

자연의학의 혁명—자연의학과 식(識)

| 임종호 을지대학교 교수 |

지난 12-1호 별책으로 나간 임종호 교수의 “오토포이에시스와 신(神)의 약장(藥藏)”을 읽고 많은 분들이 좀 더 깊은 강의를 원하셔서 앞으로 ‘자연의학의 혁명’이란 주제로 몇 회에 걸쳐 글이 나가고, 더불어 강의도 진행하려 합니다. 우리가 쉽게 ‘병은 우리를 도우려는 신호’라고 말은 하지만 마음 깊이에서 그 진정한 논리를 발견하기는 쉽지 않습니다. 이 글을 통해 그 부분이 충분히 인정되리라 여겨집니다. 강의에 관심있는 분은 이글의 뒷부분을 참조하십시오(편집자 주).



‘진실로 존재하는 것이 무엇이나(객관적 존재론)’라는 고대 그리스 철학자 ‘파르메니데스’의 물음은 2천 5백년 이전의 일이다. 없다가 어느 날 생긴 것은 진실로 존재하는 것이 아니며, 있다가 없어지는 것도 마찬가지로이다.

그러므로 이러한 물음에 대한 나름의 답들이 바로 서양철학의 역사이며, 최소한 헤겔 이전까지는 그렇다고 할 수 있다(철학이 체계로서 존재할 때까지).

동양에서는 ‘있다는 것은 무엇이나(주관적 인식론)’라는 물음이, 물음 겸 답의 형식으로 소위 화두처럼 주어진다.

안이비설신(眼耳鼻舌身)이라는 감각과 그것을 해석하는 체계인 식(識: 의식, 무의식, 집단무의식)이 없다면 무엇이든 있을 수 없다.

반대로, 밖에 어떤 것이 없어도 적당한 주파수의 전기자극으로 이러한 감각을 자극하면 우리 의식은 밖에 그 무엇이 있다고 생생히 느끼며 이것이 바로 가상현실이다. 가상현실은 원리적으로 완전히 가능하며, 단지 얼마나 정교하게 하느냐는 기술적인 문제일 뿐이다.

그러므로 우리가 무엇이 확실히 있다고 판단하기 위해 밖에 무엇이 반드시 있어야 할 필요는 없는 것이다.

만약 가상현실에서 롤러코스터를 타고 있는 상태라면 모험을 즐기는 사람에게 그 장면은 스릴이 넘치는 장면이며, 반대로 이런 상황에 공포증이 있는 이라면 무서운 전율로 채색되어 경험될 것이다.

더 나아가 이러한 가상현실장치가 없어도 우리는 얼마든지 어떤 장면을 상상하고 만약 그 상상한 장면이 부끄러운 것이라면 얼굴이 붉어지고 심박동이 빨라진다.

종합해보면 있다는 것은 오로지 식(識)의 활동이며, 식은 무엇이 있는 것의 결정자이자 제조자이다.

그러므로 지금 당신이 느끼고 있는 모든 것이 바로 당신의 마음(識)이며, 그러기에 마음 알기가 세수하다 코 만지기보다 쉽다고 한다.

그러나 지금 보고 듣고 느끼는 모든 것이 마음이라고 고정시키면, 굳어져 더

이상 아무것도 보거나 인식할 수 없다. 그러므로 보이는 모든 것이 마음이 되려면 마음은 언제나 텅 비어 있어야 한다. 눈앞에 ‘아무 것도 없어야’ ‘모든 것이 보이는 것’처럼 말이다.

그러므로 요즘 개그콘서트에서 유행하는 ‘갈기도(개그 프로그램에서 ‘~인것 같기도 하고, 아닌 것 같기도 한’장면을 연출함)’의 일종으로 진공(眞空)이지만 묘유(妙有)이며, 또한 진공이기에 묘유인 것이다. 그러므로 자칫하면 본 것으로 눈이 멀고, 들은 것으로 귀가 먹는다.

‘오로지 마음뿐’이라는 것이 진리이지만, 현상을 사는 이들에게는 저 밖에 무엇이 없다는 것보다는, 무엇이 있는데 그것을 우리 마음이 나름으로 해석한다는 견해가 유용하다.

아무튼 물질관에 집착된 우리는 저 밖에 소나무, 바위, 냇물, 자동차 등이 오로지 객관적으로 존재한다고 말하고 싶어 것이다.

그러므로 일단 우리 눈을 그렇게도 자극하는 색에 대해 생각해 보자. 방금 학생들 채점을 끝냈기 때문에 붉은 색연 이 눈에 들어온다. 그렇다면 붉은 색은 객관적으로 존재하는가?

밤이 되어 그것을 비추던 빛이 사라지면서 색은 온데간데 없어지기에 붉은 색연 은 원래 존재하지 않음을 알 수 있다. 또한 색이란 그저 진동이며 그 진동을 망막과 뇌가 그렇게 해석하고 창작해낸 것이다.

