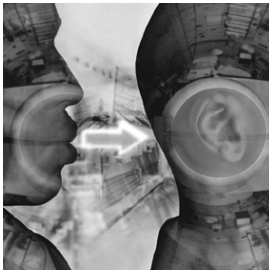


리버스 스피치

- 무의식으로 가는 문

| 카리나 카이저 | 이영수 '지금여기' 번역위원 옮김 |



리버스 스피치

제7감각의 발견이라고까지 호칭되었다. 90년대 후반에 리버스 스피치라는 이름을 붙였으며, 말할 때 숨겨진 역방향의 메시지 현상이다. 80년대 초반 락큰롤을 뒤로 돌릴 때 이상한 메시지가 발견되면서 전세계적으로 유명해졌다. 이후 연구는 상당부분 진행되어 현재는 인간 발화(發話)의 모든 형태에 존재하는 것으로 알려진다.

인간의 말이 녹음되고 뒤로 돌려지면 규칙적 간격으로 뜻 모를 말이 들리는데 그중에 섞여있는 매우 선명한 문장들을 들을 수 있다. 이 문장은 대개 짧은 문장 형태로 나타나고 거의 항상 정방향의 말과 관련되어 있다. 언어차이에 상관없이 일관되게 나타나며, 이것은 우리의 발화과정의 자연스런 부분인 것으로 믿고 있다(역자 주).

만은 이들은 도전에 직면하여 앞으로 전진할 용기보다 변화에 대한 두려움을 훨씬 더 크게 느끼기 때문에 변화에 저항한다. 리버스 스피치기법을 사용하는 동안 고객의 변화를 일으키는 작업을 하면서 나는 그녀에게 스스로 인식한 자신의 행동 패턴을 변화시키길 원하는지 물었다. 그녀가 이 패턴을 보내버릴 준비가 되었다고 말한 순간 역방향 메시지가 말하는 그녀의 무의식은 “아~함(하품). 천만의 말씀! 싫어.”라고 명백히 말하였다.

리버스 스피치는 호주의 디 오츠(D Oates)가 발견하고 발전시켰으며 우리가 말할 때 항상 일어나는 커뮤니케이션 과정이다. 이것은 정방향으로 진행되는 커뮤니케이션에서 역방향으로 분명하게 나타나며, 인간의 음성과 대화를 녹음하여 이것을 역으로 돌리면 들을 수 있다. 역행 메시지(거꾸로 된 메시지에 붙인 이름)는 은유와 심리적 원형(原型)에서 뿐만 아니라 일상 언어를 통해 무의식적 마음에서도 일어난다. 그 메시지들은 우리로 하여금 내면의 많은 층들에 접근할 수 있게 해준다.

표층적 레벨에서-리버스 스피치는 우리가 말할 때 정방향 커뮤니케이션을 지원할 수도 있고, 혹은 누군가 거짓말을 한다면 역행 메시지로 그 거짓말을 폭로하며 의식적 마음을 표현한다. 심지어 정방향 언어에서 어떤 중요한 정보가 생략되면 우리는 역으로 돌려 생략된 바를 들을 수도 있다. 심층적인 레벨에서 무



의식은 흔히 그림과 이미지 또는 은유와 심리적 원형을 이용하여 질병, 행동 패턴, 무의식적 사고 및 무의식적 신념체계를 다룬다.

다년간의 연구결과, 무의식은 특정한 행동이나 신념체계를 특정한 은유에 할당시키며 이러한 그림을 통해 생각하고 말한다는 것이 증명되었다. 가끔 리버스 스피치는 우리가 겪는 질환과 관련된 더 심층적인 문제들을 보여주기도 했다.

흔히 이것은 은유나 심리적 원형을 바꾸기 위해 무엇을 해야 하는지 또는 질병으로부터 어떻게 해방될지, 깊은 내면으로부터 어떻게 변형을 이루어낼지를 보여준다. 리버스 스피치는 그 다음으로 새로이 발견된 존재방식과 함께 새로운 체험을 위한 문을 열어줄 수 있다.

