

과학의 시대에서 본 영성의 심리학적 의미

과학의 시대에 과학의 일방적인 질주를 경계하고 정신세계에 관심을 두고 있는 영성의 심리학적 의미를 되짚어 보고 영성, 혹은 Spirituality 개념 양쪽에 숨어 있는 심리학적 의미와 정신분석학의 유사점에 대해 논의해 본다.

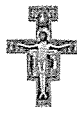
자고 나면, 어제는 감히 생각도 못했던 새로운 기술이 쏟아져 나온다. 하이브리드 자동차, 인터넷과 사진기 심지어는 PC 기능까지 가능한 핸드폰, 생명공학계의 기술의 발전은 불과 몇 년만 그 흐름을 놓치면 일상생활이 불가능할 정도로 정신없이 발전하고 있다. 하지만 그런 과학의 빠른 흐름을 수용해서 선도하고 걸러낼 만한 성숙한 정신세계를 가진 이들은 점점 줄어들어서 기술이 발전하는 만큼 인간의 심성은 점점 기형적으로 변하는 것이 아닌가 우려가 된다. 적지 않은 과학자들이 과학기술의 발전만을 보고 생명 윤리, 혹은 과학 윤리에 대한 깊은 성찰은 곧잘 소홀히 하기 때문이다. 이런 과학자들은 자신의 욕심만을 앞세우는 일부 정치가들, 혹은 마스크 등에 우습게도 곧잘 이용당하기도 한다. 아마도 기술의 발전을 조절하고 이에 대해 반성할 수 있는 성숙한 영혼을 이용당하는 쪽이나 이용하는 쪽 모두 지니지 못하는 탓일 터이다.

이 나 미 소장

이나미심리분석연구소 소장
서울의대졸업 의학박사
정신과 전문의
서울대의대 초빙교수
「때론 나도 미치고 싶다」 등
9권 저서 발간

탄탄하고 건전한 세계관과 인간관을 갖지 못한 과학의 발전은 그 발전의 뒷안길에 그만큼 징그럽게 커지는 그림자를 만든다. 과학의 발전으로부터 소외되는 빈곤층과 한편으로는 그런 과학의 발전을 배타적으로 소유하는 극상류층의 간극은 점점 늘어나고 이를 중개할 완충지로서의 중산층은 점점 줄어들고 있다. 물론 잘못된 제도 탓, 미숙한 정치 탓, 탐욕스런 자본의 속성 탓도 있겠지만, 근본적으로는 정신 없이 발전하는 기술 앞에 자신의 욕망을 제어하지 못하고 남과 나누는데 인색한 현대인의 황폐한 심성에 그 책임을 묻지 않을 수 없다.

하지만 한편으로는, 비록 그 숫자가 상대적으로 미미하지만, 과학의 일방적인 질주를 경계하고 정신세계에 관심을 두는 이들이 아직은 건재해서 우리에게 조금은 희망을 준다. 물론 뉴에이지라든가, 별다른 근거가 없는 초과학(Supra-science)이나 UFO 현상 같은 것에만 관심을 두는 탓에 실용적인 현실감각이 떨어지



며 다른 이들에게도 별로 도움이 되지 않는 말 그대로의 괴짜들도 있긴 하지만, 건전하게 자신의 생활을 영위해 가면서 영혼과 심성의 세계를 탐구하는 이들도 우리 주위에 적지 않다.

시대의 변화와는 무관하게 영성의 세계에 관심을 두는 이들은 과학지상주의에 물들어 인간의 본성마저도 피폐하게 만드는 잘못된 첨단기술에 대한 염증을 느끼거나 도그마나 권위에 사로잡힌 기성종교에 대해 종종 깊이 회의한다. 물질주의나 권위주의는 인간을 그 자체로 존중하고 보듬는 대신 인간을 자신들의 이데올로기를 뒷받침하는 하나의 도구로 쓰기 때문에 결국엔 인간본성을 피폐하게 만들 수밖에 없다고 믿기 때문이다. 성숙한 심성이 뒷받침해주지 않는 과학과 기술의 발전은 삶을 풍요롭게 하기 보다는 오히려 황폐하게 한다고 보는 것이다.

