심신상관의 세계, 일즉다 다즉일

| **딜란 뉴컴 | 김태훈** 옮김 |

여럿을 감싸고 포용하여 하나로 만들어주는 몸, 분별하고 분열하여 다수로 옮겨가게 하는 정신, 이 둘을 통해 우리는 하나이면서 동시에 여럿이고 여럿이면서 곧 하나임을 보게 됩니다: 이 글에 나오는 u(물), a(불)과 같은 8가지 소리에 대해서는 지난 15–1호 84쪽 '십육신성도'를 참조하십시오(편집자 주).

하나(一)와 다수(多)

개인과 집단 사이의 차이를 보면, 우리는 그것이 단순히 단위의 문제라는 것을 발견하게 된다. 당신은 한 사람의 개인이다. 또한 하나의 집단 안에서 존재하므로 당신은 하나의 집단이다. 당신을 의식적 자아라는 관점에서 살펴보면 하나의 개인이다. 하지만 수백 만개의 세포 중 하나의 관점에서 바라보면 자아라고 불리는 당신은 광대한 집단이다. 아마도 하나의 세포는 다른 세포에게 화가 나있지만, 건너편의 다른 세포와는 대부분의 날들을 잘지내고 있을 것이다. 그러므로, 여러 부분들로 구성된 공동체에서는 다양한 관계들이 진행되고 있다. 나는 개체와 집단의 양극성이 다루기 어렵다는 것을 발견하였는데, 그 이유

는 우리가 그것을 인간이나 동물에 한정하는 의인법적인 방법으로 설명하는 경향이 있기 때문이다. 그것은 우리가 그 용어를 개체로 사용했을 때는 하나의 사람 또는 하나의 오리 등을 생각하는 경향이 있고, 집단이라고 말했을 때는 많은 사람이나 많은 오리 등을 생각하는 경향이 있음을 의미하는 것이다. 그러므로 나는 그런 생각으로부터 우리를 자유롭게 하는 데 도움을 줄 수 있는 다른 단어를 찾아서 쉬운 방법으로 다양한 단위 수준에서 그것을 생각해보고자 한다. 우리는 부분과 전체에 관하여 말할 수 있다. 우리는 대상과 그것들의 관계에 대해서 말할 수도 있다. 또는 하나와 다수라는 측면에서 살펴 볼 수 있는데 이때 다수가 의미하는 것은 여러 하나들 사이에 관계가 존재한다는 것이다. 우리는 좀더 깊이 들어가 볼 것이다. 하나(一)와 다수(多)는 이러한 양극성에 대해 말할 때 내가 선호하는 용어 중의 하나이다.

십육신성도에서 가장 큰 아이디어는 우리가 16가지 방법으로 탐색해 서로 다른 음양의 차원들이 복잡성을 가진 서로 다른 단위임을 증명할 수 있게 한다. 예를 들면 u 소리(물)의 수축 또는 a 소리(불)의 확장, o 소리(연못)의 결합 혹은 ü 소리(산)의 분리 등이 있다. 이 각각은 복잡성의 다른 스케일(규모)에서 현상화한다. 우리는 그러한 역동성을 표현하는 하나의 개체를 볼 수 있거나 혹은 많은 개체들이 이루는 그룹, 곧 집단이 역동성을 표현하는 것을 볼 수도 있다. 내 말의 핵심은 개체 차원에서 나타나는 음양의 역동성과 집단 차원에서 나타나는 음양 역동성에는 차이가 난다는 점이다. 그리고 이 두 차원은 서로를 지지하고, 안정화시키며, 강화시킨다.