훨씬 더 심원한 층에서 우리는 리버스 스피치를 사용하여 존재의 가장 깊은 부분인 영혼과의 소통을 이룰 수 있다. 리버스 스피치는 정신과 영혼 사이에 명확한 구분을 둔다. 영혼은 논평하길 원할 때마다 자신을 ‘그것’으로 거명하는 데 반해서 정신은 1인칭으로 나타나는 것 같다. 앞으로 점차 알 수 있겠지만 리버스 스피치는 진실로 무의식의 다양한 층으로 가는 문이다. 그리고 항상 진실을 말한다는 것이 입증되어왔다.

무의식적 마음으로부터의 지침

가장 깊은 레벨에서 리버스 스피치는 우리에게 잘못 자리 잡은 신념과 행동 패턴을 가진, 그리고 자기애가 부족한 측면을 더욱 조장하는 자신을 직면할 기회를 제공한다. 그와 동시에 그것은 가장 깊은 곳에 있는 내면의 큰 자아, 내면의 심장과 영혼에 연결되어 지속적인 변화와 가장 깊숙한 내면의 변형에 대한 가능성을 준다.

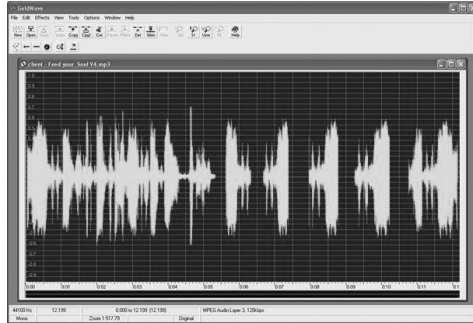
우리는 리버스 스피치를 사용하여 존재의 가장 깊은 부분인
영혼과의 소통을 이룰 수 있다. 리버스 스피치는 진실로 무의식의
다양한 층으로 가는 문이다. 그리고 항상 진실을 말한다는 것이 입증되어왔다.

줄리(사생활 보호차원에서 가명 사용)는 남편이 사망한 후 6개월간
내게로 왔다. 아내이자 엄마로 평생을 살아왔던 그녀는 갑자기 홀로
남겨진 자신을 발견하였다. 이제 67세의 나이가 된 그녀는 새로운 것
을 이해하는 데 어려움을 겪었고 신체적 고통과 두려움 속에서 불면증
과 불안에 시달렸다. 무언가를 시작할 아무 동기나 에너지가 없었기
에 가사를 하거나 친구를 만나는 등의 어떤 일도 하지 않았다. 그리고
무엇보다도 그녀는 여생동안 할 일이 무엇인지 어찌할 바를 몰랐다.

첫 녹음을 할 때 줄리는 다음과 같이 말하였다. “무엇보다도 나는
마음을 잃은 것처럼 느껴져요. 나는 어떤 것에도 집중할 수 없습니다.
더 이상 무얼 할지 모르겠어요. 전혀 나 자신을 알 수 없어요.” 그녀의
무의식은 매우 분명하게 ‘선반(Shelf, 독자들은 단어를 찾아보라)’이
라고 말하였다. 이것은 나중에 사용하기 위해 선반위에 놓아둔 것으
로, 숨겨두거나 또는 사용하지 않은 재능을 의미한다. 그것은 미래 언
젠가 접속되기를 기다리고 있는 것이다.

그녀는 이 상실의 과정 속에서 경험한 불안, 슬픔, 현기증이라는 감
정을 설명하였다. 그리고 무의식은 ‘당신이 소유한 정원은 영혼이다’
라고 말하였다. 이 메시지는 평온 속에 있는 가장 깊은 내면의 자아는
그녀의 영혼과 연결된, 영혼 내에 존재하는 조화와 평화가 있음을 암
시한다.

