

변형 의식상태, ASC (1부)

| 토니 크리슈 | 김정림 '지금여기' 번역위원 옮김 |

우리는 상상을 단순히 스스로 만들어낸 가상이라고 던져버립니다. 그러나 그 속에 또다른 진실의 차원이 숨겨져 있음을 저자는 이야기하며 꿈을 통해 그것을 밝혀냅니다(편집자 주).

꿈, 그 자체가 하나의 변형된 의식상태이다. ‘변형의식상태 ASC · Altered States of consciousness(이후로 ASC로 기술함)’라는 용어는 정상적으로 깨어있는 상태의 의식이라고 여겨지는 것에 중요한 변화가 있음을 나타낸다. 그러므로 꿈은 ASC의 훌륭한 예이다. 예를 들어, 꿈을 꾸고 있거나 자아의식이 약해진 상태에서 사람들은 때때로 ‘정상적인’ 깨어있는 의식상태에서는 불가능한 일을 경험할 수도 있다. 문제가 직관적으로 해결되거나 지각능력이 강화되고; 어떤 사람들은 미래에 일어날 일을 앞서보거나, 또는 원격지의 사물을 보기도 한다; 또한 육체에서 방출되는 일반적으로 불가능한 치유과정이 가능하기도 하고; 깨어있을 때보다 꿈을 꾸고 있을 때 아주 어린 시절 또는 자궁 속에 있던 기억들에 보다 쉽게 다가갈 수도 있다. 물론, 그런 일들이

가능하다 하더라도, 꿈 또는 환상 속의 일반적인 변형의식에서는 이러한 놀라운 가능성이 일어나기가 극히 희박하다. 그러므로 ASC 연구의 핵심은 인간으로서 우리자신의 잠재능력을 보다 적절하게 활용할 수 있는 방법을 어떻게 배울 수 있는가를 찾아내는 것이다.

ASC의 기이하고 비범한 현상을 이제 어리석은 사람도 쉽게 믿지 않는다. 연구자들은 지금까지 그러한 많은 경우를 목격하고 기록으로 남길 수가 있었지만 놀라운 치유능력, 또는 유체이탈 같은 보다 근본적인 현상을 설명해 주는 일반적 통용 이론이 아직도 존재하지 않는다. 예를 들어 요가수행자인 스와미 라마Swami Rama는 메닝거 재단의 실험실에서 변형의식상태를 실제로 보여주었다. 뇌와 몸의 변화상태를 기록하도록 측정장치를 몸에 부착하고 다른 연구자들이 관찰하고 있는 동안 그는 왼손바닥을 선명한 빨간색으로 바뀌게 하고, 오른손은 잿빛의 회색이 되게 하였다. 그는 양손의 온도가 10°F(12°C)나 차이나게 할 수 있다는 것을 측정기기들을 통해서 보여주었다. 그의 행동을 설명하면서 요가수행자 라마는 “육체의 모든 것은 마음먹은 대로 할 수 있지만, 마음의 모든 것은 육체에 의해 조절되지 않는다.”라고 주장하였다.

1947년에 네덜란드 사람인 미린 다조Mirin Dajo는 스위스의 취리히에 있는 코르소Corso 극장에서 청중들에게 그의 조수로 하여금 연습용 펜싱칼로 그의 몸을, 중요 기관까지도, 찔렀으나 눈에 보이는 상처는 하나도 없게 할 수 있다는 것을 보여 주었다. 다조는 펜싱칼을 뺄 때도 피를 흘리지 않았으며, 다만 펜싱칼이 찔렀던 부분에 희미한 빨간 선이 보였을 뿐이었다. 다조의 다소 무모한 재능을 소문으로 들은 스위스 의사 한스Hans Naegeli-Osjord는 다조를 설득하여 그를 칼로 찌를 때 그에게 어떤 일이 발생하는가를 과학적으로 규명해보려고 하였다. 취

