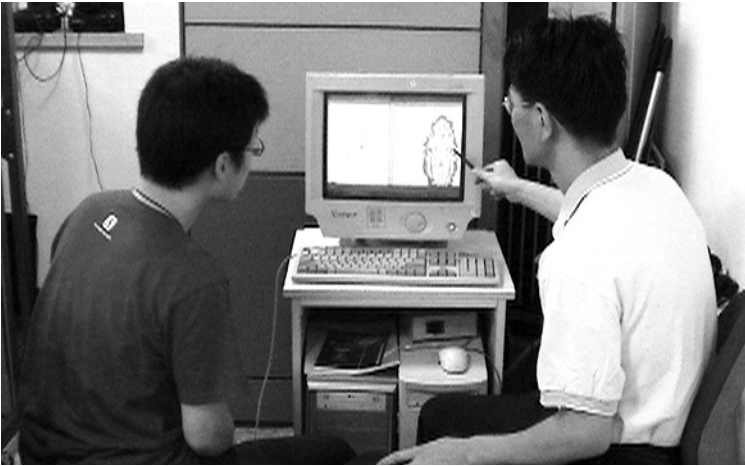


‘빛과 소리’ 명상법 효과 측정 -GDV와 EEG를 중심으로-



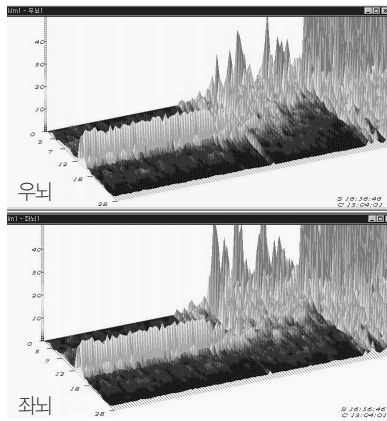
지난 1월 ‘빛과 소리 연구소’가 탄생한 이래 몇 가지 작은 준비를 해왔습니다. 즉 고전압 가스 방전을 이용해 생체광자를 측정하는 GDV와 뇌파 측정기인 EEG, 음성을 분석해 신체와 감정체의 에너지상태를 측정하는 BRT기기 등을 사용하여 명상전과 후에 인체의 오라와, 뇌파, 진동수 등에 어떤 변화가 있는지를 살펴보는 것입니다. 흥미로운 점은 오래도록 빛과 소리 기기 수련을 해 온 사람은 명상에 들자 눈에 띄게 알파파영역이 크게 올랐고 일반 명상자는 전반적으로 뇌파가 가라앉았다는 점입니다. 그리고 GDV를 이용해보았을 때는 일반 명상자가 약간의 전반적인 에너지 증가를 보인 반면 빛과 소리 명상자는 차크라 부분의 에너지 교환과 흡수를 보였습니다. 여기 그 결과들을 소개합니다.

(※ 아직 미약한 임상과 결과이나 점차 세밀하고 지속적인 연구를 진행해 나갈 것이니 많은 관심 바랍니다. 빛과 소리 명상 무료체험을 02-747-2261로 신청 바랍니다.)

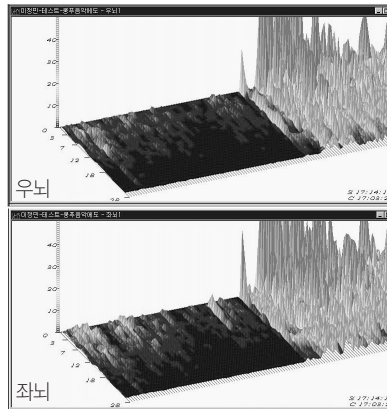
첫 번째로 빛과 소리 명상을 오랫동안 해온 K씨의 명상 전과 명상 후의 인체 오라 및 차크라 에너지 변화를 GDV를 통해 분석해 보았고, 두 번째로는 빛과 소리 명상을 많이 해보지 않은 L씨의 명상 전과 명상 후의 변화를 살펴보았습니다.

**빛과 소리 기기를 사용하지
때-자발적인 명상을 통한 뇌파상태**
(해석: 김현철 소장)

K씨의 경우 매우 지적인 활동을 많이 하고 빛과 소리 기기를 약 8년간 꾸준히 사용한 사람인데 반해서, L씨의 경우는 매우 정적인 성격의 소유자이고 빛과 소리 기기를 처음 사용한



K씨의 자발적인 명상(사진 1-K)



L씨의 자발적인 명상상태(사진 1-L)

사람이다.

