

머리·가슴·배의 에너지센터를 다스리는 중정(中正)

| 이병창 |

철저히 '홀로 살면서' 동시에 '일체와 더불어 사는 사람'이 되기 위해, 존재와 삶의 중심을 발견하라고
말합니다(편집자 주).



삶의 중심과 가온 짚기

삶이 건강해지려면 몸의 신경조직을 타고 흐르는 생체전기 에너지가 활성화되어야 한다. 우리가 무엇인가 욕망하고, 분노하며, 공포를 느낄 때 생체전기는 부정적인 형태로 신경조직 속에 진동한다. 그리고 이 진동은 두뇌에 하나의 고통스러운 영상으로 기억된다. 우리가 '에고(ego)'라고 말하는 것은 각기 다른 종류의 고통스러운 기억들의 집합체라고 할 수 있다. 다시 말하면 인간 의식은 흔히 '기(氣)'라고 말하는 하나의 생체전기 에너지로서 신경조직을 타고 흐른다. 삶에서 일어나는 육체적, 심리적인 모든 상처는 신경조직 안에 기의 흐름을 방해하는 하나의 장애물로 남는다. 이 부정적인 장애물을 제거하는 방법은 여기에 긍정적인 에너지와 파동을 흐르게 하는 것이다.

삶에서 우리가 기본적으로 가지고 있는 욕망, 분노, 공포는 이 생체전기가 부정적으로 충전되어 있는 상태를 뜻한다. 이 부정적인 생체전기는 신경조직을 따라 고통스러운 영상을 지닌 기억과 연결되어 있다. 문제는 그 영상 속에 부정적 감정들이 고스란히 함께 입력되어 끊임없이 현재화된다는 데 있다. 즉 과거의 고통을 지닌 영상 기억들이 현재를 바라보는 의식에 영향을 준다는 것이다. 그리하여 현재 의식 속에 과거의 불쾌한 감정과 경험이 들어와 진실이 왜곡되는 현상이 일어나는데, 이를 '에고'라 부른다. 에고란 두려움을 가진 약한 전기충격을 불러일으켜 외부의 강한 충격으로부터 자기 자신을 보호하려는 하나의 생체전기적인 방어시스템이다.

인간은 에고가 만들어낸 생체전기적인 방어시스템으로 인하여 정신적, 육체적 질병에 시달리게 된다. 건강한 몸과 마음을 유지하고 치료하기 위해서는 이 부정적 에너지를 긍정적인 에너지로 정화시켜야

한다. 아랫배에 에너지의 중심이 치우쳐 있는 장형들의 욕망과 분노, 가슴에 삶의 에너지가 몰려 있는 가슴형들의 질투, 미래에 대한 끊임 없는 불안에 시달리는 머리형들의 원초적 두려움을 사랑의 치유 에너지로 전환시키는 경험이 일어나야 한다. 그리고 이런 경험은 내가 나로부터 깨어나는 지혜를 얻게 될 때 일어나게 된다.

자기 자신을 이해하고 자신의 성격에서 파생된 집착을 극복하기 위해서 가장 먼저 파악해야 할 주제가 ‘힘의 중심’인 이유가 여기에 있다. 중심(centering)과 조화(balance)는 자기 자신으로부터 자유롭고 자 하는 사람들이 다루어야 할 핵심 내용이다. 머리·가슴·배의 중심, 이성·감정·의지의 중심, 감각·감성·영성의 중심, 좌뇌와 우뇌의 중심, 남성성과 여성성의 중심, 이상과 현실의 중심 등등, 중심은 인간의 의식을 고양하고 삶을 건강하게 이끌어가는 데 있어 결정적으로 중요한 개념이다. 중심에 들어설수록 인간은 섬세해진다. 이 섬세한 감각은 대뇌 척추 위쪽으로 머리 뒤의 안쪽에 자리 잡은 간뇌와 밀접한 관계가 있다. 인간의 온갖 기억을 간직하는 간뇌는 좌뇌와 우뇌의 중심을 잡아주고 있다.

