칙적인 생활이 건강을 보장해주는 반면, 지나치게 자극적이고 화려한 것은 건강의 위해 요소가 될 수 있다고 보았던 것이다. 이는 노자의 『도덕경』 제12장에 나오는 “오색은 눈을 멀게 하고 오음은 귀를 멀게 하며 오미는 입을 멀게 한다.”는 구절을 연상케 한다. 즉 외부의 감각적 자극에 몸을 맡기다 보면 자기 건강관리가 소홀해질 수 있음을 우려하는 말이다. 이런 의미는 다음의 말에서 확연하게 드러난다.

“그렇다면 다양성(poikilia)이 정신적 무절제와 신체적 질병을 낳았지만, 단순성(haplotēs)은 정신적 절제와 신체적 건강을 낳는다.” (404e)

물론 여기서 다양성이란 생활에 절도가 없고 생활습관이 불규칙하다는 의미로 보이며, 반면에 단순성이란 생활에 절도와 질서가 있고 생활습관이 규칙적이라는 뜻일 것이다. 플라톤에게 있어 ‘참된 나라’ (alethine polis)는 곧 ‘건강한 나라’ (hygie polis)였다(372e). 플라톤에 의하면 최소한의 필요만으로 운영되는 단순하고 건강한 나라에서는 의사가 필요 없으나, 음식을 과잉 섭취하고 형태와 색깔을 즐기는 병든 나라에서는 의사가 많이 필요하기 마련이라는 것이다.

“상처나 계절병 때문이 아니라 게으름이나 생활방식 때문에 점액이나 복부팽만으로 가스가 넘치게 되어 의술이 필요하게 된다면 부끄러운 일이지” (405cd)

질병발생의 원인이 선천적이거나 불가항력적인 경우가 아니라, 자신의 사소한 부주의나 나태함에 있다면 그것은 인간으로서 부끄러운 일이라는 것이 플라톤의 생각이며, 이는 건강관리에 있어 자신의 역할을 강조하는 것으로 보인다.

플라톤은 이렇게 체육교육을 논하면서 국가의 탄생과정에서 논의했던 ‘풍부한 국가’의 문제로 다시 돌아온다. 이러한 사치스런 국가를 단순하고 검소한 국가로 정화시키는 과제가 언제나 체육교육의 목표에 들어있음을 강조하고 있다. 그러므로 국가의 발전을 위하여 염려하는 사람, 국가의 건전한 발전에 대하여 책임을 지고 있는 사람은 정신적인 것과 신체적인 것, 시가 교육과 체육교육 사이의 올바른 조화와 균형에 관심을 두어야 한다고 보는 것이다. 플라톤에게 있어 시가와 체육, 이 두 교육의 형식들은 함께 작용하지 않으면 안 된다.

### 3. 정신건강과 신체건강의 관계

그러나 플라톤은 체육 자체에 대해서는 어떠한 자명성도 부여하지 않고 있다. 체육은 그 자체로 목적적이지 못하다. 그 이유를 플라톤은 다음과 같이 말한다.

“내가 보기엔 신체가 건강하다고 해서 신체의 훌륭함으로 정신을 훌륭하게 만드는 것이 아니라, 오히려 반대로 훌륭한 정신이 자신의 훌륭함에 의해 신체를 훌륭하게 만들어 주는 것 같다 ... 우리가 마음을 충분히 보살핀 다음 신체를 자상하게 생각한다.”  
(403d)

플라톤은 정신이 신체를 도야하는 것이지, 신체가 정신을 이끄는 것이 아님을 분명히 한다. 여기서 중요한 것은 신체에 대한 정신의 선위성과 심신상관성이다. 그러므로 모든 체육이 다 좋은 것이 아니라 시가와 자매관계에 있는 체육만이 좋은 것이다. 플라톤의 표현을 빌리면 “최선의 체육은 단순한 시가와 유사한 것” (404b)이 된다. 왜냐하면 이러한 체육만이 인간의 심일원성을 형성하는 힘이 되기 때문이다.