리히에 있는 칸토널Cantonal 병원에서 의사인 한스와 외과과장인 베르너 브루너Werner Brunner, 학생들, 신문기자들을 포함한 많은 사람이 그 실험을 직접 참관하였으며 언론에 보도되었다. 의사를 포함한 많은 사람들 앞에서 다조는 허리까지 옷을 벗고 얼마간 명상을 한 뒤, 그의 조수로 하여금 또 다시 강철의 칼로 그를 찌르게 하였다. 틀림없이 그의 중요장기가 손상되었어야 했지만, 눈에 보이는 상처는 없었다. 참관했던 사람들이 충격을 받았을 뿐... 그리고 나서 다조는 가느다란 칼이 아직도 피부 속에 있는가를 확인하기 위해 엑스선 촬영을 하도록 요구를 받았다. 그는 그 요구에 동의하고 펜싱칼이 찢린 채로 직접 걸어서 엑스선 촬영장소로 갔다. 엑스선 촬영의 결과 다조는 명백하게 중요 장기까지 찢렸다는 것을 보여 주었다. 후일 그는 다시 바젤Basel의 과학자들과 실험을 하였는데, 이번에는 의사들이 직접 그를 찌르게 하였다. 매번 눈에 보이는 상처는 없었다. 이러한 사례는 독일의 물리학자인 알프레드 스텔터Alfred Stelter의 저서 《사이 힐링Psi-Healing》에 수록되어 있다.

다조뿐만 아니라 많은 다른 사람들도 똑같은 능력을 보여주었지만 그들 역시 의아하게 생각하였다. 대부분의 사례에서 인간은 기도 또는 명상, 또는 극한상황에서 일어나는 흥분상태를 통해, 급격하게 마음과 감정의 상태를 변화시키는 방법을 알고 있었다. ASC의 상태에 있는 동안 그들의 몸 또는 정신 능력이 평상시의 마음 상태와 급격하게 달라진다.

이러한 내용은 로우더의 성 버나뎃 Lourdes St. Bernadette의 ASC를 직접 참관한 기사 내용으로도 입증된다. 로우더의 시립병원 의사였던 도조우스 박사는 버나뎃이 기도와 하느님의 사랑을 통해 들어간 황홀 상태에 있을 때, 다른 사람들과 함께 이 광경을 지켜보았다. 도조우스

박사는 그녀가 황홀상태에 있을 때 불타고 있던 양초에 그녀의 손이 아주 가깝게 접근하는 것을 직접 보았다고 보고하였다. 도조우스 박사는 이 경우 시간을 측정하였는데 완전하게 10분이 지나고서야 버나넷이 황홀상태(ASC)로부터 깨어났다. 그녀의 손은 눈에 보이는 상처가 없었다. 도조우스 박사는 “내 눈으로 직접 그것을 보았다. 그러나 맹세하건데 누군가 이러한 이야기를 내게 믿으라고 한다면 나는 코웃음을 쳤을 것이다.”라고 주장하였다.

꿈, 그 자체가 하나의 ASC이다. 그렇지만, 대부분의 꿈은 그렇게 급격하게 변화하는 능력을 보여주지 못한다. 그럼에도 불구하고 우리 모두가 주목할 수 있는 차이는 분명히 존재한다. 무엇보다도 우리는 두 눈을 감으면 완전히 개인적이고 다른 사람의 눈에 띄지 않는 명백한 실제 세상을 우리 주위에 만들어낼 수 있다는 사실이다. 이 마술 같은 세계 속에 우리는 완벽히 사로잡혀 모든 감정들을 경험하며, 꿈속에서 일어난 일임에도 마치 깨어있는 세계에서 일어나는 것처럼 반응하는 것이다. 꿈속에서 성행위를 하면 우리는 실제로 열정을 느낄 뿐만 아니라 육체적인 상대자가 있는 경우 일어나는 사정射精과 같이 실제 성행위의 모든 징후들을 발생시킨다. 꿈을 하나의 외적 현실로 간주하는 이러한 능력을 환각幻覺이라고 한다. 이 환각도 때때로 우리가 깨어있을 때도 일어나며 또는 약물을 이용해도 일어난다.