존재와 삶의 중심이 잡혀 있지 않은 사람은 기억과 감각에 장애가 온다. 그는 매사를 건성으로 대하고 스쳐 지나가기 때문에 눈이 있어도 보지 못하고 귀가 있어도 듣지 못한다. 생각 없이 길을 가기 때문에 자신의 상태와 주변에 대해 기억하지 못한다. 데카그램에서 다루는 중심과 조화란 머리(사고), 가슴(감정), 장(의지)의 에너지 중심을 어떤 상황 속에서도 유지하는 것이다. 나라고 하는 존재의 중심뿐만 아니라 주변과의 관계 속에서도 중심을 바로 세우는 사람이 된다는 것을 의미한다. 철저히 홀로 존재하면서 일체와 더불어 사는 사람이 된다는 것은 인간에게 있어 가장 중요한 주제이다.

어떤 사람은 담배를 끊겠다고 선언해놓고서 사흘도 못 가 숨어서 담배를 피우기도 한다. 그때 그의 상황은 ‘머리 나’는 담배를 끊었지만 ‘몸 나’는 담배를 끊지 못하고 있다. 이 둘의 분열은 ‘가슴 나’의 불편함으로 직결된다. 인간이 행복해지고 자유로워진다는 것은 이 세 개의 ‘나’, 곧 세 개의 에너지 센터가 일치를 보이는 중심 찾기가 되었을 때를 말한다. 인간은 힘의 중심이 머리·가슴·배를 조화롭게 관통할 때 가장 안정되고 성숙함을 드러낸다. 이 전제가 이루어질 때 삶은 조화롭게 될 수 있다. 삶의 조화란 곧 양극성의 조화이다.

데카그램의 중심 찾기와 조화의 개념을 가장 잘 아우르는 말이 있다면 ‘가온’을 들 수 있다. 가온이란 가고 오는 ‘지금 여기(here & now)’를 뜻하기도 하고, 피아노의 건반 가운데 기본 옥타브의 도를 가리키는 뜻으로 사용하기도 한다.

가온은 단순한 가운데(中)를 말하는 것이 아니라 중심에서 전체를 아우르며 바르고 조화롭게 하는 역할, 즉 중정(中正)을 말한다. 예를 들어 A와 B가 서로 사이가 좋지 않더라도 C가 있어 셋이 사이 좋게 만날 수 있다면 C는 가온 역할을 한다고 할 수 있다. 가온은 과거를 후회하고 미래를 걱정하느라 지금을 살지 못하는 삶으로부터의 깨어난 삶을 말한다. 그것은 늘 깨어 있는 정화된 의식을 추구하는 인간에게만 가능한 일이다. 그렇다면 우리는 어떻게 가온 찾기를 할 수 있을까?

필자는 이 물음에 대해 인간의 핵심 세 가지 에너지 센터인 머리·가슴·배가 확고한 힘의 중심을 세워야 한다고 대답한다. 인간은 누구나 머리, 가슴, 배가 있다. 미성숙한 사람일수록 힘의 중심이 어느 쪽으로 지나치게 쏠리기 마련이다. 이런 현상은 개인뿐만 아니라 집단에게도 그대로 적용된다. 인간은 자신의 성격적 특성과 상황에 따라 에너지의 집중도가 달라진다. 에너지의 중심을 바로 세우고 자

신을 냉철하게 바라보면서도 벽찬 희열의 가슴으로 살아간다면 삶은 얼마나 가벼워질 수 있을 것인가.

세상이 각박해지고 힘들다는 말은 사람들이 그만큼 유약해져 간다는 뜻이다. 일을 열심히 하지만, 힘이 들면 들수록 행복과는 거리가 멀다는 의미이다. 궁리하는 머리와 욕심의 배는 있지만 사랑의 가슴이 막혀 있다는 뜻이다. 그리고 주어지는 모든 상황을 사랑을 실현할 기회로 활용하는 지혜롭고 힘 있는 인간의 출현을 고대하는 아우성이기도 하다.

이상의 내용을 정리해보면 테카그램은 ‘몸 나’를 나로 아는 삶에서 벗어나, 고치 짓고 나비가 되는 ‘얼 나’의 길을 안내하는 지혜이다. ‘몸 나’는 머리의 나와 가슴의 나, 그리고 배(장)의 나로 나뉘는데, 그 중심에는 ‘얼 나’로서의 ‘나(I AM)’가 있다.