시가가 정신을, 체육이 신체를 보존하도록 해야 하나 시가와 체육은 상호 교호적으로 조화롭게 이루어져야 한다. 지나치게 시가에만 기울면 필요이상으로 연약해지고, 지나치게 체육에만 치중하는 사람은 필요이상으로 거칠어진다.

“통치자들은 성향상 정신적인 면과 신체적인 면의 양면을 지니고 있어야 하네. ... 이들은 서로 조화를 이루어야 하네. ... 이 양면이 조화를 이룬 사람의 정신은 절도 있고 용감하지만 조화를 이루지 못할 사람의 정신은 비겁하고도 사납다네.” (410e~411a)

여기서 조화롭다는 말은 마치 기타 줄을 조율하듯이 정신의 상이한 부분들이 서로 상대방의 선을 향하여 조율한다는 의미이다. 그래서 “신은 인간에게 시가와 체육을 주었는데, 이는 정신과 신체를 위해서가 아니라 정신의 ‘격정적인 면’ (to thymoeides)과 ‘이성적인 면’ (to philosophon)을 위해서이고, 이 양면이 적절하게(to prosekon) 조장되고 이완됨으로써 서로 조화를 이루도록 하기 위해서” (411e)라고 플라톤은 생각하였다.

이처럼 정신건강과 신체건강의 상호 조화성을 강조하면서도 플라톤은 어디까지나 정신건강의 우선성을 강조하고 있다.

“의사들이 가장 능숙하게 될 수 있는 것은 이런 경우에 해당되네. 즉 어릴적부터 시작해서 그 기술을 배우는 것에 더하여 최대한으로 많은 그리고 병든 상태의 몸을 접하여

보며, 자신들도 온갖 질환을 알아보고 선천적으로도 그다지 건강하지 않다면 말이네. 그 건 의사들이 몸을 몸으로써 치료하는 것이 아니라 마음으로 몸을 치료하는 것으로 나는 생각하기 때문이네. 정신이 줄곧 좋지 않았거나 지금도 좋지 않고서는 잘 치료할 수 없기 때문이지.(408de)

체육교육의 요체는 시가와 체육을 가장 아름답게 혼합해 정신에 가장 풍부하게 제공하는 데에 있다. 이렇게 볼 때 체육과 시가는 비록 신체도 함께 도야하기는 하지만 본질적으로 신체를 도야하는 과목이 아니라 정신을 도야하는 과목들이다. 체육과 시가는 정신 자체가 스스로 최적적 척도를 찾아내어 최고의 수준으로 정신의 심금을 울리게 하여 인간이 가꾸어낼 수 있는 최적적인 내적 조화를 이루게 하는 정신의 두 기둥인 것이다.

“시가교육을 받은 사람은 자신이 원한다면 체육교육을 받음으로써 의술이 전혀 필요하지 않게 된다네. … 더욱이 그는 힘을 염두에 두는 다른 운동선수들과는 달리 기개적인 면을 염두에 둔다네. … 시가와 체육으로 교육하도록 제도화한 사람들은 체육으로는 신체를 단련하고 시가로 정신을 보양하기 위해 이를 제도화한 것이 아니라네. 무엇보다 ‘정신’을 위해서양쪽 모두를 제도화한 것 같네” (410bc)

이처럼 정신건강을 중요하게 여기는 플라톤의 건강관은 동양의 전통적인 건강관과도 맥을 함께 한다. 중국 최고의 의서인 『황제내경』은 물론, 『동의보감』의 전편에 흐르는 일관된 사상은 정신 건강의 중요성에 대한 강조라고 볼 수 있기 때문이다.

『동의보감』의 편찬을 위해 선조가 허준에게 특명을 내리는 대목에도 질병치료에 정신의 중요성이 강하게 나타나고 있다.

“요즈음 중국의 의서가 모두 충실하지 못하여 불만한 것이 없으니 여러 책을 모아 편집하는 것이 좋겠다. 무릇 질병이란 잘못된 식생활에서 생기는 것이니 ‘정신수양’이 먼저이고 그 다음이 약이다(修養爲先 藥石次之).”