그런 후 그녀는 우리의 리버스 스피치 작업을 위한 첫 번째 대화 후



에 전 존재가 내부로부터 그녀를 돕기 위해 한걸음 내딛음으로써 어떻게 자신이 변화했는지를 이야기하였다. 역행 문장은 다음과 같다. ‘그녀는 길을 잃어낸다.’ 이 세션동안 우리는 그녀의 가장 깊은 내면의 소망은 어린이들과 어떤 것을 하는 것임을 발견하였다. 무의식은 이 사실을 명확히 진술하였다. ‘아이들을 원해요.’

이후의 세션에서 그녀는 어린이들과 무언가를 하는 것을 원할 뿐만 아니라 아이들의 치유를 돕는 것이 그녀의 일이라는 것을 역행 메시지는 말해주었다. ‘아이들을 치유해’: “나는 진정 어린이들을 사랑해요. 그리고 아이들과 무언가를 하는 것은 나를 상승시키고 어떤 목적의식을 내게 준다고 느낍니다.” 이것은 이전에 줄리의 무의식과 이미 소통한 바였다.

이 세션의 과정에서 우리는 줄리에게 일어난 변화를 그녀가 따르게 되면 그 과정 중에 일어날 수 있는 것들에 대해 서로 이야기하였다. 그리고 다시 그녀의 무의식은 우리에게 공포의 감정에 지배된 사고들에 그녀가 갇혀있다고 말했다. - 역행메시지는 ‘나는 그물에 걸렸어.’였다.

연속된 세션에서 우리는 그녀가 한걸음 앞으로 나아가 변화를 시작하려면 무엇이 필요한지 물었다. 잠시 생각하더니 무의식은 말한다. ‘

내가 빛을 볼 수 있을까?’ 그리고 스스로 대답하기를 ‘나는 더 많은 빛이 필요해!’라고 말한다.

이 세션에서 우리는 줄리의 무의식에게 그녀가 앞으로 나아가 두려움을 떨치고 강한 동기과 에너지 속에서 삶의 새로운 국면을 시작하기 위해 그물을 풀고 더 많은 빛을 맞이하려면 어떻게 해야 하는지 물었다. 무의식은 줄리가 빠져 있어 앞으로 전진할 수 없게 하는 늪을 봐야 한다고 말했다. ‘늪을 봐.’

우리는 늪에 빠진 이브를 찾아 그녀를 씻기도록 가르침을 받았다. ‘이브를 씻겨.’ 이브는 리버스 스피치에서 우리 자아중 감정적으로 크게 안정된 여성적 부분으로서 설명된다. 또 다른 지침은 ‘가까이 있는 그녀-사자’를 찾는 것이었다. 이것은 매우 강하고 역동적이며 사랑하는 사자로서 사랑과 힘과 권능으로 지배하는 사자이다.

우리는 에텐의 정원으로 가서 영혼과 연결되어 더 많은 빛을 받도록 요청받았다. 에텐의 정원은 ‘우리의 프시케(역주-Eros에게 사랑받은 미소녀로, 영혼의 화신) 중 가장 심원한 부분’이라고 메시지를 받았다. 그리고 나서 어린이들을 환영하고 그들과 함께 지내며 치유하라고 요구받았다. 이것들은 줄리의 무의식에게서 받은 가르침 중의 일부이다.

(참조 : 리버스 스피치 분석자는 메시지를 듣고 번역하도록 특수하게 교육을 받는다)

은유와 심리적 원형을 변화시키기

줄리에 대한 다음 절차는 그녀에게 자리 잡은 은유와 심리적 원형을 변화시키는 것이다. 이것은 메타워크로 알려진 유일하고 강력한 기법

을 통해서이다. 메타워크는 그림-명상으로 은유들을 접하고 그들과 작업하는 장소인 무의식을 통해 인도되는 여행이다. 무의식의 각 부분은 그에 대응하는 하나의 그림, 은유, 심리적 원형을 가지고 있다. 이 은유와 심리적 원형을 변화시킴으로써 우리는 의식세계의 행동과 신념체계를 변화시킬 수 있다. 그러므로 우리가 살기를 원하는 방식에 대해 조정할 기회를 가진다.