세 가지 나의 통합과 양 날개의 조화, 그리고 방향은 인간의 삶이 어떤 내용을 가져야 하는가를 결정짓는다. 이 세 가지 작업이 될 때 인간은 자신의 몸에서 일어나는 세 가지 작용들을 바라볼 수 있게 된다. 그것은 있는 그대로의 존귀한 나와 세계를 인정하는 것이며, 두려움의 동기에서 벗어나 어떤 대상이든 사랑으로 대하고 돌볼 수 있게 됨을 뜻한다.

아홉 가지 성격유형의 주요 주제들

인간은 독자적인 슈퍼컴퓨터가 아니라 슈퍼컴퓨터와 연결된 모니터와 같다. 한 인간은 우주라는 나무에서 뺏어 나온 하나의 가지와 같다. 모니터는 본체에서 전송되는 내용을 순간순간 잘 드러내기만 하면 제 역할을 다하는 것이다. 그런데 인간 세상의 형편은 어떤가. 과

거의 잔상을 계속해서 붙잡고 있거나 막연한 미래에 대한 두려움으로 모니터를 채우기 때문에 수없는 오버랩 현상이 나타나고 있다. 한마디로 화면이 깨진 인생을 살아가는 것이다. 사실로서의 고통은 벌써 사라졌지만 계속해서 그 고통스러웠던 기억을 반추하며 살아가는 사람들이 얼마나 많은가.

과거의 고통과 미래의 불안을 계속해서 붙잡고 살아가는 사람들을 많이 볼 수 있다. 그들은 방어하고 도피하는 방법으로 자신을 환자로 만들거나 내세지향적 종교에 몰입하기도 한다. 의학적으로는 아무런 이상이 없지만 “나는 아픈 사람이야”라고 주문을 걸면서 살아가는 사람들, 이른바 신경성 질환자들이 병원마다 문전성시를 이루고 있다. 신경성 질환이란 지금이야말로 내 삶의 유일한 순간이며 축복의 시간임을 알지 못하는 데서 오는 병이다.

공포의 순간이 찾아올 때 사람들은 여러 가지 반응을 나타낸다. 예를 들어 미친개가 달려들 때 누구는 맞서 공격하고, 누구는 도망을 가고, 누구는 도움의 손길이 올 때까지 가만히 있다. 힘의 중심이 같은 사람들끼리도 공격형, 움츠림형, 의존형은 서로 다르게 반응하고 행동한다. 하지만 근본적으로 미친개가 달려들 때 느껴지는 두려움의 총량은 동일할 것이다.

이처럼 저마다의 행동방식과 의식의 주된 코드가 성격을 결정짓는데, 그것은 당사자가 어떤 공포와 두려움에 반응하며 살아가느냐 하는 내용과 직결된다. 예컨대 가슴형은 자신의 인간관계가 무 질지 모른다는 공포를 갖고 살아간다. 장형은 자신이 이룬 사업적 성공과 사회적 지위를 빼앗길지 모른다는 공포를 갖고 살아간다. 머리형은 무방비 상태로 이 세상 속에 던져졌다는 근원적 공포를 갖고 살아간다.

수련을 안내하다 보면 인간의 두려움이 얼마나 심연처럼 깊은 것인

가를 확인하고 전율을 금치 못할 때가 많다. 머리형들이 끊임없이 시달리는 내일의 걱정, 가슴형들이 짓눌려 있는 어제의 짐, 장형들의 그림자인 일과 돈에 관한 탐욕이 강물에서 피어오르는 안개처럼 인간의 눈을 어지럽히고 있다. 자신 안에서 일어나는 걱정과 근심에서 벗어나지 않는 한 평안과 자유를 얻을 수 없다는 사실을 간과한 채 자기 밖의 현상에서만 문제를 해결하려고 헤매어온 삶의 여정들을 거듭 확인하게 되는 것이다.

인생을 가볍고 기쁘게, 자유롭게 평화롭게 살 수는 없는 것인가? 인생길이 빈손으로 왔다가 빈손으로 가는 것이라면 심각함이 병이요, 항상 기쁨함이 인간의 당연한 윤리여야 하지 않을까? 하지만 사람들은 이 문제에 걸려서 평생을 힘겹게 살아간다. 성격유형이란 각 개인에게 있어 인생의 힘겨움이 어디에서 어떻게 발생하고 있는지를 보여주는 도구이다.