특이사항 : 양 사례의 경우 특정한 뇌파형태가 형성되기 이전에 좌우 뇌의 활동이 급격히 증가하다가 갑자기 어떤 특정한 의식 상태에 도달하게 됨을 보여준다. 이 때 양 두뇌반구의 균등한 조화와 특정한 모양을 갖춘 뇌파형태가 만들어진다는 점이다.

K씨의 경우 약10-12Hz대역에서 높은 활동을 유지하지만 그 나머지 범위는 전무한 상태이다. 이는 선승들의 뇌파측정에서 나오는 전형적인 알파파 우세 또는 고도의 집중 상태의 뇌파상태와 매우 유사하다.(사진 1-K)

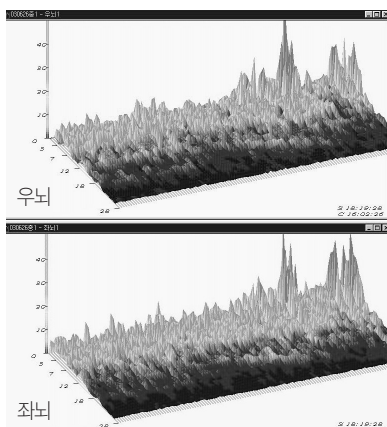
L씨의 경우 모든 대역의 뇌파활동이 전무한 상태를 보여준다. 이는 앞

의 기사(뉴로피드백을 이용한 뇌기능 최적화)에서 나오는 호흡의 길이가 1분이 넘는 사람으로 깊은 명상상태에 있을 때 뇌파상태와 유사하다.(사진 1-L)

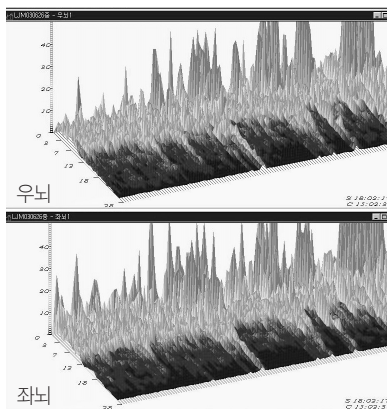
빛과 소리 기기를 사용한 뇌파 상태

1)세션 시작

빛과 소리 기기에 익숙한 K씨는 세션이 바로 시작할 때 약간 빛과 소리 자극에 영향을 받을 듯이 보이다가 1분이 경과하자 빛과 소리 자극에 별다른 영향을 받지 은 듯이 높은 전압 들은 안정된 상태로 만들어 졌다.(사진 2-K)



K씨의 빛과 소리 세션 시작(사진 2-K)

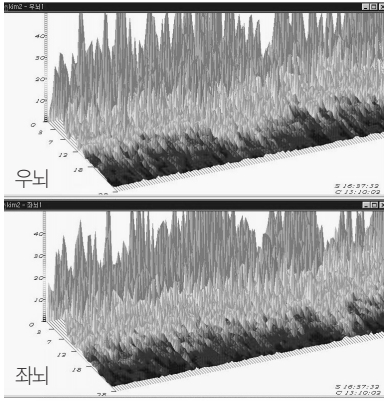


L씨의 빛과 소리 세션 시작(사진 2-L)

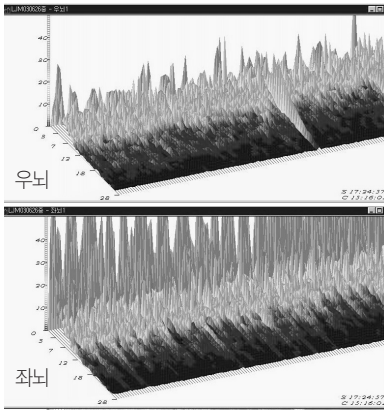
빛과 소리 기기를 처음 사용한 L씨는 세션 시작할 때 매우 높은 좌/우 뇌의 높은 전압의 상승을 보여준다. 아마도 이는 빛과 소리에 빨리 적응하지 못하는 것 같았다. 그리고 3분이 경과 하자 서서히 우 뇌의 활동은 약해지고 좌 뇌의 활동은 점점 높아지기 시작하였다.(사진 2-L)