이 같은 현대의 기술지향적 혹은 과학 편중된 삶의 방식에 의문을 갖고 눈에 보이지 않고 숫자로 검증할 수 없는 영혼에 관심을 갖는 이들의 종교활동 중 대표적인 것이 영성에 대한 관심과 훈련이다. 영성은 영어의 Spirituality와 거의 같은 뜻으로 쓰이지만, 한국어의 영성과 영어의 Spirituality는 조금 다른 뉘앙스를 지닌다. 한국에서 '영성'이란 개념이 주로 가톨릭의 영성훈련을 통해 대중에게 전파되었다면 미국의 Spirituality는 가톨릭 교단을 포함하여 불교, 힌두교, 유대교 중 카발라 등 다양한 종교적 배경으로 쓰여 왔다. 즉, 한국에서의 영성은 주로 신부님이나 수녀님 등, 수도자들의 지도로 신자들이 하느님과의 직접적인 대면을 통한 신심을 가진 영혼으로서의 신비한 체험을 강조해 왔다면 불교나 힌두교에서의 Spirituality는 자기 마음을 다스리고 일상의 의식수준을 넘어서는 내적이고 독립적인 깨달

한국에서는
'영성'이란
개념이 주로
가톨릭의
영성훈련을 통해
대중에게
전파되었다.

음의 체험을 강조한다. 물론 이 때 그 두 가지 종교적 태도 중 어느 것이 더 바람직하다든가 성숙하다든가 하는 논의는 전혀 생산적이지 않다. 각자의 종교적 배경, 혹은 정신적 성숙의 정도에 따라 내 몸과 마음에 맞는 영성 체험을 하면 되기 때문이다.

대신, 이 글에서는 영성, 혹은 Spirituality 개념 양쪽에 숨어 있는 심리학적 의미와 정신분석과의 유사점에 대해 주로 논의를 전개하고자 한다.

마음을 그 탐구의 대상으로 하는 분석심리학에서는 마음을 하나의 객관적 실체(Objective Psyche)로 보려 한다. 마음을 생물학적 현상의 한 반영이라고 이해하며 영혼의 독립성에 대해 회의하는 물질주의적 세계관의 근대 서양의학 전통과는 많이 다른 것이다. 궁극적으로는 마음과 몸이 전체적으로 통합되어 서로 유기적인 관계를 갖고 몸과 마음이 모두 건강할 수 있도록 도와주는 것이 분석심리학적 태도라고 할 수 있겠다.

통상 마음과 영혼을 영어로는 각각 mind, spirit 혹은 soul이라고 번역하는데, mind는 body의 대극으로 사용하기 때문에 의학영역에서 자주 쓰인다. 반면에 spirit이나 soul은 종교 영역에서 많이 사용하며, spirituality는 physicality(신체성)와 대극을 이루며 보다 고상하고 형이하학적인 개념으로 일반적으로 이해한다. 그러나 기독교가 아닌 샤머니즘 영역에서는 spirit이 통상 죽은 다음에도 살아 있는 혼, 혹은 구천을 떠돌아다니는 귀신이라고 생각하기도 한다. 일찍이 아리스토텔레스는 사람은 신체와 더불어 soul과 spirit이 모두 있지만, 동물은 spirit은 있어도 soul은 없으며 식물은 soul과 spirit이 모두 없다고 말한 바 있다. 기독교 전통에서 soul은 통상 하느님과 직접 대면

하는 하나의 그릇으로 이해된다. 따라서 soul은 절대적 존재를 수용하는 여성적인 뉘앙스를 갖고 spirit은 독립적으로 세상을 움직이는 남성적인 뉘앙스를 갖기도 하지만, 사람들에 따라 그 둘을 혼용하기도 한다.

이렇게 spirit과 soul에 대해 장황하게 설명하는 까닭은 일반인들이 spirituality라고 하면 일상과 신체성을 배제하는 매우 고상하고 형이상학적인 개념으로만 이해하는 경향이 있기 때문이다. 따라서 영성훈련을 하는 이들은 종종 자신들이 과거에는 너무나 본능적이고 동물적인 쪽에만 관심을 두었기 때문에 부끄럽고 후회스럽다고 말하기도 한다. 이는 영성의 개념을 지나치게 한 쪽으로만 이해하여 자신이 잘 가꾸고 다스려야 할 신체적 측면을 간과하는 태도이다. 건강한 신체 없이 건강한 영성이 없고, 또한 건강한 영성 없이 건강한 신체도 없다. 영성훈련을 하면서 자신의 신체를 소홀히 하고 무조건 건강한 본능을 억압만 하려 한다면 이는 진정한 영성훈련의 지향점과는 많이 다르다.

