

# 당신 안에 너무나 많은 당신

| P. D. 우스펜스키 | 정명진 옮김 |

우리가 어느 순간 '나'라고 말하는 것의 진정한 의미는 전체로서의 나가 아니라, 그순간 마음속을 지나가는 생각이나 기분, 욕망 한 줄기 같은 마음속 '뜨내기'임을 잘 보여주고 있습니다. 그리고 참된 '의식'의 의미에 대해서도..(편집자 주)

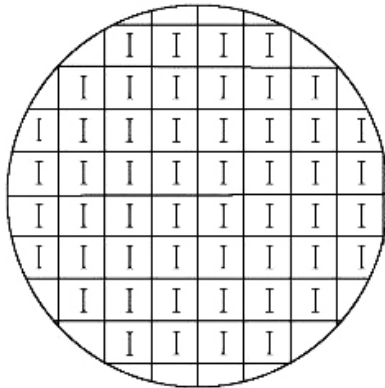


사람이 가장 먼저 알아야 할 것은 자신이 하나가 아니고 다수라는 사실이다. 사람은 영원히 변하지 않는, 단 하나의 '나' 또는 단 하나의 에고를 갖고 있지 않다. 사람은 언제나 다르다. 이 순간에는 이런 사람이 되었다가, 그 다음 순간에는 또 다른 사람이 되었다가, 또 그 다음 순간에는 또 다른 사람이 된다. 그런 식으로 사람은 언제나 똑같은 것이 아니고 끝없이 변한다.

어떤 사람이 단 하나의 통일된 존재라는 착각은 첫째, 그 사람의 육체가 느끼는 감각에 의해, 둘째, 정상적인 상황이라면 언제나 똑같은 그 사람의 이름에 의해, 셋째, 교육에 의해 심어지거나 모방을 통해 익힌 다수의 기계적인 습관들에 의해 생겨난다. 언제나 똑같은 육체적 감각을 갖고 있고, 또 언제나 똑같은 이름을 듣고 있고, 또 자기 자신에게서 과거와 똑같은 버릇과 성향을 확인하기 때문에, 사람은 자신이 언제나 똑같다고 믿는다.

그러나 실제로 보면 사람에게서는 단 하나의 자신이 있을 수 없다. 또 통제센터도 전혀 없고, 영원한 '나(I)', 즉 에고 또한 없다.

그런 사람의 실체를 그림으로 그리면 다음과 같이 된다.



모든 생각과 모든 느낌, 모든 감각, 모든 욕망, 모든 좋아하는 것과 싫어하는 것들 하나하나가 하나의 '나'이다. 이 '나'들은 서로 연결되어 있지도 않고 서로 조화를 추구하지도 않는다. 그 '나'들 하나 하나는 외부 환경의 변화에, 그리고 인상의 변화에 좌우된다.

그 '나'들 중 일부는 특정한 '나'를 기계적으로 따르고, 또 그 '나'들 중에는 항상 같이 다니는 '나'들도 있다. 그러나 거기엔 어떠한 질서도 없고 어떠한 시스템도 없다.

그 '나'들 중에는 천성적으로 서로 연결되어 있는 '나'들도 있다. 이 '나'들의 집단에 대해서는 뒤에 논할 것이다. 여기서는 우연적인 연상(聯想)과 우연적인 기억 또는 상상 속의 유사성으로만 서로 연결되는 '나'의 집단들이 있다는 것을 이해해야 한다.

이 '나'들 하나 하나는 주어진 어떤 순간에 우리의 '뇌'나 '마음'이나 '지성'의 매우 작은 한 조각을 표현한다. 그런데도 그 '나'들 하나하나가 우리의 뇌나 마음이나 지성의 '전체'를 뜻하는 것처럼 받아들여지게 되어 있다. 어떤 사람이 '나'라고 말하면, 그 사람이 자기 자신 전체를 뜻하는 말로 '나'라고 하는 것처럼 들린다. 그러나 실제로 보면 그 사람이 '나'라는 말로 자기 자신을 표현할 뜻이었다 하더라도 그것은 오직 지나가는 생각이나 지나가는 기분 또는 지나가는 욕망에 지나지 않는다. 한 시간만 지나면 그 사람은 그 생각이나 기분, 욕망을 짱그리 잊어버릴 수도 있다. 그래놓고는 한 시간 전과 정반대인 의견이나 관점, 관심사를 한 시간 전과 똑같은 확신으로 표현할 것이다. 가장 나쁜 것은 사람이 그런 사실을 기억하지 않는다는 점이다. 대부분의 경우 사람은 마지막에 표현한 '나'가 지속되는 한 그 '나'를 믿는다. 달리 말하면 또 다른 '나'가 나타나 그 전의 '나'보다 더 큰 목소리로 자신의 의견이나 욕망을 표현하지 않는 한, 그때까지 목소리를 가장 크게 냈던 그 '나'가