붉은 색연 은 비로소 내 뇌의 식(識)에 와서 태어난 것이며, 붉다는 것조차도 당신도 나처럼 그렇게 느끼는지 확인할 길이 없다. 그저 어린 시절부터 그런 색을 붉은 색이라고 배웠으며 그랬기에 그런 색을 보면 붉다고 하는 것이지, 당신도 나처럼 바로 그렇게 그 색을 느끼는지는 영원히 알 수 없다.

당연하다고 느끼던 그 많은 것에 우리가 얼마나 속고 있었던 것인가! 우리는 이 순간 벌어지는 지금여기에 살고 있다기보다는 각자의 고정관념이 만든 그들만의 영화관 속에서 울고 웃고 사는 것이다. 그 영화관에서 밖으로 나와 실상을 보는 것이 사실은 병을 고치는 작업이고 그런 의미를 전하려는 것이 이

글의 목적이다.

만약 아픈 이가 그 통증을 내 눈앞에 보여 줄 수만 있다면 그 자리에서 그 통증을 부셔버릴 수 있다. 어떤 환자도 통증인 고통 그 자체를 본 적도 보여 준적도 없으나 괴로움이 너무도 크다.

상처나 고름, 세균과 바이러스, 주사바늘 자체가 통증은 아니다.

모두 다 결국 우리가 해석하여 만들어낸 것들이지만, 그렇다고 당장 아픈데 어쩔 도리가 있는 것도 아니다. 다만 통증은 객관적으로 존재하는 실체가 아니라, 뇌가(識이) 해석한 것임을 일단 인정하자! 같은 강도의 자극에도 우울증 환자는 극심한 통증을 느끼며 만성 통증환자의 경우 항우울제는 드라마틱한 통증 개선을 가져온다.

이쯤에서 질병에 대해서도 생각해 본다.

건강과 질병은 원래 존재하는 것인가? 그렇다면 건강을 잃었다거나 되찾았다는 말은 사실인가? 자연의 세계에 정상이나 비정상이란 과연 존재하는 것인가? 아니면 누군가 자신의 이해와 득실을 내세워 이기적 잣대로부터 만들어낸 것인가?

집중호우로 계곡물이 불어나 산사태가 생기는 것은 비정상적인 것인가? 물은 그저 위에서 아래로 흘렀으며 모든 것은 자연의 원리대로 한 것이다. 그러므로 정상이다.

독성이나 오염된 음식을 먹었기에 생명(자연)의 원리대로 위장 운동을 증가시켜 배설을 촉진하려다 보니 설사가 나고 배가 아픈 것이며 정상적 작용이다.

그러므로 자연이나 생명 그 자체에는 원래 비정상이나 질병이 있는 것은 아니며, 자연원리를 원리대로 100% 실천한 것이다.

그러므로 어떤 개체에게 그런 과정이 고통스럽다면, 생명의 자연스런 과정을 막을 것이 아니라(부분에 관여), 그런 환경에 처하지 않도록 해야 하는 것이다(전일적 접근).

그러나 오늘날 그런 '결과적 과정만'을 질병이라고 부르며 의학은 그것을 막는

것에만 집중하고 있다. 인위(부분적 방편)가 자연(전일적 목적)을 막을 수 없음은 당연하며 단지 시간의 문제이다. 그러므로 기계가 아닌 생명체(자연의 소산)의 치료는 반드시 자연스러워야 한다. 그렇지 않은 모든 치료는 시간은 걸리더라도 반드시 대가를 치러야 한다. 이것이 자연의 원리이며 생명의 원리이다.

(그림 1)에서 보는 생태에 자연결망처럼 자연에서는 어떤 부분도 단절된 부분이 아니며, 전체의 부분적 드러남이다. 이러한 연결망 견해는 모든 종교와 거의 모든 철학의 오랜 종지였다.

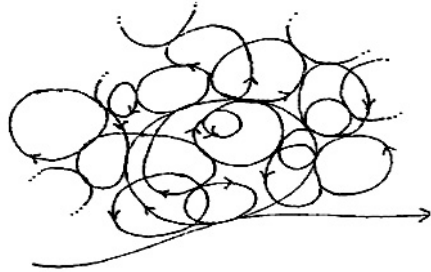


그림 1.

게다가 과학마저도 비국소성 원리(벨, 아스펙트)와 보즈-아인슈타인 응축현상의 거시적 차원에서 증명(201년 노벨물리학상)을 통하여 전일적이고 유기적인 자연임에 한 줌 의혹도 없게 하였다.

