

잠자고 있는 거대한 유기체적 마음을 일깨우는 신성무

이원규

지난번 구제프 신성무 1차 공개강의 때 여러분들이 찾아주었지만 많은 호응이 없어 본강의로 이어지지 못해 아쉬웠습니다. 그로 인해 국내에 구제프를 소개해보겠다는 우리의 뜻이 희미해지고 있었습니다. 참가자들이 그런 반응을 보였다면 별로 해볼만한 가치가 없는 것이 아닐까 생각했기 때문입니다. 그런 생각들에도 불구하고 마음 한구석에는 그에 대해 끌리는 부분이 남아있었습니다. 구제프라는 사람에 대해 그토록 많은 이야기들이 전해지는 것은 다 알은 전설에 불과한 것일까? 만일 그렇다면 지금도 있는 파리의 구제프 학교와 세계전역에서 펼쳐지고 있는 구제프 관련 교육들은 무엇이란 말인가? 구제프와 우스펜스키의 글들을 읽으면 철저한 지성과 알지 못할 신비가 함께 공존하는 것을 느껴왔기에 이러한 아쉬움이 오래도록 가시지 않았습니다. 그런데 마침 공개강의 때는 시간도 짧았고 실제 체험보다는 설명으로 가버린 부분이 많았다는 것을 진행자로부터 들어 알게 되었고, 또 최근에 나온 구제프 관련 서적들에서 그가 신성무를 배우게 된 일련의 과정을 읽어본 후 다시 한번 마음을 내게 되었습니다. 우선 직접 경험을 해봐야겠다는 생각이 들었습니다. 신성무에 대해 많은 이야기를 들었지만 그것이 정말 무엇인가 체험해보기로 한 것입니다. 여기 그 짧은 체험담을 소개합니다.(편집자 주)



이제 막 국내에 구제프의 신성무를 소개하기 시작한 폴라와 달마에게 전화를 하여 한번 체험해보고 싶다는 의사를 밝혔고 10월 말 박태이 춤명상 연구소에서 몇몇 사람들과 2시간의 연습 및 2시간 여의 대화의 장이 마련되었다.

20여평 되는 공간은 좌우의 벽 전체가 거울로 되어 있어 한층 넓어보였다. 둥그렇게 원으로 둘러싸여 마주앉은 우리는 간단한 설명을 듣고 신성무 연습에 들어갔다.

폴라는 먼저 일련의 동작들을 하도록 지시하였다. 그 동작들은 복잡하기도 하였지만 인체의 좌우대칭성을 무시하는 것이었기에 따라하기가 무척 혼돈스런 것이었다. 즉 오른손과 왼손의 움직임이 다르고, 그 리듬도 엇박자여서 정신을 차리고 집중을 하지 않으면 금방 동작의 흐름을 놓칠 정도였다. 내 마음은 그 동작들을 따라하기에 여념이 없었다. 단순히 복잡한 동작이 아니라 익숙해있는 패턴을 깨어버리는 동작들이었기 때문이다. 우리는 보통 좌우 손이 같이 움직이는 것에 익숙해 있어서 두 손을 각각 다른 패턴으로 움직이게 하면 순간적으로 혼란에 빠진다. 거기다 머리까지 다르게 움직여야 하니 처음에 혼란은 극도에 달했다. 따라서 마음이 포기하지 않는 한 그 동작들을 따라하기 바빠서 다른 잡념이 일어날 여유가 전혀 없게 되었다. 이것이 신성무 동작이 내게 보여준 첫 번째 효과였다. 처음 생각으로는 도대체 이런 것이 어떻게 신성한 춤[神聖舞]인가 할 정도로 건조하고 무의미한 동작의 연속이었다.

그런데 폴라의 두 번째 지시부터 뭔가 마음에 다가오는 것이 있었다. 그것은 튜닝(Tuning)을 하라는 것이었는데 내가 하는 동작을 다른 사람과 맞추라는 것이었다. 마치 가수의 백댄서들이 일사분란하게 움직이거나 하나의 리듬에 맞춰 통일성을 가지고 움직이라는 것과 같았다. 그러면서도 눈은 정면을 바라보라고 하였다. 그래서 이 두 가지를 유지하기 위해서는 결국 의식을 확장시켜 전체의 움직임을 느끼며 미세한 징후들에 깨어있어야 했다.

여기에는 일견 모순된 지시가 동시에 부과되는 것처럼 보였다. 즉, 동작을 하기 위해서는 집중력을 발휘해야 했고, 전체와 튜닝하기 위해서는 의식이 확장되

어야 했는데 이것은 두 가지의 서로 상반되는 에너지 흐름이었기 때문이다. 집중은 구심적(求心的)인 에너지 흐름이며 레이저처럼 의식이 내적으로 응축될 것을 요구한다. 반면 주변과 맞추기 위한 튜닝에 필요한 확장은, 마치 눈이 어느 한 대상에 초점을 맞추지 않고 멍하니 전체를 바라보듯이 퍼져나가 가능한 더 넓고 크게 감싸안음을 의미한다. 그것은 원심적(遠心的)인 에너지 흐름이다. 이 상반된 두 가지 흐름을 동시에 만들어 내라는 것이다. 우리의 일상은 그렇지 못하다. 집중할 때는 집중하고, 이완하여 의식이 확장될 때는 확장될 뿐인 것이다. 이렇게 신성무는 일상의 의식패턴을 완전히 깨트리는 연습이었다.