몽환夢幻·dream hallucination을 당연한 것이라 하더라도 거기에는 엄청난 잠재력이 있다. 밤에 꾸는 꿈속에서 우리는 이러한 잠재력의 아주 작은 부분만을 접촉할 뿐이다. 이미 언급한 대로 성행위에 관한 꿈을 꿀 때 우리의 몸이 실제 꿈을 꾸는 내용과 동일하게 행동한다는 것을 보면 그것을 이해할 수 있다. 이것은 우리 몸의 한 쪽은 뜨겁고 다

른 쪽은 차갑다는 꿈을 꾸다면 스와이 라마Swami Rama와 같이 우리 몸의 양쪽에 현저한 온도 차이를 발생시킬 수 있는 가능성이 있음을 의미한다. 실제로 생체자기제어기법biofeedback technique을 배운 사람들은 이것을 어느 정도 할 수 있다.

우리 몸의 한 부분을 뜨겁게 하고 다른 부분을 차게 하는 것이 실용적인 이득은 없을 것이다. 물론 여분의 피를 몸의 아픈 부분으로 보내게 하여 눈에 띄는 치유효과를 일으킬 수 있을지는 모르지만 말이다. 그런데 우리가 몸에서 일어나고 있는 일을 보고 질병의 징후를 알아채며, 그것을 치유하는 방식으로 꿈을 사용할 수 있다고 가정해보자. 이것은 우리의 자연 치유과정에 놀라운 도움이 될 것이다. 이것은 환상만은 아니고 몇몇 사람에게 일어나는 일이며, 그 과정을 이해함으로써 우리가 그런 현상을 의식적으로 다루는 데 도움을 줄 것이다. 마찬가지로, 사람들은 출생시나 유아기 또는 어린 시절에 받은 정신적 상처에 대해 ‘꿈을 꾸는’ 것을 통해 그것을 다루는 법을 배우게 되었다. 그렇게 함으로써 그들은 그때 경험했던 강력한 반응들 또는 그들 삶에 부정적으로 영향을 끼친 결정들을 밝혀낸다. 또한 그들은 삶의 그 시점에 있었던 사람 또는 어린아이를 만날 수 있고 그것이 현재의 상황과 보다 완전하게 통합되도록 도와준다.

실현가능한 시간여행

위의 말들이 의아하게 들릴지도 모른다. 어떻게 사람이 자기가 먹은 나이만큼 과거로 돌아가 그때의 어린아이를 만나는가? 다행히도 현대의 컴퓨터 시뮬레이션은 우리가 지니고 있지만 거의 사용하지 않는 재능을 이해할 수 있게 해준다. 비행기를 타는 꿈은 일종의 컴퓨터 시뮬

레이션이다. 꿈은 사실 오늘날의 시뮬레이터보다 훨씬 더 현실감을 준다. 우리는 전적으로 그 속에 있다고 느낀다. 꿈을 꾸는 마음은, 저장하고 있는 모든 요소들과 기억들을 승무원 생존을 위해 입체영상 장면을 만들어내는 스타트렉Star Trek 컴퓨터와 같다. 가장 일반적으로 우리는 이것을 비행기를 타는 것이 아니라 실제의 사람들을 흉내냄으로써 하게 된다. 우리가 알지 못할 신비한 과정을 통해, 마음은 분명 우리가 꾸는 꿈속에서 외부의 사람을 만들어낸다. 꿈속에서 만나는 사람들은 그들만이 갖는 고유한 행동과 특성을 가지고 있다. 꿈을 꾸는 동안에 우리는 그들을 좋아하거나, 사랑하거나 또는 두려워할 수도 있다. 이들 중 일부는 우리 자신의 청년시절, 유년시절, 유아시절을 본뜬 시뮬레이션이다. 그 시절의 자신에 대하여 단순히 생각하는 것보다 그러한 꿈의 시뮬레이션을 통하면 삶의 그 부분에 대해 훨씬 심오한 경험을 하게 된다. 시뮬레이션과 상호작용을 통해 사람은 좀 더 완전하게 그 시기의 자신의 어려움과 경험에 대하여 배울 수 있게 된다. 우리가 현재 그 경험과 어떻게 미묘하게 연결되어 있는지를 발견할 수 있다. 그러한 지식으로부터 우리는 과거의 결과를 다시 프로그램할 수 있게 된다.