『동의보감』의 「내경편」에 “내 몸의 주인은 마음”(心者一身之主)이라는 선언이 나타나고 있는데, 이를 반영하듯 ‘의도료병’(醫道療病)의 원리가 첫 장에 실려 있다.

“구선(懼仙)이 말하기를 예전의 신성한 의자(醫者)는 능히 사람의 ‘음’을 다스려서 미리 병이 나지 않도록 하였는데 지금의 의자는 오직 사람과 병만 다스리고 마음은 다스릴 줄 모르니 이것은 근원을 버리고 끝을 쫓는 것이다.

그 근원을 연구하지 않고 말류(末流)만을 의논하는 것은 어리석기 짝이 없는 것이니 비록 한때의 요행으로 병이 나올 수는 있으나 이것은 시속(時俗)의 용렬한 의자에 불과한 것이다.

태백진인(太白道人)이 말하기를 “병을 고치려면 먼저 그 마음을 반드시 고친 뒤에 병자로부터 마음속의 동요를 없애주어야 한다. 그러면 자연스럽게 마음이 편해지고 성질이 온화해져 세상만사가 결국 알고 보면 환각일 따름이니 사람이 울고 웃고 하는 길흉화복도 본시 없는 것이며 생사도 모두 한순간의 꿈에 불과한 것이다. 이것을 깨달으면 마음이 스스로 청정하고 병이 생기지 않으며 약을 먹지 않아도 병은 저절로 낫는 것이다. 이것이 진인(眞人)의 도(道)로서 마음을 다스려 병을 고치는 대법(大法)인 것이다.”

이것은 일종의 ‘치심요법’(治心療法)이다. 질병의 원인이 마음에 있고 질병을 치료하는 근본적인 치료법도 마음에 있음을 말하고 있는 것이다.

#### 4. 생활습관과 건강

플라톤은 불규칙하고 무질서한 생활에서 질병이 생긴다는 ‘습관병’의 원리나, 과식과 미식 등에 의한 ‘식원병’의 원리를 이미 인식하고 있었던 것 같다. 당시 그리스에서는 일상생활 자체가 곧 건강생활로 연결될 정도로 경건하고 절도 있는 삶이 높이 평가되었다. 당시 디오클레스라는 의사가 남긴 그리스인의 이상적인 하루 일과는 이를 잘 보여준다(Sigerist, 1961).

“건강의 수련은 기상과 함께 시작된다. 이 때 이미 전날 먹은 음식이 위로부터 장으로 내려갈 수 있도록 습관이 되어야 한다. 젊거나 중년인 자는 일출 전에 10 스타디아를 걸어야 하고 늙은이는 5 스타디아를 걸어야 한다. 잠에서 깨어난 후에는 즉시 일어나지 말고 잠의 빠근함과 마비가 사라질 때까지 기다려야 한다. 일어나서는 뻗뻗해진 목과 머리를 살살이 문질러야 한다. 그리고는 기름을 사용하여 전신을 문지른다. 일어나는 즉시 장을 비우는 습관을 들여야 한다. … 이후에 깨끗한 물을 사용하여 얼굴과 눈을 씻는다. … 여유 있는 사람은 먼저 산보하도록 한다. 식사전의 긴 산책은 신체를 비워서 음식을 받아들이게 준비시키고 음식을 더 잘 소화시킬 힘을 준다.…”

이 글은 그리스인이 건강의 소중함을 얼마나 잘 알고 생활 속에서 실천하려고 노력했던 민중인가를 잘 보여준다. 사실 좀 지나치다 싶을 정도의 세심한 건강관리인 것 같지만 히포크라테스 의학에서는 각종 배설물의 색깔과 냄새까지 기록하고 있으며, 경우에 따라서는 이것들을 직접 맛보기까지 하고 있다(성영곤, 1995). 그리스인들은 이처럼 철저한 일상관리를 통해 건

강을 유지할 수 있으며 건강한 생활은 자신의 이상을 실현하는 기초가 된다고 믿었다. 단순하고 절제 있는 생활은 건강의 문으로 이르는 길인 반면, 복잡하고 무질서한 삶은 쉽게 질병에 가까워질 수 있음을 잘 알고 있었다.