그러면 이러한 두 가지 차원을 하나와 다수라는 용어로 설명해보자. '하나'의 관점에서 음양역학의 개념은 하나의 개체가 다른 개체들과 어떻게 관계 맺는가에 대한 것이다; 하나의 개체가 어떻게 순환하며 주

변환경과 상호작용하고 있는지에 관한 것이다. 인간의 예를 들면 개인들 사이의 심리학이나 개인 행동학의 용어로 이것들을 언급할 수 있다. '다수'의 관점에서 음양역학은 개념상, 하나의 전체가 어떻게 집단으로 기능을 하는가에 관한 것이다. 인간의 수준에서 예를 들면 사회학이나 문화 연구에 대한 것이 이에 해당된다. 이들은 서로 다른 차원의 질서 혹은 단위이다. 그리고 우리는 두 차원 모두에서 똑같은 기본 패턴이 작용하는 것을 볼 수 있다. 그리고 패턴은 본질적으로 동일하지만, 그들이 나타내는 규모에 따라서 다른 특성을 취한다는 것을 알 수 있다. 이 사실은 많은 것을 내포하고 있다! 그것들이 어떻게 작동하는지, 하나의 차원에서 작용하는 것을 배운 동일 역학을 어떻게 다른 차원에 적용하는지 이해하기 시작하면 많은 문들이 열리기 시작한다는 것을…. 곧 미시로부터 거시에, 구상으로부터 추상에, 물질로부터 정신에 이르기까지, 그리고 모두 그런 것은 아니지만 우리 자신을 평화롭게 하는 것에서부터 이 지구를 평화롭게 만드는 것에 이르기까지 이 모든 범위를 자유자재로 움직일 수 있게 하는 일종의 거대한 사다리를 부여받았음을 깨닫게 된다.

개체와 집단의 신호는 역학에 따라 다르다

우리가 이미 발견한 것은 16가지 방법들 각각이 두 가지 다른 양극성에 근거하여 작동한다는 것이다: 곧 단순/단일/하나와 복잡/중복/다수라는 대비되는 개념으로 생각해 볼 수 있다. 사람들은 음양 동역학에 의존하고 있는 개체 혹은 집단 버전을 좋아하는 경향이 있다. 예를 들면 어떤 사람들은 수용하고 관계 맺을 때에 매우 지엽적으로 행동하며, 그들 자신만의 일로 받아들인다. 반면에 어떤 사람들은 중계

인이 되어서 다른 사람들과 연결하는 것을 더 좋아하여, 연관되어 있지 않는 사람들, 혹은 다른 물건들을 서로 연결시킬 때 즐거움을 느끼고, 대리만족을 느낀다.

그래서 당신의 u(물)가 약해지고, a(불)를 정말로 좋아하게 되었다고 느끼기 시작하면, 그것은 '하나' 차원보다 더 복잡하게 전개된다. 이때 우리는 동역학의 다른 차원으로 들어가고 있는 것이다. 우리는 스케일이라는 수직 차원을 소개하고 있다. 아마도 당신은 중심을 향하여 끌어들이고 있는 u(물)을 싫어할지도 모른다. 당신의 개인 차원에서 이기적이거나 소심하고 마음이 닫혀있거나 비열하거나 소원하다고 느낄지도 모른다. 하지만 집합적 곧 더 큰 차원에서는 u(물)을 정말 좋아할 수도 있다. 그래서 그것을 많이 사용하며, 어떤 식으로 u를 얻고 당신의 바탕이 되고, 중심을 이루며, 안전을 보장받는 데 사용한다. 이때 당신은 이 물질을 얻기 위해 항상 집단적으로 가게 될 것이다.

반면에 다른 특성으로 이동하게 되면, 개체적인 수준에서는 그것을 좋아하는 경향이 있을지라도 집합적인 표현은 싫어할 수도 있다. 또 다른 특성에 대해서는 개체와 집합 차원 모두에서 그것을 좋아하거나 싫어할 수도 있다. 그러므로 종종 양극성이 발생하는 것이다.