2)세션 핵심

K씨의 사례에서 빛과 소리 기기에 익숙한 피험자는 세션 도입부에서 안정된 뇌파를 지속하다가 약 8분이 경과한 시점에서 갑자기 좌/우 뇌가 동시에 높은 활동상태를 높여주고 있다. 이 시점은 피험자가 미간 차크라가 열릴 때의 뇌파상태와 일치하였다. 이러



K씨의 빛과 소리 세션 핵심(사진 3-K)



L씨의 빛과 소리 세션 핵심(사진 3-L)

한 좌/우 뇌의 높은 전압의 활동은 거의 8분 가량 지속하였다. 그런 다음 좌우 뇌파활동은 세션시작과 같이 균등하게 안정되었다.(사진 3-K)

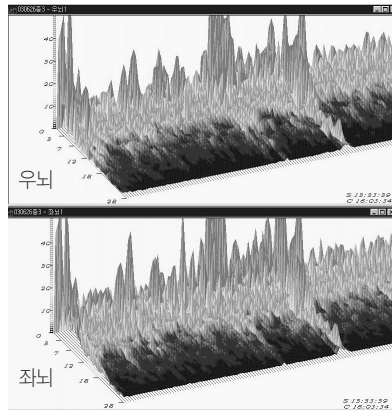
L씨의 사례에서 빛과 소리 기기를 처음 사용한 사용자는 세션이 진행한 지 10분이 경과하자 좌우 뇌의 활동은

현저한 차이를 보여주었다. 이 때 피험자는 수면과 같은 상태로 의식이 깨어있지 못했다. 이 상태에서 좌 뇌는 급격히 활동이 증가하는 반면에 우 뇌의 활동은 매우 약해졌다. 이러한 비대칭은 세션이 종료하기까지 거의 계속 진행되었다.(사진 3-L)

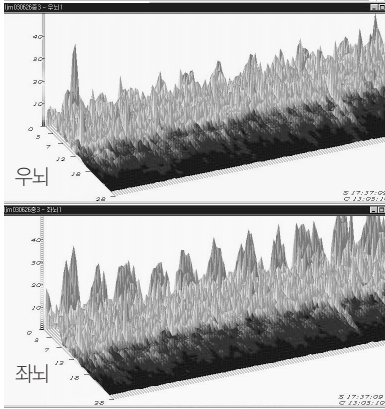
3) 세션종료

K씨의 경우 세션이 종료, 즉 주의력이 외부로 향해지기 시작하자마자 좌우 뇌의 활동은 거의 같은 패턴으로 다시 상승하기 시작하였다.(사진4-K)

L씨의 경우 세션이 종료하자 좌 뇌의 활동은 서서히 둔화되는 반면 우 뇌 활동은 다시 활동하기 시작함을 보여준다.(사진 4-L)



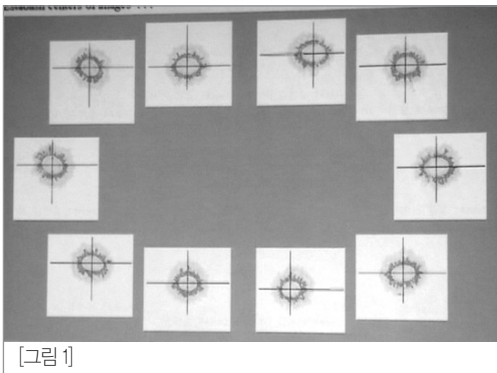
K씨의 빛과 소리 세션 종료 직후(사진 4-K)
좌우뇌와 에너지 변동이 일정한 것으로 봐서 전뇌가 동조되어 있는 상태로 보인다



[씨의 빛과 소리 세션 종료 직후(사진 4-1) 좌뇌 뇌의 에너지 상태가 비대칭으로 움직인다.