“병이 들었으면서도 무절제로 인해 나쁜 일상생활(diaita)에서 벗어나려고 하지 않는 사람들처럼, 이런 사람들이 살 것으로 자네는 말하고 있네. … 그러면서도 그들은 희망적으로 일생을 보낼 걸세. 그들은 치료를 받지만 아무 것도 이루지를 못하네. 그들은 자신들의 질병을 더욱 복잡하게 만들고 더욱 키워 갈 뿐이지만 누군가가 약을 권해주면 이 약으로 자신들이 건강해지리라고 언제나 기대하네. … 이들한테 누구보다도 제일 미운 사람은 이런 진실을 말하는 사람, 즉 음주와 과식, 음란과 나태를 버리기 전에는 약도, 소작(燒灼)도, 절제 수술도, 또한 주문(呪文)이나 호신용 부적도 효과가 없다고 말하는 사람이라는 사실이 재미있지 않은가.” (425e~426ab)

사실 인간은 자연사하는 것이 아니라 하루하루 자신의 생명력을 고갈시켜 가는 자살하는 존재인지도 모른다. 사람들은 과로, 과음, 과식, 잡기 등으로 인해 자연으로부터 부여받은 자신의 건강과 수명을 매일 단축시키고 있다. 인간의 욕망이 이끄는 대로 생활하다가 건강에 이상이 생기면 간단하게 약을 복용하거나 의사의 치료에 의존해서 해결하려 한다. 그래서 미국의 듀보는 “사람들은 질병을 예방하고 건강을 회복하기 위해서는 현명한 생활을 해야한다는 원칙을 실천하기보다는, 욕망에 따라 행동하고 질병 치료자에게 쉽게 의지하려고 한다.”고 지적한 바 있다(Dubos, 1959).

“그리고 보면 ‘훌륭함(arete)’은 일종의 ‘정신적 건강’ (hygieia)이요, 아름다움(kallos)이자 좋은 상태(euexia)인 반면, ‘나쁨(kakia)’은 일종의 ‘정신적 질병’(nosos)이요, 추함(aischos)이자 허약함(astheneia)인 것 같네. …그러면 훌륭한 ‘생활습관’ (epiteudemata)은 훌륭함의 획득으로 이끌고 가지만 부끄러운 ‘생활습관’은 나쁨의 획득으로 이끌고 가지 않겠는가?”(444de)

플라톤이 여기서 말하는 훌륭한 생활습관이란 건강을 증진시키는 생활이요, 이는 곧 ‘자연의 이치에 따라’(kata physin)생활하는 것이다. 반면 부끄러운 생활습관은 질병을 유발하는 습관이고 이는 곧 ‘자연의 이치에 어긋나게’(kata physin) 생활하는 습관을 말한다. 여기서 말하는 자연의 이치란 부족하거나 넘치지 않은 적도(適度)의 창출을 의미한다고 볼 수 있다. 적도를 넘어서는 행위들은 자연의 이치에서 벗어나며 이는 건강의 정도에서 이탈하는 것이다.

## 5. 우생학적 건강관리

플라톤의 건강관중 가장 대담하고 파격적인 부분이 바로 자연도태적 건강관이다. 그의 이상 국가에서 통치자들은 사유재산과 가족들을 소유하지 못하고 처자들을 공유하는 공동생활을 해야 한다. 통치자의 자녀는 모두 태어나자마자 어머니 곁을 떠나 공동으로 양육되고, 통치자의 아내들은 자녀들을 공동으로 돌보아주게 된다. 소년소녀들은 모두 형제 자매가 되고 모든 남자는 아버지, 모든 여자는 어머니가 된다.