두 번째로는 보통 영성체험에 각별하게 관심을 갖는 이들은 일상적이고 관습적인 삶의 목표, 즉 부의 축적이나 출세 등이 지나는 한계를 절감하고 삶의 완전히 다른 측면인 영적인 세계의 의미들에 관심을 갖는다. 따라서 중년을 거치고 난 후에야 영성체험에 대해 깊이 생각하는 것이 자연스럽다고 할 수 있겠다. (물론 특이하게 신앙 활동에 몰입하면서 영성체험을 일찌감치 경험하는 소화 데레사 성인 같은 종교천재들도 간혹 있기는 한다.)

이들이 지향하는 내적인 영성 체험은 선무당을 찾아가 그들의 주술적인 태도에 홀려 귀신이나 신령들을 찾는 이들의 무속체험과는 많이 다르다. 기복적인 신앙에 깊이 빠진 이들은 즉

건강한
신체 없이
건강한
영성이 없고,
또한
건강한
영성 없이
건강한
신체도 없다.

각적이고도 물질적인 성공 혹은 분수에 넘는 재물을 신령스런 대상들에게 빌지만, 진지하게 영성 체험을 하려는 이들은 물질세계의 성공을 뛰어 넘는 내면세계의 깊이를 지향한다. 이러한 영성체험은 교파의 차이나 종교 교리, 혹은 종교 교단에서의 활동과는 다른 방식으로 다음과 같은 특징들을 보인다.

첫째는 외부의 조건을 뛰어넘는 자신만의 내면세계로 진지하게 들어간다. 이러한 내면에 대한 관심은 궁극적으로는 물질에 대한 집착이나 과학 혹은 기술만능주의를 극복하게 도와준다. 자신의 내부를 들여다보는 과정(Introspection)은 단순히 윤리적으로 자신을 재판하거나 과학적으로 분석하여 이성적으로 이해하는 것과는 많이 다르다. 윤리나 과학은 합리적인 태도를 지나치게 강조하기 때문에 상처받은 영혼을 따뜻하게 보듬지 못할 때가 많다. 진정한 영성체험을 원한다면 내면을 들여다보긴 하되 차가운 이성적인 태도로 자신을 무자비하게 분석하기보다는 따뜻한 감정적 체험을 통해 상처까지 보듬어야 할 것이다. 그래서 그다지 깊은 지적인 배경을 갖지 않는 일반 신도들은 보통 영성 체험 동안, 참 많이 울고, 많이 느꼈다고 많이들 진술하는데 이는 영성체험의 감성적인 면이 크게 부각된 것이라고 할 수 있겠다.

이러한 영성체험을 통해 내면에 대한 관심을 갖되 자기 안으로만 빠져 드는 자폐적이거나 정신분열적인 태도와는 확실히 거리를 두어야 할 것이다. 영성체험을 함으로써 궁극적으로는 그 체험을 양분으로 다른 이들과의 사랑을 나누게 되어야 하는 것이지 혼자만의 세계에 갇혀서 신비스런 기분에 홀린다면 매우 위험한 일이 아닐 수 없다.

둘째로 영성체험은 교단의 위계질서를 강조하는 전통 종교 교단의 의식과는 달리 영성체

험을 지도하는 이들, 예컨대 교사나 사제 혹은 구루 등과 동등하고도 개인적인 관계를 가질 여지가 많다. 물론 영성훈련을 지도하는 수도자들이나 참선을 지도하는 선승들과 이들로부터 영성체험을 지도받는 이들이 민주적인 관계를 유지한다는 것은 이론적으로나 실제적으로 불가능한 일이다. 그러나 사회의 권위, 인성을 억압하는 답답한 제도적 틀을 깨고 나가는 것을 지향하는 영성훈련은 기존의 권위적인 종교적 관습과는 전혀 다른 보다 민주적인 체험을 강조한다. 즉, 자신을 지도하는 상대방에게 맹목적으로 의지하거나 도그마적 교리에 얽매어 기보다는 내면의 목소리에 귀를 기울여 절대자, 혹은 깨달음의 상태에 각자가 직접 대면하게 하는 것이다.