여기에서는 다음 장에서 다루어질 인간의 성격유형에 대한 세부적이고찰 이전에 성격유형과 스트레스, 시간관념, 리더십, 성장과제 등의 주제들을 우리가 왜 다루어야 하는지를 간략하게 정리해보기로 한다.

스트레스

건강의 핵심은 부드러움에 있고, 행복의 핵심은 가벼움에 있다. 몸과 마음이 부드럽고 가볍다면 그는 건강한 사람일 것이다. 인간이 지속적으로 스트레스를 받게 되면 얼굴과 몸이 굳어지고 쩡그러지기 마련이다.

그런데 스트레스가 작용하는 신체 부위는 각 사람마다 다르다. 예컨대 성적 억압이 심한 사람은 항문에, 태중에서 낙태 미수를 경험한 사람은 배꼽에, 장 중심의 8번 유형의 경우는 주먹에, 가슴형은 가슴

의 중심부에 스트레스가 쌓인다. 중심을 잡지 않고 늘 삐딱하게 서 있는 사람은 목, 어깨, 팔, 앞 발가락 등에 스트레스가 작용한다. 마음이 굳으면 몸이 굳고, 몸을 풀면 마음도 풀어진다.

그러기 때문에 스트레칭이나 요가, 산책 등의 운동을 통해 몸을 이완시키는 것은 건강과 행복을 지켜가는 데 있어 매우 유용하다. 인간 관계에서 심한 상처를 받고 사람을 두려워하는 사람들은 입가에 세로 금이 나타나듯이 몸과 마음의 상호관계는 얼굴을 통해 가장 잘 나타난다. 이에 인간의 성격유형에 따라 스트레스가 어떻게 작용하는지를 살펴보고자 한다.

시간관념

사람들은 자신이 성취하고자 하는 일을 포기할 때 ‘현실’이라는 말을 명분으로 사용한다. 또 자신의 이상을 실현하기 위하여 도전하는 사람의 등에 대고 ‘현실’을 모르는 인간이라고 험담하기 일쑤이다. 정말 그런 것일까? 현실이란 말의 정체를 직시해보면, 모든 사람의 삶을 규정하는 현실이 존재하는 것이 아니라 오로지 각자의 현실만이 존재한다는 것을 쉽게 알 수 있다. 사고로 사람들이 죽어가는 뉴스가 나올 때마다 모든 사람이 놀라거나 심리적 충격을 받는 것은 아니다. 그러나 내 자식과 가족들이 그 사고의 대상이라면 어떨까? 이처럼 현실은 내가 지금 관심과 에너지를 쏟고 있는 바로 그것이다. 그러나 사람들은 막연하게 그 모두가 나의 현실일 거라고 착각하고 있다.

내가 일절 신경을 쓰지 않는다면 그 일이 어떻게 나의 현실일 수 있을까? 이런 관점에서 인간은 자신의 현실을 스스로 선택하고 조절할 수 있다. 데카그램의 핵심은 막연한 삶, 조건반사적 삶으로부터 깨어나 자신의 삶을 선택할 수 있는 힘과 지혜를 갖도록 하는 데 있다.

인간은 공간과 시간의 존재이기 때문에, 같은 공간 안에서든 어떤 시간관념을 갖고 있느냐에 따라 서로 세계관이 달라진다. 같은 공간 안에 있어도 사람마다 경험의 내용이 다른 것은 각자 경험을 측정하는 시간관념의 코드가 다르기 때문이다. 성격이란 현실을 각자가 어떤 형식과 내용으로 창조해 가느냐 하는 코드와 같다. 우리가 현실을 각기 다르게 지각할 수 있는 것은 저마다 다른 시간관념을 갖고 있기 때문이다.

자신의 성격유형을 명확하게 찾기 어려운 사람들은 자신의 시간관념을 잘 살펴볼 필요가 있다. 인간의 의식은 시간·공간·인간에 대한 관념과 궤를 같이한다는 점에서, 자신의 시간관념을 이해하면 성격유형을 명확하게 파악하는 데 도움이 된다.