“훌륭한 자들의 자식들을 받아서는 특정 지역으로 데리고 가고, 열등한 부모의 자식들이나 불구상태로 태어난 아이들은 미지의 장소에 묻어두어야 하네. ... 좋은 아이들은 한창때의 부모에게서 태어나므로 여자는 20세 ~ 40세까지, 남자는 25세 ~ 55세까지로 출산을 제한해야 하네.” (460cde)

이처럼 이상국가의 통치자들이 아내를 공동으로 소유해야 하는 이유는 단지 가족 이기주의로부터의 해방차원만이 아니고, 되도록 건강하고 우수한 아이를 낳기 위해서이다. 어린이를 올바르게 교육하는 것만으로는 충분하지 못하며 건강하고 훌륭한 부모로부터 좋은 유전인자를 물려받은 아이를 낳도록 해야 한다. 각 성(性)의 최우수자는 가능한 한 자주 최우수자와 결합해야하고 열등한 자는 열등한 자끼리 결합해야 한다. 그리고 전자에서 태어난 아이는 기르지만 후자에서 태어난 아이는 기르지 말아야 한다. 보다 용감하고 보다 우수한 젊은이에게는 다른 명예와 보상 이외에 배우자와의 자유로운 동침이 허가되어야 한다. 이러한 아버지들은 가능한 많은 아들을 낳아야 하기 때문이다. 이처럼 플라톤의 이상국가는 사람들간의 생식관계도 철저하게 우생학적 관리를 하고 있다.

“아스클레피오스도 선천적으로 그리고 일상생활에서 신체를 건강한 상태로 갖고 있느냐 자신들 안에 어떤 특정한 부위의 병을 가진 자들에게만 의술을 알려주었다. ... 반면에 안으로 속속들이 병이 든 몸에 대해서는 식이요법에 의해서 조금씩 배설케 하며 투약을 함으로써 길고도 한심한 인생을 당사자에게 살게 하여 그같이 허약한 자식들을 낳지 않도록, 정상적으로 살 수 없는 사람은 자신을 위해서도 나라를 위해서도 유익하지 않기 때문에 치료를 해서는 안 된다고 생각하네.” (407cde)

플라톤은 신체와 정신의 조화를 완전한 인간의 모습으로 보았다. 그래서 그는 신체적 건강 자체도 중요시하고 있다. 왜냐하면 허약한 신체는 정신력을 약화시키며 이는 통치자 개인적 삶의 차원을 넘어 국가 공동체 전체에게 절대적인 의미가 있기 때문이다. 따라서 지나친 병치레



(nosotrophia)는 전쟁터에서나 공직에서 정의로써 일할 흥미를 상실시킨다. 이러한 병치레가 가져다주는 가장 나쁜 것은 그가 언제나 두통을 호소하고 현기증을 경험함으로써 그가 관찰하고 사색하는 등 그가 할 수 있는 모든 종류의 학습을 저해한다. 그러므로 완전성을 지향하는 모든 교육에 병치레는 치명적이기 때문에 그러한 인간은 국가에 필요 없다.

“선천적으로 병약하고 무절제한 사람은 자신을 위해서도 사는 것이 이익이 되지 못하며 의술은 이런 사람들을 위해서 있는 것이 아니며 설사 미다스 왕보다 더 부자라 해도 이를 치료해서는 안 된다. ... 의술도 입법화해야 하지 않겠는가? 이것들이 자네 나라의 시민들 중에서 신체적으로나 정신적으로나 성향상 알맞은 사람들은 돌보되 그렇지 못한 사람들은 죽도록 내버려두고, 정신적으로 그 성향이 나쁘고 불치상태인 사람들은 스스로 죽도록 맡일세.” (408b~410a)

당시 그리스 사회에는 회복될 가능성이 없는 환자는 치료를 거부하는 것이 하나의 의료윤리였다. 난치병 환자를 마주하게 되면 의사는 소생의 가망이 없다고 즉시 선언하였다(성영곤, 1996). 의술은 고통받는 환자를 구원하는 것이지만, 동시에 가망 없는 환자는 미리 알아내어 포기하는 것이라는 사고가 당시 의사들의 머리 속을 지배하고 있었다.

플라톤은 한 걸음 더 나아가 허약한 인간은 그가 성인이 되어 그와 비슷한 체질의 아이를 낳기 이전에 죽는 것이 국가에 이롭다고 보았다. 인간을 열등하게 만드는 질병으로부터 회복될 수 없다면 단순한 생명연장은 의미가 없으며 그러한 인간은 빨리 죽을수록 더 좋다. 국가의 관심이 이를 요청할 경우 후손의 출생을 금지시키거나 말살하는 것은 그에게 있어 지극히 논리적인 귀결이다.