우리 문화는 흔히 ‘단지 상상’일 뿐이라고 여겨지는 꿈 이미지와 상호작용을 통해 유용한 결과를 만들어낼 수 있다는 것을 습관적으로 믿지 않지만, 그럼에도 불구하고 심리학과 일상 속에서 그러한 상호작용의 힘과 실체를 보여주는 많은 예를 보게 된다. 예를 들어 컴퓨터를 활용하여 하드디스크에 저장된 정보와 연결하거나 이미지와 연결된 프로그램을 불러오는 것은 일상이 되어버렸다. 그래서 컴퓨터의 커서를 어떤 이미지로 이동시켜 그것을 클릭하면 문서처리기와 같은 프로그램을 시작할 수 있거나 또는 하드디스크에 저장되어 있는 책, 음악 또

는 사진과 같은 정보를 불러올 수 있다. 마찬가지로 꿈꾸는 상태, 명상 또는 기도와 같이 의도된 환상상태인 ASC 활용법을 배움으로써 그러한 환상과 같은 꿈속 이미지를 활용하여 우리가 다가갈 수 없는 존재의 부분으로부터 응답을 불러낼 수 있다.

감각을 초월하는 세계

상호작용을 할 수 있는 다양하고 복잡한 장면, 대상, 식물, 동물 그리고 사람으로 가득 채워진, 전술 차원의 창조세계가 꿈이라 불리는 ASC의 한 측면이다. 육체적 감각을 차단해도 똑같이 중요하고 흥미로운 가능성이 제공된다.

깨어있는 동안에 의식은 눈, 귀, 혀, 코 그리고 피부를 통해 쏟아져 들어오는 인상에 의해 자극의 포화를 받고 있다. 경험을 통해, 이러한 메시지를 무시하면 우리는 비참한 육체적 손상 또는 사회적 실수를 할 수도 있는 위험한 상태에 놓이게 됨을 안다. 계단의 상부에 있는 대상을 물을 인지하지 못해 추락하면 그 이후 살아가는 동안 상처로 인해 고통을 받을 수도 있다. 그러한 결과들을 보면서 우리가 감각하는 것과 뇌의 해석이 우리에게 아주 사실적으로 다가온다고 생각하게 된다. 무 사실적이어서 사람들은 우주와 세계가 다른 방식으로 존재할 수 있다는 것을 믿을 수가 없다. 그렇지만 감각을 통해 우리가 알고 있는 세계를 ‘진정한 세계’라고 부르는 대신에, 사실 그것은 우리에게 익숙한 크기, 성질, 문화, 그리고 일상적으로 사용하는 감각들 때문에 ‘우리에게 보이는 세상’이라고 부르는 것이 좀 더 정확할 것이다.

크기와 성질만을 고려하여 우리가 원자 또는 분자의 크기라고 해보자. 그러면 실체reality는 우리에게 완전히 다르게 보여질 것이다. 우

리가 원자와 같이 주변환경과 상호작용하는 속도가 믿을 수 없을 만큼 빠르다면 시간과 공간은 완전히 다르게 보일 것이다. 원자적 자아가 하는 수년간의 행동이 우리 육체의 자아로는 단 1초의 시간에 지나지 않는다. 우리가 보는 이 세계의 단단한 표면도 원자적 자아를 이용하면 쉽게 뚫고 들어갈 수가 있다. 아주 다른 끌어당기는 힘[引力]과 밀어내는 힘[斥力]이 작용할 것이다. 중력과 공간을 완전히 다르게 경험하게 될 것이다.