리더십

리더와 리더십을 혼동하는 경우가 많이 있다. 리더십이 없이 자리만 차지하고 있는 리더들 때문에 일어나는 사회적 혼란이 얼마나 심각한가. 고위직 공무원들에 대한 청문회를 보다 보면, 윤리적 뇌뿐만 아니라 아예 통합적 사고의 뇌가 마비된 듯한 안타까운 모습을 발견할 때가 있다. 자신의 눈으로만 타인과 세상을 보는 것이 아니라 타인과 세상의 눈으로 자신을 볼 줄 아는 지도자가 그리운 시대를 우리는 살아가고 있다.

배운다는 것은 가르치는 자의 길을 뒤따라가는 것이다. 제자가 된다는 것은 장차 스승보다 더 큰 스승이 되고자 함이다. 먼저 자기 자신을 알고 나서 이기심 없는 봉사와 헌신의 정신을 갖는 것이 리더십의 기본 덕목이다. 데카그램의 지혜를 통해 자기중심적이고 자기기만에 빠져 있는 제 모습을 발견하고, 그것을 극복하는 길을 걷는 사람들

은 어느 곳에서도 자연스럽게 건강한 리더십을 발휘하게 될 것이다.

인간은 누구나 자신의 성격유형에 따라서 리더로서의 장점과 실패 요인을 갖고 있다. 각 유형은 그 유형만의 독특한 리더로서의 자질이 있고, 그것을 바탕으로 저마다의 리더십을 계발할 수 있다. 자신의 리더십을 어떻게 파악하고 있는냐에 따라서 그의 행동이 결정되고 리더십의 효과가 달라진다는 점을 이해할 필요가 있다. 리더십의 역량은 감성적 역량과 비례하는데, 리더라면 어떤 상황에서든 자신을 관리하고 타인과 효과적으로 상호 작용할 수 있는 능력이 요구되기 때문이다.

감성적 역량이란 이른바 카리스마와 통하는 개념으로 이해해도 좋을 것이다. 카리스마란 강한 개성과 생명력이다. 카리스마의 기본은 상대를 제압하는 힘이 아니라 스트레스 상황을 수월하게 소화 또는 융화시키고 인생의 여유와 자신감, 마음의 평정, 신뢰감을 갖게 하는 것이다. 리더십이 있는 사람들에게는 타인과 확실히 구분되는 독특한 그 무엇이 있기 마련이다. 카리스마가 있는 사람들은 의지가 강하고, 비관적인 상황에서도 굳건하며, 사람을 끄는 매력이 있다. 그들은 조직원들을 어떻게 암묵적으로 이끌 수 있는지를 알고, 목표한 것을 얻고 관철시키기 위해서 의식적, 무의식적으로 이 재능을 사용한다. 자신의 유형을 알면 자신이 리더로서 어떤 카리스마가 있는지, 그리고 무엇 때문에 리더십에 실패하는지를 알 수 있다.

성장과제

밤하늘을 바라보면 바닷가의 모래처럼 많은 별이 수놓아져 있다. 그러나 끝없이 팽창해가는 이 우주 공간에서 인간은 자신의 발등만 바라보다가 자기 자신을 잃어버렸다. 무한한 공간과 시간을 보지 못

하고 지구의 공간과 시간 속에 갇혀버린 것이다. 지구 의식은 인간의 무덤이 되어버렸다. 그 안에서 인간은 자신의 번덕스러움에 시달리고, 상황에 울고불고하면서 살아가고 있다. 자신 안에서 들끓는 파괴적 충동과 성격의 노예생활을 하고 있다. 한마디로 욕망의 노예가 되어버린 것이다. 그러나 인간은 그렇게 살도록 운명 지어진 존재가 아니다. 인간은 자신의 성격과 욕망을 지배하도록 지어진 신성한 존재이다.