줄리는 깊이 이완된 상태에서 메타워크를 경험하였다. 이 그림명상을 하는 동안 줄리는 늪에 빠진 이브를 발견하였다. 그녀는 이브가 탈출하도록 도울 어떤 것을 주변에서 찾았으나 그 과정에서 그녀 역시 늪에 빠졌다.

이제 움직일 수 없는 늪에 빠진 느낌을 경험하면서 그녀는 도움을 구하기로 선택하였다. 그리고 이전에 보았던 강력한 은유인 그녀-사자를 호출하였다.


줄리의 무의식은 이 은유에게 그녀가 자신 안에 내재한 사랑과 힘, 권능을 볼 수 있도록 도움을 요청하였다. 이 상징을 보면서 그녀는 자신을 이브와 함께 늪으로부터 끌어내었다. 줄리는 에덴정원으로 가는 메타워크 여행을 세션의 인도를 받으며 계속하였다. 자신의 대아(self, 大我)와 연결되어 고요히 앉았을 때 줄리는 믿을 수 없는 따스함을 경험하였고 아름답고 따뜻한 빛을 보았다. 그 빛은 은유적으로 그녀의 영혼으로부터의 빛이다.

그녀는 에덴동산에서 그녀에게 다가오는 아이들로 끝마침을 한 메타워크 동안 깊은 감동을 느꼈다. 줄리는 바로 사랑을 느낀 것이다.

그와 동시에 줄리는 자기 자신에 대해 훨씬 더 나은 느낌을 느끼기 시작하였다. 자신에 대한 불안과 불면증이 곧장 멈추었다. 슬픔과 혼돈은 뒤로 물러갔고 그녀는 친구들을 만나러 다시 외출할 수 있었으

며 사물에 관심을 가지게 되었다. 심지어는 벨리댄싱을 하러 나갈 수 있게도 되었다. 그녀는 아이들에게 유익한 지원을 하는 방법의 형태로 그들 근처에 머물 기회를 공동체에서 알아보았다. 줄리는 현재 방과 후의 어린아이들을 돌볼 수 있도록 신청했고 승인을 기다리고 있는 중이다.

변화의 도전에 직면하기

만물은 항상 변화하고 있다. 우리가 원하든 원하지 않든 말이다. 어느 것도 동일한 것으로 머물지 않기에 변화는 필연적이다. 변화는 우리를 성장시키고 전진하게 하며 인간으로서 우리가 진화하도록 돕는다. 리버스 스피치를 통해 당신은 장애물을 치우고 전진할 수 있다. 또 당신의 내면 깊이 존재하는 자신과 더 많이 연결될 수 있다. 이것은 우리 모두의 내부에 있다. (끝) 

- 이 글은 'Reverse Speech'에서 발췌하였습니다.
- 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **카리나 카이저** | 카리나 카이저는 영어와 독일어를 유창히 구사하며 2개 국어의 리버스 스피치 분석, 은유-재구성 전문가이다. 독일 태생으로 그녀는 영국에서 12년간 거주하였고 1992년 이후부터 현재까지 호주 바이런 만에서 거주한다. 2002~2003년 동안 그녀는 디 오츠와 함께 연구하고 훈련받아 리버스 스피치 훈련증명서를 받았다. 다년 간, 반사요법(손·발바닥 등을 마사지하는 건강요법), 환생요법, 지압요법에서 현역으로 활동하였으며 현재 자아발견과 치유의 강력한 도구로서 리버스 스피치만을 시술하고 있다. 리버스 스피치 분석을 통해 그녀는 자신의 피험자들에게 깊은 무의식적 행동 패턴을 연결하고 은유-재구성의 도움을 주고 있으며 깊은 무의식의 수준에서 변형과 변화를 시작하도록 돕고 있다.

역자 | **이영수** | 고려대학교 화학과를 졸업한 후 고려대학교 과학대학원 과학철학 석사 과정을 수료했다. 현대 과학기자협회 논문 번역과 한국과학문화재단 차세대 중고등 과학교과서 기획에 참여하고 있으며, 과학도서 기획자이자 과학전문 프리랜서 번역가로서 과학대중화를 위해 노력하고 있다.