루소가 『에밀』에서 말하고 있는 “나는 병들고 허약한 어린이라면 그가 80세를 산다고 해도 그를 말지 않을 것이다.”는 언급도 오직 신체의 보호에만 급급하다 자신이나 남을 위해 도움이 되지 않는 제자, 그리고 신체가 정신의 교육에 방해가 되는 제자를 절대로 원치 않는다는 뜻으로 이러한 생각은 플라톤의 견해와 상통하고 있다.

신체적으로나 정신적으로 건강한 사람들은 돌보되, 건강하지 않은 사람들은 죽도록 내버려두라는 플라톤의 주장은, 가족이나 사회에 아무리 큰 부담이 되더라도 모든 수단을 동원하여 인간의 생명을 연장하려는 오늘날의 생각과는 크게 다른 것이다.

#### IV. 보건철학적 함의

그리스 시대에는 히포크라테스와 같은 전문 의사들에게는 물론, 플라톤과 아리스토텔레스와

같은 지식인들에게도 건강과 의학의 문제는 흥미로운 과제였다. 아리스토텔레스는 “전문의사가 아닌, ‘일반 교육’의 일부로 의학에 관심을 가진 사람도 의학에 대해 말할 자격이 있다.” 고 주장했다(성영곤, 1996). 플라톤은 이 경우에 해당되는 대표적인 인물인 셈이다. 그는 『국가』 외에도 『티마이오스』 편에서 상당한 분량에 걸쳐 질병론을 다루고 있는데, 이러한 상세한 병인론은 고대 주석가들에 의해 히포크라테스의 병인론 만큼이나 중시되었다는 사실은 그리스의 학사에서 플라톤의 위치가 결코 주변적인 것이 아니었음을 말해준다.

플라톤은 그의 이상국가에서 어린 아이들을 17~18세까지 시가와 체육으로 예비교육과 기초교육을 시킨 후, 1차 선발을 거쳐 20세까지 군사훈련의 실습교육을 제공한 후 다시 2차 선발과정을 거친다. 이어서 20세부터 35세까지 수학과 철학의 전문교육을 시킨 후 3차 선발절차가 있고, 이후 15년 동안 통치자로 양성하기 위한 2차 실무 교육을 거쳐 50세에 최종적으로 철인왕들을 선발하게 된다.

1차 선발과정에서 뽑힌 예비 통치자들은 이렇게 엄격한 교육과정을 거쳐 선발되었으면서도, 그 이후에 특혜를 누리기는 커녕 오히려 엄격히 통제된 단체생활을 해야 한다. 이들은 자신의 행복한 생활을 포기해야만 시민 전체가 최대한으로 행복할 수 있는 나라를 만들 수 있고 이러한 국가에서만 정의가 실현된다고 보기 때문이다.

이상과 같은 플라톤의 이상사회 건설과 이상적 인간상의 육성은 당시의 현실에서 구현되지 못했지만, 토마스 모어의 유토피아 사상과 루소의 자연교육 사상에 적지 않은 영향을 주어 전인교육을 지향하는 교육의 세계에서는 언제나 그가 언급되고 있다. 그의 주장 중 교육의 주체가 국가라는 점, 능력과 시험에 의해 통치자가 선발되어야 한다는 것 등은 이미 사회 속에 당연한 것으로 제도화되고 있다.

플라톤이 제시한 국가의 모습은 인간 사회가 영원히 지향해야 할 유토피아의 청사진이듯이 이러한 사회를 건설할 인재의 양성과정도, 그 중에는 논란이 있는 부분도 없지 않지만, 열린 교육을 지향하는 교육이념에서는 항상 조희되고 있다. 바람직한 인간상을 만들기 위해 플라톤은 심신의 건강을 그 출발점으로 상정하고 있으며, 건강의 증진을 위해 20세까지는 정신건강을 위한 시가교육과 신체건강을 위한 체육교육을 제시하고 있는 것이다.