8가지 특성의 양극성, 따라서 16가지 상태 각각에 대한 함정 혹은 한계와 그림자는 무엇인가? 무엇이 효과적이고 즐겁게 그들을 활용할 수 있게 하는가? 무엇이 그들이 주는 선물인가? 우리는 자신에 대하여 이런 것들을 알고 싶어 한다. 우리는 자기 내부에 있는 음양 에너지의 역학에 대해 각기 다른 성질의 균형을 유지하는 것의 중요성과 이득에 관하여 알고 있다. 우리는 종종 남성성과 여성성의 측면으로 설명한다. 우리 본성의 이러한 양면을 통합하는 것은 우리 삶의 내부로 더 많은 흐름과 조화를 가져올 수 있다. 어떻게 음양 역동성과 건

강한 에너지가 'u(물)' 와 'a(불)' 혹은 'o(연못)'와 ü(산)' 양쪽으로 접근할 수 있게 되는 것인가? 하지만 또한 개인적인 'o(연못: 친밀감, 매력, 즐거움을 나타냄)'와 집합적인 'o(연못)'로 접근할 수 있게 하는 것은 무엇인가? 쉽게 예를 들어보자: 우리가 만일 개인적 혹은 국소적인 'o'만을 가지고 자신만을 채운다면, 이것을 개인적인 수준에서만 획득하게 되어 자신의 필요, 자신의 기쁨과 즐거움, 만족감 같은 것만을 충족시키게 된다. 그리고 그러한 특성이 개인적인 수준에만 머물게 되면 그것을 오직 자신을 위해서만 게걸스럽게 취하고 있게 될 것이다! 이때 우리는 죄책감을 느끼기 시작하며, 다른 사람들은 우리를 시기하게 된다. 그들은 우리가 모든 과자들을 다 먹어 치우거나, 모든 돈을 싹쓸이 하거나, 모든 기쁨을 취하거나, 모든 것을 강탈하는 것에 대해 질투하거나 분개할 것이다. 아니면 반대가 되어 다른 모든 사람들에게 모든 것을 주고, 다른 사람들이 원하는 것을 가져가게 하며, 우리에게는 아무것도 남겨놓지 않아서 우리는 울부짖으며, 다른 사람들이 그것에 대해 다소 천착하고, 따라서 다소 기괴함을 느끼는 것이다. 이것은 단지 'o'의 특성과 영향에 대해서만 말한 것이며, 그외에도 15개의 관계가 더 있다.

개체와 집단 사이의 관계는 매 단계에서 매우 중요하다. 우리가 살펴볼 것은 심리사회학적인 진화에 관한 연구인 스파이랄 다이나믹스와 사람들이 가진 다른 가치들을 살펴볼 것이며, 이것을 십육신성도라는 렌즈를 통해 살펴보고자 한다. 우리는 복잡성의 다양한 차원에서 음양의 상호작용에 대해 살펴볼 것이다. 그래서 나 자신의 동일성, 내가 있고 없다는 생존의 통일성으로부터 온 것을 살펴볼 것이다. 그리고 어떻게 당신이 자신의 힘으로 설 수 있으며, 자신을 어떻게 돌볼 수 있는지, 그리고 종국에는 살거나 죽는지, 그리고 주변과 동료들과의

친밀한 관계, 그것들을 둘러싸고 있는 시스템과의 관계로 확장해 들어갈 수 있는지 볼 것이다. 거기서 당신은 그 시스템 안으로 들어가게 되며, 어떻게 더 큰 시스템이 전체를 위해 봉사하는지, 혹은 모든 사람의 이익을 촉진하는지 등에 대하여 살펴볼 것이다.

복잡계의 더 큰 수준으로 계속 올라가면 우리 모두인 전체의 다음 단계를 포괄할 수 있을 때까지 발전할 수 있다. 거기에 나의 모든 것이 있고, 우리의 모든 것이 있으며, 우리가 거기에 도달하기까지의 모든 단계들이 있는 것이다. 당신은 양보다는 음에 더 가까이 갈 수 있는가? 어떤 수준에서 당신은 양에 더 가깝고, 어떤 수준에서는 음에 더 가깝다. 그것은 정말 흥미롭다. 그리고 그것은 음과 양이 각각의 그러한 복잡성을 가진 다양한 수준에서 균형을 맞추고 있어서 하나와 다수 사이의 전체적인 관계는 일관성을 가진 시스템이 된다는 것을 알게 된다.