더군다나 생명체라는 자체 생태계안에서의 전일적 연결망은 더욱 더 치밀하며 밀접하다. 그러므로 어떤 부분만 제어하는 현대의학의 약물들은 반드시 생명시스템이라는 개체(전일체)에는 위해(危害)를 줄 수밖에 없다.

이것은 현대적 약물들이 본격적으로 소비되면서 암 발생이 증가한 것과 무관하지 않다. 암이란 전일적 통섭(統攝)에서 벗어난 세포들이며, 암은 전체에서 특정 부속만을 겨냥해 따로 조절하려는 현대의학의 전략(이런 개념을 약력학이라고 함)의 이미지이다.

가령 천식의 경우 기관지 평활근이 수축된 경우이므로, 기관지 평활근만 이완시키려는 것이 현대적 천식치료약물이다. 이때 증상은 완화될 수 있으나, 전체로서 하나인 몸의 조직력(신체의 지혜)에는 혼동이 오며 결국 하나 된

조직력은 손상되는 것이다.

오케스트라의 한 연주자가 자신의 예술적 재능을 자유롭게 다 발휘하지만, 그럼에도 전체곡조의 흐름에 단단히 결속되어 있는 것처럼, 생명에서 부분과 전체는 이러한 관계이며 생명의 본질이자 특성이다.

현대적 약물이란 일종의 몸의 언어체계를 흉내 낸 물질이며, 그러기에 의사가 원하는 부분만 겨냥하여 목적(증상억제)을 이루도록 몸을 속이는 것이다.

신체의 지혜가 열심히 상황을 판단하고 대처하는 회의를 주재하고 있는데 몰래 들어온 약물이 몇몇 회원에게만 다른 행동을 하도록 귀속 말을 하는 것과 같다.

아무튼 현대적 약물은 상기 그림의 화살표 연결망 중 일부를 차단하는 것이며, 그러기에 현대적 약물은 바로 독이다.

증상이란 그 자체로 그림처럼 화살표로 연결된 자연현상이며 불리한 상황에 처한 생명체의 복구노력이자 회생노력이다. 그런 증상을 발생시키고 있는 국부적 화살표만 특정 약물로 차단하면 증상은 일단 사라지는 것이다.

이것은 독을 목적에 맞게 쓴 것이며, 약리학 책의 서문들은 ‘그러므로 약은 반드시 독이니 함부로 쓰지 말 것’을 경고해 놓았다.

다시 강조하면 증상은 괴롭히려는 의도가 아니라, 고통스럽지만 신체의 지혜가 결정한 복구 노력이었기에, 증상억제는 그 개체의 건강성을 그 만큼 훼손시킨다.

만약 의사가 ‘신체의 지혜’보다 더 지혜롭다면 이러한 부분적 관여의 당위성도 인정이 될 것이다. 그러나 그런 의사도 그의 의학 지식으로는 단 1 도 자신의 신진대사조차도 어찌지 못하며 ‘신체의 지혜’ 덕으로 매순간 살아가고 있다.

(그림 2)의 좌측 거울처럼 있는 그대로를 비추어 보는 것이 아니라, 우측 거울처럼 각자의 감각 특성이나 경험, 그리고 식(識)의 특성에 따라, 같은 것도 다르게 본다. 우리 모두는 다소의 차이는 있지만 과거의 경험과 미래의 기대로

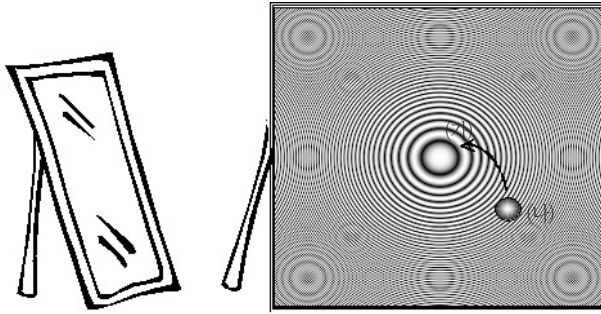


그림 2

왜곡된 거울에 비추어 보므로 현상을 있는 그대로 보지 못한다.

그러므로 어떤 사건이 있을 때 사람들의 평가는 저마다 다르다.

사람들의 식(識)은 몇 가지 패턴을 가지고 있으며 그림처럼 어떤 소용돌이 근처의 사건 (나)는—그 자체로 해석되는 것이 아니라—그 소용돌이(패턴) (가)로 끌어들여 해석된다.

누군가를 처음 보면 전에 알던 지인 중 가장 유사한 누구로 그 사람을 해석하는 경향이 있다(전이현상). 어린시절 어머니와 갈등이 있었던 남자 사원은 직장의 여자 상사에게 유사한 갈등을 느끼며 그렇게 행동할 수 있다.

사람들은 어떤 사건이나 상황을—있는 그대로가 아니라—이러한 조건반사에 의해 판단하고 습관적으로 대처하며 반복되는 갈등과 정서적 불편을 겪는다.