간혹 영성체험을 지도하는 사람들이 자신들을 이상화하거나 지나치게 권위적인 태도를 보이고, 심지어는 과대망상적 태도로 자신을 신격화하기도 하는데, 이는 매우 위험한 일이 아닐 수 없다. 한 때 시대를 풍미하던 인도의 구루들이 결국 사생활 문란과 사치 낭비들로 몰락의 길을 걸었던 것, 혹은 신비주의적 사고 집단들이 광인들이나 보이는 끔찍한 양태를 보이는 것들이 아마 그 구체적인 예가 될 것이다.

세 번째로는 어떻게 보면 매우 개인적인 사적인 영성체험을 통해서 오히려 타자와의 열린 대화가 가능함을 체험해야 한다. 영성 훈련을 받는 이들이나 좌선 등을 통해서 물질주의적 세계관으로서는 체험할 수 없는 인간의 깊은 심성을 만나게 되면, 그 신비한 체험을 자신만 혼자 소유하기가 오히려 힘들다. 자신의 영성을 깊이 들여다보고 스스로의 영혼과 진실한 대화를 나누고 인정하면, 자신을 제대로 사랑하는 방법과 타인을 사랑하는 법 역시 자연스럽게 체득하기 때문에 그 넘치는 사랑을 나누

제대로 훈련 받은 분석가들은 피분석자에게 고압적인 태도를 보이며 일방적인 교육을 하려 하지 않는다. 대신 피분석자들이 내적인 성찰을 통해 자발적으로 자신의 문제점을 통찰하게끔 도와준다.

고 싶어지는 것이다. 자신을 진정으로 사랑하는 사람들만이 타인들에 대해서도 깊이 존중하는 자애로운 마음을 제대로 지니고 성장시킬 수가 있다.

이런 사랑의 소통체험은 종교, 인종, 국가, 세대, 사회적 지위의 차이들을 뛰어 넘는다. 훌륭한 선사들이나 진정한 종교 지도자들에게 지식과 지위의 고하에 상관없이 사람들이 모여드는 현상은 정치인들이나 학자들 밑으로 특정한 목표, 혹은 자신들의 이익을 지향하는 사람들이 계약관계에서 만나는 것과는 전혀 다르다.

영성체험 동안의 내면적 관심, 되살아나는 감정적 측면, 지도자와의 열린 대화, 그리고 자신에 대한 관심이 타자에 대한 관심으로 연결되는 현상은 정신 분석가들의 상담과정과 매우 유사하다. 제대로 훈련 받은 분석가들은 피분석자에게 고압적인 태도를 보이며 일방적인 교육을 하려 하지 않는다. 대신 피분석자들이 내적인 성찰을 통해 자발적으로 자신의 문제점을 통찰하게끔 도와준다. 또한 기계적인 의학치료와는 달리, 분석가와 피분석가의 영혼이 분석 과정을 통해 서로 만날 수 있다는 사실을 강조한다. 또한 이런 분석과정은 결국 자신의 현상과 자아를 넘어 보다 초월적이고도 통합적인 참 자기를 찾는 목표를 갖게 되는데 이는 영성 체험 동안 절대자와의 만남이나 대오각성을 향해 정진하는 과정과 매우 유사하다.

또한 분석과정과 영성체험은 마지막의 어떤 목표만을 위해 그 중간 과정을 생략하거나 희생하지 않고, 과정에서 얻는 경험 그 자체를 중요시한다는 점에서 서로 비슷하다. 영성체험의 지도자들은 영성 수련을 하는 일들이 자신의 내면을 들어가는 과정을 하나하나 밟으면서 그 과정에서 겪는 정신적 변화를 관찰하도록 조심스럽게 도와준다. 따라서 한두 번의 부흥회 등

을 체험하고 거듭났다고 주장하는 이들과는 전혀 다르게 오랜 과정을 거치면서 더욱 탄탄하고 내실 있는 마음의 변환을 경험하는 것이다.