만일 우리가 완전히 물과 같은 존재라면 현재 우리의 물질 육체에게는 견고한 표면이 쉽게 투과할 수 있는 것이 될 수도 있다. 나무는 우리와 완전히 분리된 견고한 물체가 아닐 것이다. 그대신 우리는 그 나무의 삶에 참여하고, 물관 속을 흐르며 그것의 친밀한 일부가 될 것이다. 완전히 다른 경험이 되는 것이다.

마찬가지로, 잠을 자거나 꿈을 꿀 때와 같이 외부로부터 감각적 인상을 차단 당하면, 우리의 실체는 완전히 다른 현실을 경험하며 그것이 가능한 ASC를 생겨나게 한다(여기서의 ‘실체’란, 우리가 우주를 어떻게 느끼는가보다는, 우주의 있는 그대로를 의미한다. 이 실체는 무한한 방법으로 나타날 수가 있다). 잠자고 있을 때의 무의식상태보다 의식적인 상태였다면 감각 차단 경험은 너무 달라서 처음에는 받아들인 인상에 의미를 부여하려는 뇌의 기능인 해석능력이 발생하고 있는 경험을 종종 감각적, 물질적 관점까지 되돌려 놓게 된다.

이러한 것은 내가 일본에서 일하던 동안에 겪은 경험을 예로 들어 설명할 수가 있다. 일본에서 몇 주를 지내도 주변에서 들리는 일본어를 이해하지 못하는 상태에서 일본 학생들과 함께 식당에 간 일이 있었다. 우리가 식당 문에 다가가자 일본인 종업원이 문을 열어주었다. 나는 그 직원이 ‘봉주르, 마담’ 하고 여성들에게 인사하는 것을 들었다.

식당에서 프랑스로 말한다는 것은 고급스러움에 틀림없다고 생각하였다. 나중에 그러한 내용을 같이 있었던 다른 사람들에게 이야기했을 때 모든 사람들이 어리둥절해 하였다. 나 자신을 제외하고는 누구도 프랑스로 말하는 것을 들은 일이 없다고 하였다. 며칠 후에 유사한 상황으로서 실제로 테이블에 앉아 있었는데 웨이터가 한 분의 여성에게 “메르시Merci, 마담”이라고 말하는 것을 들었다. 나는 곧바로 그들에게 ‘자, 그들이 프랑스로 말하잖아’ 하고 말했다. 다시 한 번 모든 사람들은 누구도 프랑스로 말하는 것을 듣지 못했다면서 어리둥절해 하였다. 그러나 가장 어리둥절한 것은 나 자신이었다. 나는 분명하게 웨이터가 프랑스로 말하는 것을 들었기 때문이었다.

외국어만 들리는 상황에서 나의 뇌는 끊임없이 들려오는 소리들에 의미를 부여하고자 보통 이상으로 작동하였다는 설명이 가능하다. 때때로 모든 대화에서 주위환경과 상황이 가장 중요한 정보로 간주되고, 뇌는 들려오는 소리를 외국어, 그중에서도 내가 이해하는 프랑스로 해석하였다. 나에게는 말 그대로 그 단어가 ‘들려온’ 것이었다.

흔한 일은 아니지만, 많은 사람들에게 이런 일이 일어나는 것임에 틀림없다. 어쨌든 뇌는 끊임없이 우리로 하여금 소리를 듣게 하고, 그것에 의미를 부여하고 있다. 만일 그렇지 않다면 모든 말소리는 의미를 가지지 못할 것이다. 마찬가지로 우리는 끊임없이 감각 또는 마음의 내부적 작동에 의해 주어지는 인상으로부터 세계의 이미지를 만들어내고 있다. 마찬가지로 감각기관을 통해 받아들이는 느낌들은 우리 마음에 의해, 어떤 의미를 부여하는 인식의 형태로 질서 잡힌다. 대기 중에 떠다니는 라디오와 TV신호들이 수신 장치의 회로를 통하여 우리가 신호들을 보거나 들을 수 있을 때까지 우리에게 아무런 의미를 가지지 못하는 것과 같다.