- K씨(39세)의 GDV분석 - (해석: 양홍모 교수)

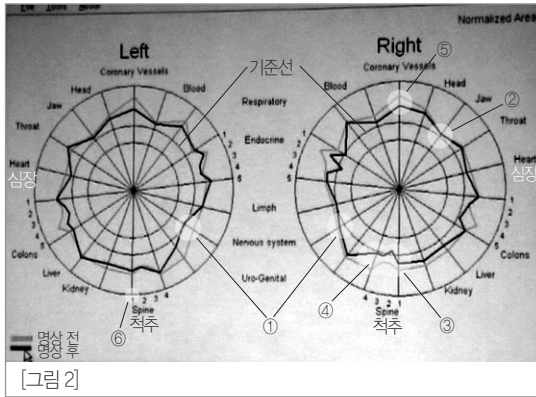
[그림1]은 K씨의 열 손가락에서 나오는 광자에너지를 GDV 카메라로



포착한 사진입니다.('GDV의 원리' 참조) 사진에서 가운데를 기준으로 왼편 다섯 개의 그림이 왼손가락이며, 오른쪽 다섯 개는 오른손가락 그림입니다. 중앙 윗 부분이 엄지이고 순서대로 검지, 중지, 약지 그리고 중앙 아래가 새끼손가락입니다.

이것을 다시 분석하기 위해 [그림 2]에서와 같은 그래프 상태의 그림을 볼수 있습니다. 이것은 [그림 1]에서 보았던 손가락의 광자에너지를 그래프로 나타낸 것입니다. 그래프 상에서 에너지 레벨 상태를 살펴볼 수가 있습니다.

[그림2]에서 굵은 선이 명상 전의 상태이고 굵은선 바깥의 희미한 선이 빛과소리 명상 후의 상태입니다. 명상 전과 명상 후를 비교해 보면 약간 그래프 모양이 변형된 것을 볼수 있습니다. [그림2]에서 명상 전에 상태를 먼저 보시면 신경 시스템(Nerves system-그림2의 ①)의 에너지 레벨이 다른 몸의 부위보다 낮아져 있는 것을 발견할수 있습니다. 이 분은 우뇌를 활성화시켰기에 좌측 신체의



[그림 2]

신경 부분의 에너지가 올라간 것으로 보입니다.

[그림2]에서 왼쪽 그래프는 신체의 왼쪽 에너지 레벨을 나타내며, 오른쪽 그래프는 신체의 오른쪽 에너지 레벨을 나타내는 것입니다. 그래서 [그림2]의 빛과 소리 명상 전 오른쪽 그래프를 보면 겹쳐져 있는 부위가 림프(Lymph) 면역계 쪽, 그리고 턱(Jaw)부위, 그리고 척추(Spine)에 2번(그림2의 ③) 라인이 상당히 하강되어 있습니다. 2번은 흉추영역입니다. 흉추영역의 에너지가 낮아져 있는 것이 표현되고 그 다음 여기(그림2의 ④) 4번 라인이 낮아지는 것을 볼 수 있습니다.

자! 지금까지는 굵은선 즉 명상 전의 상태를 보았고, 명상 후를 보면 지

금 아까 우리가 초점을 맞췄던 왼쪽의 에너지 레벨에서 신경시스템 라인이 상당히 증강된 것을 볼 수 있습니다.

왼 시스템의 신경기능이 증강되었다는 것이 뇌에서의 어떤 작용과 연관이 있는지 살펴보겠습니다. 뇌에서는 관상동

맥 혈관(Coronary Vessels) 을 봐주어야 하는데 관상동맥 혈관의 명상 후 라인(희미한 선)이 [그림2]의 ⑤ 부분에서와 같이 증강되어 있습니다. 그리고 뇌의 어느 부분이 증강되어 있는냐 하는 것은 다음의 오라사진에서 좌뇌, 우뇌로 살펴보겠습니다.

좌뇌, 우뇌를 말해보자면 재미난 현상을 볼 수 있습니다. 신경을 전달해주는 통로가 즉, 척추(Spine)인데 척추 1.2.3.4의 영역이 1번의 씨비컬, 2번 흉추, 3번 요추, 4번 골반인데 여기서(그림2-⑥) 신체 왼손의 영역에 선 거의 변화가 없습니다. 그대신 신경시스템은 상당한 변화가 오고 (뉴로 지남철?)도 상당히 변화가 왔는데, 반대로 신체의 오른쪽 라인을 보면 척추 영역에서 1번 (씨비컬), 2번, 3번, 4번