바쁜 일과 속에 매몰되면 생명의 중심을 세울 수 없다. 욕망에 의해 끝없이 올라오는 두려움으로부터 자유로움을 얻을 수 없다. 그런 사람은 타인에게도 고통스런 짐이 될 뿐이다. 그러나 우리는 사랑의 빛과 에너지를 발하는 사람이 될 수 있다. 아인슈타인이 에너지와 질량의 등식에서 밝힌 바처럼, 물질은 엄청난 빛과 에너지로 전환될 수 있다. 인간의 물질적 몸은 ‘얼 나’로 전환되어 빛의 존재로 변형될 수 있다. 에너지는 생기거나 소멸하는 것이 아니라 다만 형태만 바뀐다고 하는 에너지 보존의 법칙을 깊이 숙고할 필요가 있다.

인간은 시간의 무덤을 깨고 자신 안에 묻혀 있는 영혼의 순수함과 아름다움을 빛으로 드러나게 할 책임이 있다. 우리가 지구에 있는 동안 성취해야 할 과제가 여기에 있다

인간의 의식이 자신의 몸과 주변의 존재들에게 긍정적, 부정적 영향을 준다는 것은 이제 상식에 속한다. 그렇다면 나의 의식을 스스로 이해하고 조율하는 힘을 갖는 것은 얼마나 중요한 과제이겠는가.

지금 내가 어떻게 나 자신과 주변에 고통을 주고 있는가를 알게 될 때, 내가 나로부터 자유로워지는 세계가 열리게 된다. 그 자유를 얻기 위한 기본적 작업으로서, ‘현재’ 속에서 깨어나서 나 자신의 상태를 관찰하고(호흡, 심장박동, 횡격막, 장과 복부 등) 나에게 다가오는 모든

존재와 완전한 소통을 이루는 연습을 권한다.

생각과 감정과 행동이라고 하는 ‘세 가지 몸’의 감각적 흐름을 세밀하게 관찰하고 중심을 잡기 시작할 때, 우리는 과거와 미래가 주는 두려움의 독침에서 벗어나 ‘지금 여기’를 살 수 있게 된다. 그때 우리는 완전히 살아간다는 것이 무엇인지를 이해하게 되고 시간 속에 찾아오는 ‘영생’의 의미를 실감하게 된다.

지금 나에게서 나가고 있는 에너지의 파동을 알아차리기 시작할 때 인간의 생명력과 감각은 깨어난다. 나의 에너지 파장을 바라보고 다스릴 때 그는 자유가 무엇인지를 알게 된다. 두려움에서 발생하는 파동이 사랑의 파동으로 바뀔 때, 그는 의식의 집착에서 파생되는 파과적 시도들을 내려놓고 자기 자신과의 평화로움을 즐길 수 있게 된다. 그는 감성체의 몸이 동상에 걸리지 않도록 마음을 훈훈하게 하는 일의 중요성을 알게 된다.

하늘은 인간에게 고통을 주지 않는다. 하늘은 무조건적으로 비를 내린다. 다만 죽은 나무는 더욱 썩게 되고 살아 있는 나무는 더욱 푸르러질 뿐이다. 결국 “가진(살아 있는) 자는 더욱 넉넉해지고, 없는 자(죽은 자)는 그 있는 것조차 빼앗기게” 될 것이다. 그렇다면 나는 살아있음을 자각하고 있는가? 내 몸과 마음은 유연하고 편안한가? 시간과 공간과 인간에 대한 나의 감각은 더욱 예민해지고 있는가?

부속 유형


인간이 삶을 대하는 심리적 동기에 대하여 에이브러햄 매슬로우는 결핍의 동기와 성장의 동기를 구별한다. 인간이 신경증적 강박에서 자유로워지고 자신의 충동 기제에 대한 두려움에서 해방되려면 결핍의 동기에서 성장의 동기로 전환되어야 한다는 통찰을 그는 제시해주

고 있다.