이러한 플라톤의 건강관에서 오늘 우리가 얻을 수 있는 실마리는 무엇일까. 왜 2500년이 지난 지금도 플라톤이어야 하는가? 무엇보다 플라톤은 인간의 교육과정이 건강교육에서 출발해야 한다는 것을 인류 역사상 최초로 명확히 했다는 점이다. 만약 히포크라테스나 갈레노스와 같은 의학자들이 이 같은 주장을 했다면 그다지 새로운 것이 없겠지만, 조화로운 인간상을 추구했던 한 철학자의 구상에서 나왔다는 점에서 그 설득력이 크다고 볼 수 있다.

두 번째는 정신건강에 대한 독서교육의 역할을 중시하고 있다는 점이다. 플라톤은 작가들이 묘사한 사려 깊고, 경건하고, 고상한 사람들을 어린 아이들이 독서를 통하여 모방하도록 하고

있다. “모방을 어린 시절부터 계속하면 습관으로, 그리고 본성으로 굳어져” (395d) 심신의 도야과정에 유익하다는 것이다.

향후 학교 보건교육에서 어린이의 성품을 순화시키고 상상력과 창의력을 키워주는 도서들을 중심으로 독서교육을 활성화시킬 필요가 있다고 생각된다. 어린 시절부터 독서를 생활화하여 이런 독서습관을 정신건강 증진의 한 전략으로 활용하는 방안도 검토해 볼만하다. 16세기 프랑스의 의사이자 작가였던 라블레(1483~1553)는 환자의 처방전에 반드시 문학작품 이름을 적어주었고, ‘영국의 히포크라테스’로 평가되는 시덴함(1624~1689)도 “좋은 책은 많은 약보다 낫다”며 환자진료에 독서요법을 활용한 것은 정신적 자연회복능력에 대한 독서의 효과를 인정했음을 보여준다.

세 번째는 신체건강보다 정신건강을 우선시하고 있다는 점이다. 물론 플라톤은 둘 사이의 조화와 균형을 의식하면서도 신체건강을 위한 체육교육도 궁극적으로는 정신건강을 위한 것으로 귀착시키고 있다. 플라톤의 교육과정에서는 정신적 도야와 신체적 도야가 조화로운 관계를 유지하고 있으면서도 그의 모든 교육은 인간의 정신을 도덕적으로 재형성하는데 있기 때문에, 플라톤은 체육도 정신의 도야를 위하여 중요한 교과로 강조하고 있는 것이다.

이러한 플라톤의 건강관에 비추어 볼 때 현대인의 건강관리는 신체건강의 증진에 우선적인 관심을 두는 경향이 있다. 내면적 가치보다는 외면적 가치, 정신적 가치보다는 물질적 가치를 추구하는 현대인에게서는 눈에 쉽게 보이지 않으면서 장기간의 관리를 요하는 정신적 건강보다는, 그 효과가 신속한 신체건강이 쉽게 와 닿을 수도 있을 것이다.

네 번째는 건강증진에 있어 생활습관의 중요성을 통찰하고 있었다는 점이다. 특히 자기 건강관리를 위해서는 단순하고 절제 있는 생활이 요구되는 반면, 주지육림(酒池肉林)과 같은 화려한 식사나 방종한 생활, 아티케 과자와 같은 달콤한 음식 등이 건강을 해치고 질병을 유발한다고 경고하고 있다(404cde). 이는 자연의 생명력을 제거한 현대의 정제식품과 가공식품의 유해성과 패스트 푸드와 같은 인스턴트 식품의 위험성을 일찍이 지적한 셈이다.

다섯 번째는 적자생존적 건강관인데 이 문제는 상당한 논쟁의 소지를 안고 있는 부분이다. 우선 경쟁의 원리를 강조하는 자유주의자들은 국가 경쟁력 차원에서 플라톤의 주장에 동조하면서 건강관리의 자기 책임성을 강조할 것이다. 반면에 인도주의 정신을 중시하는 보수주의자들은 생명의 존엄성 차원에서 플라톤의 주장을 공동체의 존립을 위협하는 위험한 사고로 간주할 것이다. 다만 선천적인 장애자들의 경우는 논외로 하더라도, 무절제한 생활로 인해 자기 건강관리를 실패한, 그래서 사회적 역할을 수행하지 못하고 생존자체에 연연해하는 사람들을 위한 고도의 윤리의식과 이들을 위한 국가의 관심이 언제까지 지속될지는 점차 복지비용을 축소시켜 가고 있는 북유럽 국가들을 볼 때, 쉽게 속단할 수는 없다.