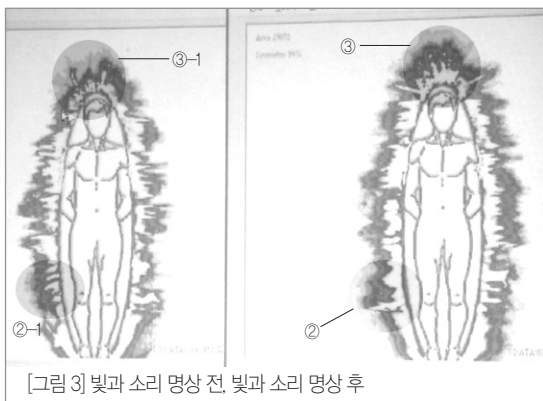
라인이 확실히 많이 증강되었습니다. 그런데 재미있는 것은 이 (그림2-③) 척추의 신경활동이 활발해 졌는데, 신경시스템이 오른쪽에선 거의 변화가 없는데 왼쪽에선 상당히 영향이 많이 들어왔다는 것입니다.

이것은 신체영역에 빛과 소리 명상이 실질적으로 척추부위에 어떠한 에너지 변화를 가져다 주었고, 그 상황이 보여지면 거기에 맞춰서 감정적인 변화가 더 많이 왔다고 보여집니다. 왜냐하면 여기 신체적인 신경시스템의 변화는 거의 없는 대신에 왼쪽 신체부위의 신경시스템에는 에너지 변화가 많이 온 것을 보면, 사실 척추의 에너지 변화는 실질적으로 왔지만 감정영역으로 많이 왔기 때문에 우선 이분은 감정의 조절을 많이 받는 말하

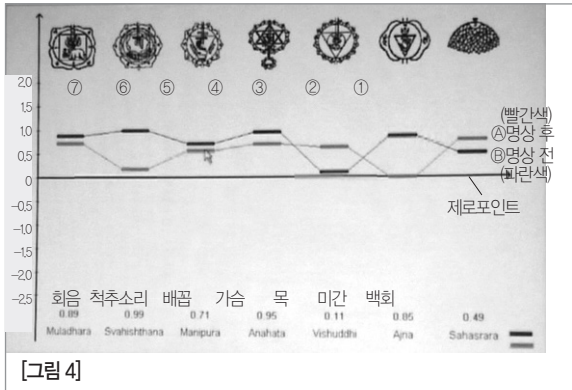
자면 그런 성향(성격)이 좀 강하다고 볼 수 있겠습니다. 예를 들면 화를 낸다면 화를 꼭 참고 있는 것이 아니라, 우선 감정적으로 표출을 시켜야지만 몸이 편안한 상태입니다. 그런데 만약에 앞으로 시간이 있어서 한 번 더, 두 번 세 번 앞으로 계속 명상체험 후에 찍으면 실제로 신경시스템의 신경에 지 변화가 많이 올 것으로 생각됩니다. 그럼 이것을 다시 오라 장으로 보겠습니다.

[그림3]에서 왼쪽 그림이 빛과 소리 명상 전이고 오른쪽이 명상 후입니다. 하얀 에너지 띠가 전체 몸을 다 둘러싸고 있으면 매우 건강하다고 볼 수 있습니다. 실제로 빛과 소리 명상 후 변화의 상태인 오른쪽의 그림3-②

부위를 보면 왼쪽에 비해 에너지 혈류 개선이 상당히 증강되었다는 것을 볼 수 있습니다. 여기 그림3-②-1 에너지가 적다가 많이 증강된 것이 보이시죠. 그러니까 명상을 통해 혈류가 증강되었다는 것을 뚜렷하게 오라장을 통해 보여



[그림 3] 빛과 소리 명상 전, 빛과 소리 명상 후



[그림 4]

줄 수 있다는 것입니다.

그리고 그림3-③, 그림3-③-1 머리 윗 부위를 보면 명상 전에 비해 명상 후에는 송과선의 에너지가 많이 증강되었고, 또 전체 에너지가 머리에 상당히 많이 증강된 것을 보실 수 있습니다. 이분에게는 빛과 소리 명상이 상당히 도움이 되지 않았는가 생각됩니다.

자, 그리고 이제 차크라 그림을 통해 살펴보겠습니다. 차크라를 처음에 빛과 소리 명상 전에 것은 열은색 그래프로 나타나고 빛과 소리 명상 후에는 짙은색 그래프로 표시가 됩니다. 참고로 [그림4]에서 그래프 윗부분의 차크라 그림은 오른쪽에서부터 두정(頭頂) 차크라, 미간(송과선) 차크라, 인후(咽喉) 차크라, 가슴 차크라, 하단전 차크라, 생식선 차크라, 회음 차크

라입니다.