자 이 모델의 기초적인 측면을 살펴보자. 원과 점. 그것은 'i(우뢰)'와 'e(바람)'이며 하나의 점과 하나의 장(場)이다. 모든 사람이 이것을 시행하고 있다. 모든 사람은 'i(이)' 라고 하며 들이 쉰다(흡기). 당신의 'i'에 집중하고 그것을 당신의 골수까지 끌어당겼다가 초점을 내려놓으라. 그리고 'e(에)'라

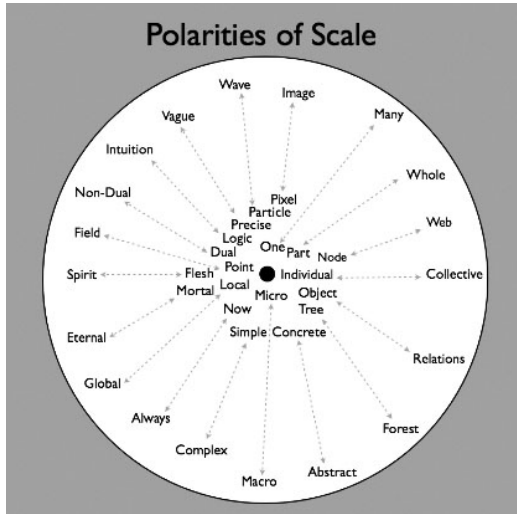

그림 1.

고 하면서 부드럽게 펼쳐서 배출하라. 'i'와 'e'는 하나와 다수이다. 하나와 다수의 각각에 관련된 서로 다른 개념에 대해서 살펴보자. 세상에는 우리가 말할 수 있는 모든 종류의 단어가 있다. 그렇다고 해서 모든 이러한 대립되는 한 쌍이 똑같다고 할 수는 없으며, 비슷한 형태의 이분법의 다른 측면인 것이다. 그들은 모두 규모scale에 연관되어 있다.

심신心身의 음양陰陽

이것과 관련해 심신의 양극성에 대하여 살펴보자. 몸은 하나일까, 다수일까? 마음은 다수에 가까운가, 하나에 가까운가? 체(몸)라는 단어를 사용할 때 우리는 살아있는 것만을 지칭하지 않는다. 부분들을 구성하는 요소들 곧 물의 본체, 학생 협의체, 일의 본체, 법적인 단체. 차체 등 우리는 모든 사물에 대해서도 몸(體)이라는 단어를 붙일 수 있다. 부분들을 구성하는 요소는 전체를 이루는 집합체, 곧 하나이다. 그러므로 몸은 '하나'라고 말할 수 있다. 그러면 다수는 무엇인가? 만일 몸이 하나이면 마음은 다수라고 말할 수 있는가? 잠시 음양으로 돌아가보자. 몸은 전체를 구성하는 부분들의 통합체이다. 이 피부라는 가방은 부분들을 포용하여, 내가 나의 몸이라고 부르는 하나를 이루어낸다. 물은 분자들이 모여 어떤 '하나'를 이룬다. 그것이 물의 몸이다. 학생협의체는 등록이나 그 같은 방법을 통해서 구성된다. 거기에는 협의체를 구성하는 무언가 있다. 이와 같이 음이라는 것은 주위를 둘러싸고, 포용하며, 같이 붙잡아주고 통합하는 것이다. 몸은 음이라고 말할 수 있는데, 그것은 다수를 하나로 통합시키기 때문이다. 그렇다면 양이라는 것과 정신 사이에는 무슨 관계가 존재할까? 정신은 무엇을 하

는가? 그것은 투영하는 것이다. 그것은 생각하고 판단한다. 그러면 생각이라는 것은 무엇인가? 생각은 분별하고, 분열시키며, 모든 부분들이 어떻게 연관되어 있는지 추측해내는 과정이다. 그리고 투사란 무엇인가? 투사라는 것은 그 자신을 외부 사물로 밀어내는 것이다. 이것들은 모두 양의 단어이다. 그래서 정신은 양이라고 우리는 말할 수 있으며, 그것은 하나로부터 시작해서 다수로 옮겨가는 것이다.