이상으로 플라톤의 건강관을 현대의 시각에서 조명해 보았다. 플라톤의 건강관의 종국적 메

시지는 건강교육은 인간 형성 작업의 출발점이 되며 건강교육의 핵심은 정신건강에 있다는 것이다. 나아가 건강관리에서 사회의 역할보다 개인의 책임성을 강조하고 있는데, 개인은 자신의 삶이나 자신이 속한 사회와 국가 모두를 위해 건강을 유지해야 할 의무가 있다고 본 것이다. 이는 개인이 자신의 건강증진을 위해 국가에 대해 건강권(health right)을 행사할 수 있는 것처럼, 사회와 국가를 위해서도 개인은 건강하게 살아야 할 건강의무(health obligation)을 함께 지니고 있음을 암시한다. 의학기술의 발전에도 불구하고 사람들의 건강수준이 크게 달라지지 않고 현재와 같은 추세로 국민 의료비가 상승해 간다면, 언젠가 국가는 국민에게 국민의 4대 의무에 건강의무까지도 추가하여 요구할지 알 수 없다.

### 참고문헌

- 김종인. 직업군별 사망연령의 조사분석을 통한 장수모형 연구. 원광대 논문집 1994 : 25  
노자. 도덕경. 오강남 역. 서울, 현암사, 1996 : 쪽 63~65  
반덕진. 루소의 건강관에 대한 고찰. 보건교육·건강증진협회 1999 : 16(1) : 9~13  
성영곤. 히포크라테스 전통. 의사학 1997 : 6(1) : 105~120  
\_\_\_\_\_. 그리스 의료윤리의 이상과 실천. 의사학 1995 : 4(2) : 131  
\_\_\_\_\_. 알렉산드리아에서의 인체 해부와 그 배경. 한국 과학사 학회 1990 : 12(1) : 8~11  
\_\_\_\_\_. 그리스 사회와 의사. 한국 과학사 학회 1996 : 18(2) : 173~185  
\_\_\_\_\_. 그리스의 공의제도. 한국 과학사 학회 1997 : 19(2) : 134~135  
안인희. 장자크 루소. 철학과 현실 1995 : 25 : 135-139  
오인탁. 고대 그리스의 교육 사상. 서울, 종로서적, 1994 : 쪽 183~205  
황제내경 소문. 배병철 역. 서울, 성보사, 1994 : 쪽 53  
허준. 동의보감. 서울, 민중서원, 1992 : 쪽 4~7  
Adam J., The Republic of Plato I. Cambridge, 1969 : 45~64  
Alvert et al., An Illustrated History of Medicine. New York, Abradale Press, 1988, 황상익 외 역. 세계의학의 역사. 서울, 한울아카데미, 1994 : 쪽 189-211  
Cornford F.M., The Republic of Plato Oxford, 1972 : 28~48  
Dubos. Mirage of Health, 1959: 허정 역. 서울, 명경, 1994 : 쪽 11~181  
Garret et al., Health care ethics, principles and problems. New Jersey, Prentice-Hall, 1993 : 42~49  
Jaeger W., Paideia. vol. III, Oxford Univ. Press, 1944 : 45  
Platon. Politeia, B.C. 375 ; 박종현 역. 서울, 서광사, 1997 : 쪽 1~800

Rousseau. Emile, 1761 : 정봉구 역. 서울, 범우사, 1993 : 쪽 60~67

Sarno. Healing Back Pain: The Mind-Body Connection. New York : Warner Books, 1991 : 48-56

Sigerist H.E., A History of Medicine, vol. II, Oxford Univ. Press, 1961 : 299, 238~240