차크라 그래프를 이해하기 위해 먼저 본인의 차크라 선의 평균선을 직선으로 긁습니다. [그림4]에서 대략 평균선은 0.5 선상입니다. 이 평균선보다 하강된 것은 여기(그림4-②)

미간 차크라 부분입니다. 이것은 송과선의 에너지가 많이 모자라거나 신경을 많이 썼거나 하는 상태였다가 명상 후에 상당히 많이 증강된 것을 볼 수 있습니다. 그리고 명상 후에 인후(咽喉) 차크라(그림4-③) 부분이 다운되었다고 볼 수 있지만 이것은 인후 차크라의 에너지와 미간(송과선-그림4-②)차크라의 에너지가 서로 순환되면서 올라오는 현상이라 볼 수 있습니다. 그 대신 여기(그림4-⑥) 생식선의 에너지 레벨이 상당히 올라왔기 때문에 전반적으로 좋아졌다고 볼 수 있습니다. 전반적으로는 에너지 증강이 빛과 소리 명상 20분을 통해서 많이 증강되었다고 볼 수 있겠습니다.

이상이 빛과소리 명상을 오랫동안 해오신 분의 명상 전과 명상 후의 GDV를 통한 분석이었습니다. 이번에는 빛과소리 명상을 처음해보시는 분의 명상 전과 명상 후의 분석입니다.

- L씨(22세) GDV 분석 -

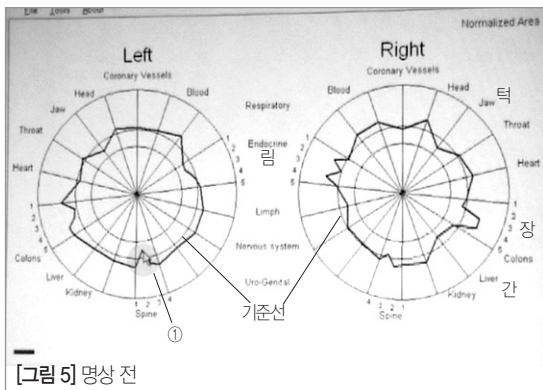
다음은 22세 되는 L씨의 빛과소리

명상 전과 후의 결과를 살펴보겠습니다.

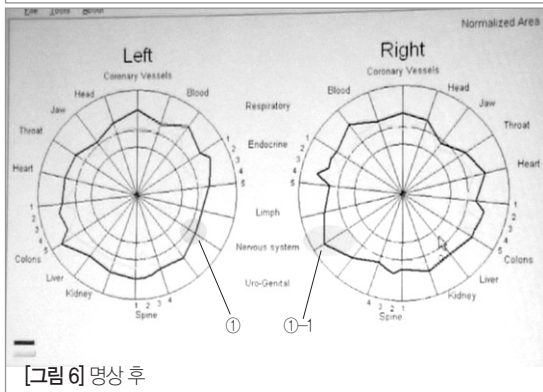
[그림5]는 빛과 소리 명상 전의 상태를 나타낸 그래프입니다. 기준선을 중심으로 내려간 쪽을 보면 왼쪽의 척추(Spine-그림5-①) 2번입니다. 왼쪽의 2번이 흉추쪽이고 오른쪽 흉추쪽

은 에너지 변화가 없지만 림프(Lymph) 이 기준원 상에서 에너지가 내려와 있고 그 다음에 내려온 것이 턱(Jaw)쪽입니다. 그 다음에 간(Lyver)쪽, 장(Colous) 쪽 장쪽은 에너지 레벨의 기복이 심한 게 에너지 레벨이 증강된 부위도 있고 내려온 부위도 있습니다.

다음은 빛과소리 명상 후를 살펴보겠습니다. 위에서 살펴본 명상 전의 그래프 오른쪽에서는 간(Liver)의 변화가 상당히 많이 왔습니다. 척추(Spine) 의 2번 흉추 에너지선도 상당히



[그림 5] 명상 전



[그림 6] 명상 후

증강되었습니다. 그래서 낮아져 있는 부위를 중점으로 보면 척추의 에너지가 상당히 증강됐습니다. 그리고 오른쪽은 척추에너지의 변화는 별로 없는데 비해 왼쪽의 척추부분은 많이 변해 있습니다. 이것은 감정변화가 또 역으로 신체에 영향을 줄수 있다는 좋은 예라고 여겨집니다.