우리는 끊임없이 감각 또는 마음의 내부적 작동에 의해
주어지는 인상으로부터 세계의 이미지를 만들어내고 있다.
마찬가지로 감각기관을 통해 받아들이는 느낌들은
우리 마음에 의해, 어떤 의미를 부여하는
인식의 형태로 질서 잡힌다.

이런 내용을 설명해주는 사건이 나에게도 발생하였는데, 그것은 호텔을 경영하고 있는 존이라는 친구와 같이 작업하는 동안에 일어났다. 나는 그의 개인주택 평평한 지붕에서 그를 위해 무언가를 수리하고 있을 때였다. 도중에 그는 차를 몰고 호텔로 갔는데, 떠난 지 약 20분 후 그가 매우 다급하게 나의 이름을 부르는 소리가 들렸다. 실제로 그는 나를 두 번 불렀다. 나는 어리둥절했으며, 그가 아무 말없이 집에 돌아와 있음에 틀림없다고 생각하였다. 소리가 긴급하게 들렸기 때문에 나는 지붕에서 내려와 그를 찾으러 갔다. 얼마 후 그의 집에 있는 전화의 벨소리가 들렸는데 전화를 건 사람은 아직도 호텔에 있는 존이었다. 오랫동안 추운 날씨가 계속되고 난 후에 처음으로 급수시설을 가동하였고 호텔 전체의 불량배관이 터진 것으로 보인다. 그래서 전화통으로 달려와 나에게 도움을 청한 것이었다. 어쨌든 나는 그가 전화를 걸기 전에 나를 부르는 소리를 이미 들었던 것이다.

친구의 호텔은 도시의 반대편 약 1마일가량 떨어진 곳에 위치하고 있었다. 그러므로 나의 육체적인 귀를 통해서 그의 목소리를 들을 수 있는 방법은 없었다. 아마도 내가 그곳에 와주기를 원하는 존의 고통스런 바램이 어떤 신호를 만들어내었고, 그의 실제 목소리가 나를 부르는 듯이 들리도록 내 마음이 그 신호를 변형시켰던 것이다. 나는 그러한 사실을 이해할 수 있었다. 그러나 존의 고통이 만들어내는 미묘한 에너지들이, 내 마음의 어떤 부분에서는 명확하게 이해되었다 하더

라도, 나의 육체적 감각으로는 느낄 수 없었다. 존이 전화를 걸 때까지는 실제로 나의 이름을 부르지 않았다는 것은 중요한 사실이다. 그러한 경우를 통해 우리 마음의 오묘한 부분이 어떻게 작동하는가에 대하여 분명히 이해할 수 있게 된다. 하여튼 멀리 떨어져 있는 내가 감각적으로 들었던 것은 소리가 아니었다. 그것은 내 마음이 감지한, 존의 마음속에 있는 ‘접촉하려는 강력한 감정과 바램’을 내 마음이 감지하여 실제의 소리로 나에게 전달되도록 한 것이었다.