그럼에도 불구하고 그저 믿고 따라하였다. 이렇게 전체를 자각하며 세부 동작들을 행하던 어느 순간 거대한 감동이 밀려왔다. 마치 동작을 통해 우리는 합창을 하고 있는 것과 같았는데 목소리의 합창이 아니라 온 몸과 마음의 합창이었고, 우리 모두가 동조되는 그 순간 밀려온 감동의 파도였다. 그것은 내가 전체와 잘 튜닝이 된 순간이었으며 동시에 그렇게 튜닝이 되었다는 것을 의식하는 순간이었다. 내적으로 집중되어 있었고 외적으로는 주변에 대한 의식을 잃지 않는 순간이 온 것이다.

어떻게 이런 상태가 올 수 있는 것일까?

처음 몇몇 연습을 거친 후 우리 대부분은 그 복잡하고 마음이 끊임없는 가운데서도 무어라 말할 수 없는 확장감을 느꼈으며 여유가 생겨났다. 그것은 빠르게 동작을 따라해야 하는 한편 또 다른 큰 마음이 전체와 튜닝을 해야했기 때문에 평상시에는 동작시킬 필요가 없었던 우리의 잠재력을 풀가동함으로써 생겨난 전체 의식, 또는 마음의 중심이었다. 그것은 마치 거대한 폭풍을 몰고오는 태풍의 외연은 수많은 대상물들을 상대하느라 바쁘지만 내면에 자리한 핵심인 태풍의 눈은 미동도 하지 않은 채 남아 태풍 전체의 중심이 되어주고 있는 것과 같았다. 게다가 단순한 중심이 아니라 전체를 의식하고 있는 거대한 중심, 우리 개인의 중심이 아니라 이날 신성무에 참여한 모든 사람들이 하나로 느껴지는 확장된 중심이었다.

또 한가지 뭔가가 있다고 느낀 것은 구제프의 제자들이 신성무를 추는 영화를 볼 때였다. 초보자인 우리에게는 단순한 동작이라 느껴지던 것들을 연습이 많이 된 구제프의 제자들이 하나씩 과연 춤이라고 느껴질 만큼 우아함이 있었다. 그리고 여러 가지 동작들은 우아한 춤에서 엄격한 군대식 군무에 이르기까지 다양한 모습을 보여주고 있었다. 그런데 우리가 놀란 것은 우아한 춤으로 보이는 그들의 동작 하나하나가 모두 계산된 것이었고 그 순간에도 무용수들의 마음은 철저히 동작을 세며 카운트를 하고 있다는 폴라의 설명 때문이었다. 이것은 그야말로 인간의 지성과 감성 의식 전체를 함께 다루는 테크닉이라 할 만했다.

어려운 동작을 따라하다 보면 어떤 이들은 많이들 틀렸고 나 또한 그만둘까 하는 마음이 들 때가 있었는데 그때마다 폴라는 이렇게 복잡한 동작을 시키면서 구제프가 한 말을 상기시켰다. “We can do it!” 여기에 우리의 일상과 명상이 접목되는 지점이 있다. 우리는 일상에서 얼마나 자주 마음이 지칠 때가 많은가, 뭔가에 힘들어 그만두고 싶은 마음이 들 때 신성무 연습이 된 사람이라면 그에 굴하지 않고 나아가는 키를 얻을 것이라 느꼈다.

2시간의 짧은 연습이었지만 의미있는 실습이었다. 이러한 의미를 파악한다면 겉보기의 건조한 동작이 발하는 신성함에 대해 깨어날 수 있으리라...

돌아와서 내가 느낀 것은 바쁜 일상의 일을 하면서도 동시에 거대한 유기체적 의식의 흐름 속에 있다는 느낌, 마치 배 위에서 갑판을 청소하고 난간을 닦는 개인적인 리듬을 타는 동시에 아주 미묘하게 출렁이는 거대한 바다의 리듬을 자각하는 것과 같이 되었다. 작고 미세한 일상의 일을 끊임없이 하면서도 이 순간 거대한 지구가 돌아가고 있음을 잊지 않는 것, 개별자아로서 입자처럼 행동하고 살아가면서도 동시에 거대한 생명의 파도에 실려 모두가 함께 출렁이고 있음을 자각하는 것. 신성무는 이 두 가지를 동시에 체험하게 하는 도구인 듯 했다. 