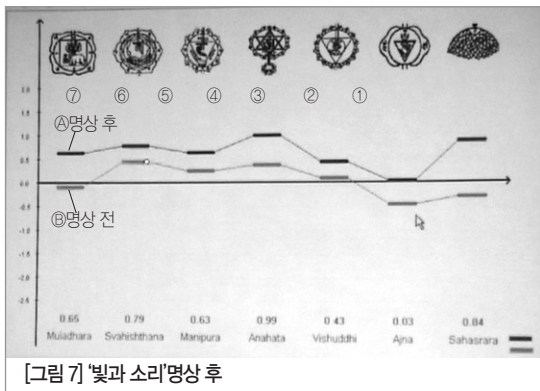
그리고 앞의 K씨와는 다르게 여기 (그림6-①) 신경시스템을 한번 보십시오. 명상 전이나 명상 후에나 신경시스템에는 변화가 없습니다. 그런데 오른쪽 신체의 신경시스템(그림6-①-1)을 보면 큰 편차로 영향을 주고 있습니다. 그래서 사실은 감정적인 영역의 에너지가 신체의 에너지 변화를 줄 수도 있다고도 볼 수가 있습니다.

자! 그럼 차크라 그림을 보겠습니다.(그림7)

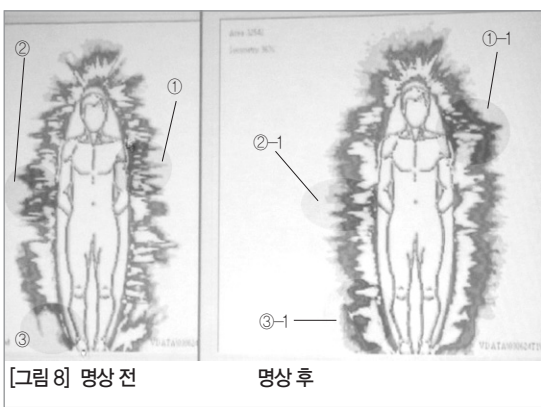
[B]그래프는 빛과소리 명상 전이고 [A]그래프는 빛과소리 명상 후의 그래프입니다. 먼저 명상 전인 [B]를 보면 전-후, 좌-우 균형이 약간 깨져있다가, [A]의 명상 후를 보시면 상당히 에너지 증강이 많이 올라가면서 전반적으로 에너지 혈류라든지 심장차크라, 또 백회쪽에 에너지들이 많이 올라가 있습니다. 이분도 명상을 통해서 앞으로 많은 신체의 에너지나 또 신체 건강으로 많은 도움이 되지 않을까 생각됩니다. 그러나 이분은 전반적인 에너지가 약간 올라갔을 뿐 이전 K씨처럼 떨어졌던 기간 차크라가 올라가지 않은 것을 보면 아직 빛과 소리에 큰 영향을 받지 않는 것으로 보입니다. 아마 처음이라 그럴수도 있겠지요.

다음은 오라상태를 보도록 하겠습니다.

[그림8]에서 왼쪽이 빛과소리 명상 전의 오라상태이고 오른쪽이 명상 후의 오라상태입니다. 명상 전의 에너지 레벨



상태를 보시면 여기[그림 8-①]에 상당한 에너지 결핍이 있다가 명상 후에 보면 에너지가 많이 증가했습니다(그림8-①-1). 그리고 여기(그림8-②) 심장(Heart) 도 마찬가지로 에너지가 많이 결핍되었다가 많이 차오르고 있습니다(그림8-②-1).



또 간(Liver) 의 에너지가 많이 증가되고 더 재미난 곳은 여기(그림8-③) 하체의 에너지가 거의 없다가 완전히 더 많은 에너지가 물리고 있는 것이 보여 집니다(그림8-③-1). [그림8-③] 부분이 림프(Lymph) 면역계입니다. 그래서 면역체계가 우리 몸에서 가장 중

요하다고 본다면 이곳의 에너지가 먼저 증가되는 것은 상당히 좋은 현상으로 보여 집니다.

그리고 전체적으로 에너지가 부족했다가 명상 후 몸 전체에 고르게 에너지가 많이 증강되었다는 것을 볼 수가 있습니다. 