이것을 많은 혼란이 존재하는 어떤 영역으로 옮겨가 이야기하기 위해, 존을 더 이상 육체적 존재가 아니라고 해보자. 그는 육체를 가지고 있지 않으며, 따라서 소리도 낼 수 없고, 신호를 보낼 손도, 세상의 표면을 따라 이동할 수 있는 다리도 없다. 예를 들어, 존을 우리와 마찬가지로 충동과 자각능력이 있지만, 우리처럼 크기와 기질 그리고 몸의 감각을 통해 알고 있는 물리적 차원에서 그 충동과 자각능력을 표현할 수단이 없는 몸이 없는 자의식이라고 정의하자. 그러므로 우리 몸의 감각기관 어떤 것으로도 존을 볼 수 없고, 존이 말하는 소리를 들을 수도 없다. 우리의 5개 감각기관 중 어떤 것으로도 그를 감지할 수 없다. 그는 어떤 모양이나 무게를 지니고 있지 않으며, 일반적으로 인정되는 방법으로 어떤 공간도 차지하고 있지 않다. 물리적인 소리로 변환하는 어떤 수단도 없는 라디오 신호와 마찬가지로 존도 분명히 존재하지 않는다. 적어도 눈, 귀, 코, 촉각, 미각을 이용하여 그를 찾는다면 그는 존재하지 않는다는 말이다. 나도 어머니 앞에서 체외이탈(體外離脫)을 경험하였는데, 존재하기는 하지만 보이지는 않는 이상한 경험이었다. 나는 어머니의 모든 행동과 방 안에서 일어나는 모든 것을 직접 볼 수 있었다. 그러나 어머니를 볼렀지만 어머니께서는 나의 존재를 전혀 알아보지 못했기 때문에 아주 실망하였다.


존이 1마일이나 떨어진 곳에 있는 곳에서 부르는 소리를 내가 들었다는 예를 고찰해보면, 그가 소리 내어 부르지 않았는데도 나는 그것을 감지했다. 그러므로 형체가 없는 마음인 존도 유사한 과정을 통해서 감지될 수 있는 가능성이 있다. 존이 개인적 충동으로 어떤 욕구나 전달하고 싶은 뜻을 만들어냈든 내 마음은 그것을 지각하고 감각적 경험으로 번역해 냈다. 실제의 사건 속에서 나는 그의 말을 ‘들었다’. 달리 표현하면, 말할 수 있는 꿈을 꿀 수 있는 내 마음의 부분이 작동했고, 소리에 대한 꿈을 꾸거나 환각적으로 느끼는 깨어있는 경험을 불러일으켰다. 환상幻像 · hallucination이라는 단어는 옥스포드 영어사전 Concise Oxford Dictionary에서 ‘실제로 존재하지 않는 대상을 눈에 보이거나 보인다고 추정되는 지각작용’이라고 정의하고 있다. ‘환각을 일으키다hallucinate’는 (사람의) 마음에 ‘환상(또는 착각)을 생기게 하다’라고 정의한다. 단어의 어원은 ‘마음속에서 오락가락하다’를 의미하는 라틴어의 ‘hallucinari’, 그리고 ‘편안하지 않다’를 의미하는 그리스어의 ‘alluso’에서 유래한다. 그러나 우리가 조용하지만 고통에 겨워 부르는 원격지의 사람이 말하는 것을 들을 수 있다고 인정한다면, 환각은 착각과 다르다. 그것은 육체적 감각만으로는 지각할 수 없는 어떤 것을 의식적 경험으로 만들어내는 것을 의미한다. 육체적 감각으로는 파악할 수 없는 어떤 것을 분명하게 귀로 들을 수 있는 소리로 변환하는 것을 의미하는 것이다.

이것을 자세하게 설명하는 데는 시간이 필요하다. 그 이유는 많은 변형의식상태가 꿈속에서 흔히 경험하는 것은(명백하게 사실적인 소리, 감각, 눈에 보이는 광경, 맛, 냄새 그리고 감정의 발생) 감각기능이 차단된 상태에서 발생하는 ASC 동안 보이고, 들리고, 느끼고 또는 경험되는 것에 대한 가장 단순한 해답이기 때문이다.