사실상 이러한 식(識)이란 거울이 일체의 존재를 만들어 내므로, 깨어 있지 않으면 우리는 습관적인 정서적 반응을 하며 괴로워하다가 병이 들게 된다(일체개고).

그러므로 알아차림의 훈련은 자신의 정서적 소용돌이들을 찾아내고 이것을 없애서 함정에 빠지지 않고 있는 그대로를 보는 것이다.

어린 시절이나 자라오면서 겪은 상처의 경험들은 생존반응으로서 이러한

자동판단 시스템을 재빨리 가동시켰고 강화시켜 온 것이다.

이것저것 따질 것 없는 재빠른 조건반사는 갑자기 달려든 호랑이나 자동차로부터 목숨을 구하는데 매우 유용하였지만 다른 측면에서는, 반사의 결과가 아니라 있는 그대로 그 자체를 보지 못하게 하였다.

우리는 내부(무의식)에 어린 시절의 상처로 인해 자라지 못한 미숙한 어린애를 여러 명 가지고 있을 수 있으며, 특정한 상황(조건)이 되면 이들이 나타나 미숙한 감정 반응을 반복하여—자신도 모르게—유도한다.

호랑이에게 쫓기면서 생기는 스트레스 반응은 아드레날린의 분비로 근육과 뇌로 대량의 혈액을 보내므로 생존에 중요한 기전이지만, 상사의 지나가는 농담에도 구조조정의 스트레스를 받는 경우처럼 일상의 잦은 스트레스 반응은 몸에 유해하게 작용한다.

분노가 나는 순간에 일어난 분노를 관조하는 것으로, 분노가 내가 아니라 내가 낸 것임을 알게 되어 조정할 수 있으며, 가령 분노가—있는 그 상황 그 자체에서가 아니라—조건반사적으로 발생함을 알게 된다. 그러므로 이런 통찰이 생기면 이러한 반사의 희생자에서 벗어날 수 있으며, 모든 사건을 있는 그대로 볼 수 있게 된다.

분노를 내면 더욱 분노가 생기므로 우리는 그 사건을 왜곡하여 판단하게 되고 일을 그르치고, 반복되면 병을 얻게 되는 것이다.


김유신이 천관녀의 집으로 습관적으로 향하는 말의 목을 벤 것처럼, 말은 내가 아니며 나는 말을 탄 사람으로 말을 관찰하고 통어해야 하는 사람이다. 그러므로 일어난 감정과 자신을 분리하는 것은 중요하다. 그렇다고 감정을 억제하라는 것이 아니라, 일어난 감정에 속지 말라는 것이다. 화를 낼 때는 내야한다. 그러나 조건적 상황이 되면 진정한 판단 없이 자동반응으로 습관적으로 내는 화는 반복되면서 커다란 위협이 된다.

만성질환들의 진정한 원인은 이렇게 습관적으로 반복되는 칠정의 부침으로 인한 경우이며, 이것이 만병의 애초 원인인 경우가 대부분이다.

겉으로 크게 드러나는 분노나 공포가 아니더라도 우리는 항상 정서로 채색되어 살아가고 있다. 그러므로 일상을 지배하는 전반적 기분 상태는 건강에 매우 중요하며 일상의 기분상태도 이렇게 습관적으로 성립된 식(識)들이 결정하므로 이것에 대한 통찰 없이 만성질환의 치료는 없는 것이다.

마음으로 일어난 병이기에 바로 마음으로 고칠 수 있으며, 판단된 대상이 아니라 판단하는 마음이 바로 재구성될 수 있는 것이다.

알아차림을 활용하면 그런 걱정의 순간일수록 그런 조건화된 함정(미숙한 어린애)이 잘 드러나므로 그런 순간에 말의 목을 치는 것이며, 이것이 또한 치료이다.

꽃 에센스는 이러한 치료 시 멋진 도우미가 된다.(다음호에 계속) 

■ 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 배포를 할 수 없습니다.

저자 | **임종호** | 충남의대 졸업, 의학박사, 현대의원장 역임. (현)을지의과대학교 교수. 저서—〈동종요법〉, 〈생명의 원리로서 동종요법〉, 〈행복한의학 동종요법〉, 〈능력〉, 〈자연의학 혁명〉, 〈바하 박사의 꽃에센스 치료(역)〉, 〈불치병은 원래 없었다〉, 〈임상약리학(역)〉, 〈그림 약리학〉 연구—2006년부터는 종래의 공간분해적 연구를 벗어나 시간분해적인 연구에 주력. 생명체의 부분화 연구보다는 전일성을 연구하는 수단으로 인체 신호 파형들의 시계열 분석(맥파, 심전도, 근전도, 뇌파) 연락처: jih@eulji.ac.kr