정신분석과정 역시 분석가와 피분석가는 서로에게 어떤 영향을 주고 있는지 또 이에 따라 피분석자는 어떻게 변화하는지를 차근차근 관찰한다. 다시 말해 분석이란 과정을 통해 분석가와 피분석가는 양방향으로 뚫려 있는 의사소통을 경험하며 이런 소통을 통해 피분석가는 분석가의 도움을 받아 자기의 깊은 정신세계로 들어갈 수 있게 된다(양 방향의 동등한 의사소통을 강조하는 융 분석심리학과와는 달리 프로이트 학파 분석가들은 철저하게 피분석자 정신의 거울 역할을 하기를 강조한다. 환자의 뒤에 앉아 분석을 하는 것은 분석가들의 감정이나 생각을 보이지 않고 중립적인 자세를 지니는 것이다. 반면에 융 분석심리학자들은 환자와 마주 앉아 자신들의 살아 있는 감정을 보여 주고 피분석자가 치료자에게 느끼는 감정의 움직임, 예컨대 전이와 역전이 현상들을 많이 다루려 한다.)

영성체험 중에도 물론 지도자의 성격에 따라 훈련의 성격이 달라질 수 있다. 자신의 살아 있는 감정을 솔직하게 보여 주는 지도자가 있는 반면에 철저하게 중립적인 입장에서 영성훈련을 하도록 지도하는 이들도 있다. 어느 쪽이 더 효과적이나 하는 것에 대한 일반적인 결론은 내릴 수 없다. 영성 체험을 하는 이들의 경험은 각자 매우 독특하고 그 개성을 존중해 주어야 하기 때문이다.

가끔 심리 분석을 받는 도중에 영성훈련을 같이 시작하는 이들이 있다. 서로 보충하는 관계에 있으면 좋으련만, 영성훈련에 비해 심리 분석은 하위에 있는 치유방식이라고 생각해서 심리 분석을 그만두는 경우도 있다. 또 어떤 정

의학과 종교체험은 서로 보충적인 관계가 되어야 마음과 몸이 아픈 사람을 진정으로 도와 줄 수 있는 것이지, 어느 한쪽이 진짜 치료라고 주장하는 것은 솔로몬 재판의 두 어미처럼 마침내 환자를 두 쪽으로 분리시키고 말 터이다.

신치료자들은 영성의 중요성을 간과하고, 종교적인 체험 자체를 부정하거나 심리적 퇴행현상으로 환원하기도 하는데 이들은 모두 피분석자들의 성숙하고도 완전한 심리적 발달의 목표에 도달하는 데에는 전혀 도움이 되지 않는다. 의학과 종교체험은 서로 보충적인 관계가 되어야 마음과 몸이 아픈 사람을 진정으로 도와 줄 수 있는 것이지, 어느 한쪽이 진짜 치료라고 주장하는 것은 솔로몬 재판의 두 어미처럼 마침내 환자를 두 쪽으로 분리시키고 말 터이다.

유감스럽게도 의학영역에서는 종교에 대한 공부를 소홀히 하고, 종교지도자들 중에는 선부르게 스스로를 신비한 치유 은사를 받은 이로 간주하고 비과학적인 치병행위를 하는 경우가 있다. 실질적으로 상처받고 힘들어지는 것은 종교와 의학 모두에서 제대로 도움을 받지 못하는 환자가 될 것이다. 자신이 배운 종교적 지식, 혹은 의학이나 과학지식이 전부가 아니라는 사실을 깨닫고, 전혀 다른 분야에도 관심을 갖고 열린 의사소통을 할 수 있는 사회에서는 몸과 마음이 아픈 사람들이 위로를 얻지만, 자기와 다른 배경을 가진 이들이 서로를 불신하고 헐뜯는 사회에서는 약하고 아픈 사람들의 고통만 더해질 뿐이다.

이런 맥락에서 최근, 영성에 관심을 갖는 정신과 의사들의 숫자가 늘고, 또 심리학에 관심을 갖는 종교 지도자들이 늘어나는 것은 매우 반가운 현상이 아닐 수 없다. 비록, 국민소득이나 무역량으로는 전 세계의 으뜸가는 선진국이 아니지만, 영성의 깊이와 심리학적 성숙에서는 전 세계의 으뜸가는 선진국이 될 수 없나 뜬금 없지만 진심으로 기원해 본다. 🐼