감각기관 입력이 적어지면, 정신적 영역에서 일어나는 인상을 자각할 수 있는 가능성이 더 커진다. 그렇지만, 사람을 소리차단 공간이나 또는 특수하게 감각차단 공간에 있게 함으로써 인위적으로 만들어내는 감각차단과 수면 중 감각기능 인상이 차단되는 것 사이에는 커다란 차이가 있다. 인위적으로 감각기능을 배제하는 것은 커다란 혼란, 또는 악화되는 실망이나 의기소침 상태의 감정을 일어나게 한다. 학자들은 이것을 인간 마음의 표면 아래에는 오로지 육체적 뇌와 뇌의 이성적 요소의 명령을 받는 근본적인 혼란이 존재한다는 것을 의미한다고 생각하였다. 예를 들어, 정신이상을 경험했다가 회복한 사람들이 때때로 감각기능이 차단된 상태에 놓이게 되면 그들의 상태가 현저하게 악화되는 것을 알 수 있다. 그렇지만 자신의 무의식에 관한 내용을 깊게 탐구한 사람들의 경험에서는 (힘들었던 출생과 같은 아마도 유아시절에 깊게 각인된 기억과 같은) 내부의 정신적 상처와 해결되지 않은 갈등들을 아직도 많이 지니고 있다는 사실을 암시할 뿐이다.

나는 나 자신의 내적 탐구와 유아시절의 정신적 상처를 만나기 이전에, 어떤 병이 나를 일시적으로 정신착란 상태가 일어나도록 하였다면, 마음속에서 일어나는 감정과 심상(心象)의 소용돌이 속에서 완전히 마음의 갈피를 잡지 못했을 것이라는 것을 알게 되었다. 그렇지만, 그 이후 치유적 방법으로서 자신의 많은 측면들을 알고 난 후에는, 심상이 이전과 동일하게 마음속에서 일어나더라도, 더 이상은 나에게 위협적이거나 압도적이지 않게 되었다. 만일 자신의 유아시절 자아를 알게 되는 경험을 못했다면, 약물을 복용하거나 다른 방법을 통해 환각을 경험하였다 하더라도 그러한 과거의 경험들이 현재의 환상과 기분에 변화를 일으키는 데 어마어마하게 커다란 역할을 한다는 사실을 이해한다는 것이 아주 어려운 일일 수도 있다. 어떤 의미로는, 그들 자신

의 유아시절의 힘들고 불쾌한 기억들을 깨끗하게 제거하지 못한 사람들은 내부의 정신적 상처가 만들어내는 끊임없는 ASC 상태에 놓이게 된다. 그렇게 영원히 계속되는 ASC는 마음의 저변에 자리 잡고 있는 정신적 상처 또는 습관성 중독패턴habit pattern을 만들어내게 된다. 흔한 예로서 이성異性에 대해 아주 오랜 시간동안 위협을 느끼거나 긴장하는 모습을 지니게 된다.

감각기능이 차단된 수면형태가 일반적으로 인위적인 수면형태보다 덜 위협적이기는 하지만, 양쪽 모두의 경우 사람은 자신의 진실한 내부와 직면하게 된다. 육체적 감각기능과 문화적 기준의 한계를 초월하는 자아에 대한 진정한 탐구를 하기 위해서는, 우리 자신의 역사인 이러한 내부적 내용들을 직시하고 통합해야 한다. 매일매일 하게 되는 경험들의 한계를 벗어나 광범위한 지각기능이 발휘되도록 연료 또는 물질을 제공하는 것은 바로 이러한 만남이다. (다음 호에 계속) 

- 이 글은 'Altered States of Consciousness'에서 발췌했습니다.
- 이 글은 미내사의 허락없이 무단전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **토니 크리스프** Tony Crisp | 지난 50여 년간 사람들의 내면적 삶을 다루는 작가로, 테라피스트로, 교사로 일해왔다. 특히 그는 우리 일상의 깨어있는 삶 아래 놓여있는 낯선 차원의 세계들로 탐험하는 데 대부분의 생애를 바친 진정한 탐구자이다. 홈페이지: <http://dreamhawk.com>

역자 | **김정림** | 대전대학교 대학원 교수, 한국요기연구소원장