무엇인가 있어야 하고 채워져야만 행복할 것이라는 결핍의식은 인류의 원죄와 같은 깊은 두려움으로 인간을 억압하고 있다. 이런 결핍 의식으로 살아가는 사람들은 항상 자신의 안전과 의지할 곳을 찾기 위해 다양한 도피처를 찾곤 하는데, 그중에서 종교를 이용하기도 한다. 그들은 더 많은 행복의 조건들을 달라고 애원하고 매달린다. 자신감을 달라고, 우울증을 거두어달라고, 돈을 달라고, 자식을 일류대학에 합격시켜 달라고.... 수많은 요구 조건만 있을 뿐, 정작 자기 존재를 발견하고 탐욕과 이기심을 극복하고 영적 진보를 보이는 데는 전혀 관심 없는 사람으로 한 생애를 마감할 수 있다. 이러한 행태는 자기 자신과 자기 문제의 주변만을 끊임없이 맴도는 것일 뿐, 진정한 내면의 관계로 진입하는 데 실패하고 있다는 것을 알아차려야 한다. 결핍의 동기로 살아가는 사람은 자율적이지 못하고 타율적인 삶을 살아가게 된다. 타율적 삶의 밑바탕에는 인간의 원초적 본능이 자리하고 있다. 자기 자신과 세상에 대하여 결핍의 동기로 반응하는 사람들은, ‘몸 나’를 나로 아는 의식권에 있기 때문에 육체의 원초적 욕구인 자기 보존 본능(생존과 안전), 성적 본능(이성, 일대일의 관계), 사회적 본능(나와 다수의 관계, 욕구실현)으로부터 자유로울 수 없다.

무엇을 먹을까? 입을까? 누가 나를 알아줄까? 안 알아줄까? 또는 온갖 형태의 소유에 대한 집착은 육체를 가진 인간의 벗어날 수 없는 숙명이다. 그러나 인간은 본능적 에너지를 사랑과 지혜의 에너지로 승화, 발전시킬 수 있다는 점에서 인간이다. 인간 세상이 저질화되고 각박해지는 것은 자아초월의 무한 가능성을 무시하고 오직 본능의 욕구 충족을 행복과 성공이라고 가르치고 배우는 데 있을 것이다.

에니어그램에서 말하는 아홉 가지 유형이란 인간이 누릴 수 있는

궁극적 기쁨과 평화를 추구하지 않고 육체적 본능의 충족을 지향하고 있는 사람들에 대한 분류이기도 하다. 이런 관점에서 각 유형마다 각기 다른 원초적 충동이 있음을 파악하게 되면 같은 유형 안에서도 왜 자기 집착의 특성이 다른지를 이해하게 될 것이다. (끝) 

- 이 글은 '에니어그램을 넘어 데카그램으로'에서 발췌했습니다.
- 이 글은 미네사의 허락없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **이병창** | 그를 가까이 아는 사람들은 누구나 '물'이라고 그를 부르고 있다. 그것은 고체, 액체, 기체를 넘나드는 물을 그가 추구하는 자유혼의 상징으로서 받아들이고 있기 때문이다. 그는 시인이며 목사(진달래교회)이고, 도자기를 굽기도 하고, 충북대 산림학과에서 숲 치유 박사과정을 공부하기도 했다. 다양한 이력 가운데서 그를 잘 표현할 수 있는 명칭은 '스피리추얼 디자이너 (Spiritual Designer)'일 것이다. 사막의 교부들과 선(禪), 개신교 수도원 동광원의 스승들, 그리고 에니어그램의 원형을 찾고자 중앙아시아 순례를 통하여 접해온 수피즘, 아이리딩(eye reading)을 비롯한 다양한 비전의 수행 경험은 그에게 많은 영감의 원천이 되고 있다. 그의 시집으로는 《나의 하느님이 물에 젖고 있다》(미래문화사, 1997), 《메리 붓다마스》(침묵의 향기, 2007)가 있다.

추천도서 마음에 닿은 책 Good Book

에니어그램을 넘어 데카그램으로 최초로 밝혀지는 에니어그램의 원형과 비전

이병창 저 | 정신세계사 | 15,000원

이 책은 에니어그램의 원형을 추적하여 잘못 전해진 도형과 해석상의 오류들을 바로잡고, 물질 몸이 아닌 빛과 파동의 존재로 인간을 바라보는 현대 물리학의 새로운 패러다임을 적용한 파동 도형을 제시하고 있다. 데카그램은 기존 에니어그램과 달리 인간 의식의 완성점이자 시작점인 10번(Deca) 포인트를 설정함으로써 삶의 어떤 측면에도 적용 가능한 완벽한 상징체계를 보여 주고 있다.