이제 우리는 모두 정신이 분열된 것을 연결하고 비슷한 것을 볼 수 있게 한다는 것을 알고 있다. 또는 높은 수준에서는 구성 작용을 한다고 나는 주장하고자 한다. '기본원리'에 근거해서, 나는 정신이 근본적으로 양이라고 제안한다. 분화라는 측면에서 그것은 통합시킬 수 있다. 우리는 먼저 정신적으로 투사한다. 그리고 나서 모든 종류의 분별을 시행한다. 그후에야 그것들을 통합할 수 있다. 과학 혹은 철학 혹은 정신에 기초하여 발생하는 분별에 대해 살펴보자. 정신은 무엇에 능한가? 사물을 더욱 잘게 쪼개어 분명한 부분으로 나누는 것에 능하다. 이러한 부분들을 잘 통합하게 하기 위해서, 또한 그들을 정말 잘 이해

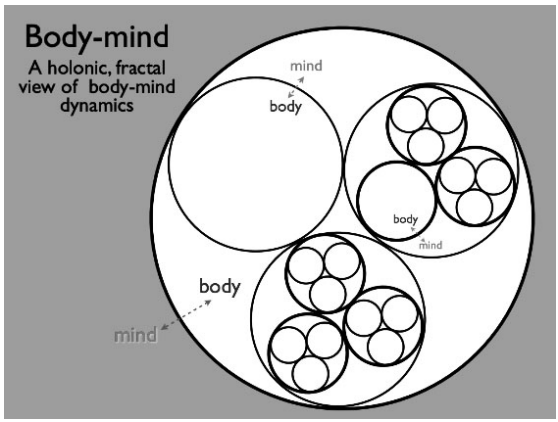

그림 2.

하고자 한다면, 우리는 이것들을 몸으로 환원시켜야 한다. '아는 자'를 뛰어넘어, '앎'이 되는 것은 내면화시키고, 그것을 몸으로 귀속시켜, 구체화시키는 것이다.

내가 주장하고 싶은 것은 몸과 마음을 바라보기 위한 프랙탈 이론적 접근이다. 이것은 몸과 마음이 프랙탈 이론으로 통합과 분화 혹은 음양 운동을 하고 있으며, 그 활동은 미시적, 거시적 수준의 존재로 매 순간마다 일어나고 있음을 의미한다. 그러므로 나는 육체적인 몸을 가지고 있으며, 내 몸 안에 있는 수천만 개의 각각의 세포들도 그들 자신의 몸을 가지고 있다. 그리고, 내가 양(마음)을 가지고 음(몸)과 관계짓는 것처럼, 나의 모든 세포들 각각도 각자의 마음들을 가지고 있다. 그리고 우주 전체도 하나의 몸과 마음을 역시 가지고 있다. 전체의 부분을 구성하는 어떤 요소도 몸인 것이다. 다른 것들의 주위에서 존재하는 어떤 것도 마음을 가지고 있어서 그러한 관계들을 관리하게 될 것이다.(끝)

• 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **딜란뉴컴**Dylan Newcomb | 미국 메인 주에서 태어나 줄리어드에서 작곡과 춤을 전공하였으며, 활동무대를 네덜란드로 옮긴 이후에는 Netherlands Dance Theater에서 여덟 시즌을 춤추며 보냈습니다. 지난 10년간은 자신의 공연을 위해 직접 안무와 작곡을 했으며, Lucas Hoving production prize, Silver Dance Prize, Phillip Morris Prize 등을 비롯해 여러 차례 네덜란드 예술상을 수상하였습니다. 유럽과 아시아, 미국 등지에서 활발히 활동하였으며, 동시에 오랫동안 비파사나와 명상, 요가를 수련해왔고, 특히 에너지 심리학에 깊은 관심을 가지고 의식과 몸의 통합에 열중해오고 있습니다.

역자 | **김태훈** | 한국한의학연구원, 한의사