그 사람인 것처럼 행세하게 되는 것이다. 그런데 이 ‘나’가 앞의 ‘나’와 서로 연결되어 있지 않을 때가 간혹 있다.

여기서 다른 두 개의 질문으로 돌아가도록 하자.

성숙이란 무엇을 의미하는가? 그리고 사람이 다른 존재가 될 수 있다는 것은 무엇을 의미하는가? 아니면 달리 말해 인간에게 어떤 변화가 가능하며, 그 변화는 언제 어떤 식으로 시작하는가?

그 변화는 사람이 스스로 가지고 있다고 생각하고 있는데도 실제로는 갖고 있지 않은 능력들을 확보하는 것으로부터 시작된다는 점에 대해서는 이미 말한 바 있다.

이는 어떤 사람이 새로운 파워와 능력을 확보할 수 있으려면 반드시 그 전까지 그 사람이 자신의 내면에 소유하고 있지 않으면서도 소유하고 있다고 착각한 그 자질들을 실제로 개발해야 한다는 것을 의미한다. 자신에게 거짓말을 하거나 자신을 속이는 상태에서는 성숙이 시작되지 못한다. 사람은 자신이 가진 것과 자신이 갖지 못한 것을 분명히 알아야 한다. 이는 사람이 자신이 갖고 있다고 착각하고 있는 자질들을 실제로 갖고 있지 않다는 사실을 깨달아야 한다는 뜻이다. 즉 행위 능력과 개성, 단일성, 영원한 예고, 의식, 의지 같은 것을 갖고 있지 않다는 사실을 인정해야 하는 것이다. 사람은 이 진리를 반드시 알아야 한다. 사람이 스스로 이런 자질들을 갖고 있다고 믿는 한, 그 자질들을 얻을 노력을 제대로 하지 않으려 들 것이기 때문이다. 그것은 어떤 사람이 값비싼 물건들을 이미 소유하고 있다고 생각할 경우 많은 돈을 들여 그 물건들을 사려 하지 않는 것과 똑같은 이치이다. 그 자질들 중에서 가장 중요하면서도 오해를 가장 많이 불러일으키는 것이 바로 의식이다. 그리고 사람의 변화는 의식의 의미에 대한 이해를 올바르게 하는 것으로 시작한다. 그런 다음에 의식에 대한 통제력을

조금씩 높여가면 된다.

그렇다면 의식이란 무엇인가? 일상의 언어를 보면 대부분의 경우 ‘의식(consciousness)’이라는 단어는 정신의 활동이라는 의미에서 ‘지성(intelligence)’이라는 단어와 같은 뜻으로 쓰인다. 사실 의식이란 인간의 내면에서 정신의 활동과는 동떨어진 가운데 일어나는 특별한 종류의 ‘자각(awareness)’이다. 무엇보다도 자기 자신에 대한 자각이다. 자신이 어떤 존재인지, 자신이 어디에 있는지, 더 나아가 자신이 알고 있는 것이 무엇이며 자신이 알지 못하는 것이 무엇인지 등에 관한 자각이 의식이다. 특정 시점에 어떤 사람이 자신을 의식하고 있는지 여부를 알 수 있는 사람은 그 사람 본인뿐이다. 이는 유럽 심리학의 어느 학파에 의해 오래 전에 입증되었다. 이 학파는 어떤 한 사람에 관한 모든 것은 그 사람 본인만이 알 수 있다고 주장했다.

이를 의식의 문제에 적용한다면, 그것은 오직 그 사람 본인만이 그 순간 자신의 의식이 존재하는지 여부를 알 수 있다는 의미이다. 그것은 어떤 사람에게 의식이 존재하고 있는지 여부는 그 사람의 외적 행동으로는 확인되지 않는다는 것을 의미한다. 내가 이미 말한 바와 같이, 이런 사실은 오래 전에 확립되었지만 그 중요성에 대한 이해가 완벽하게 이뤄지지 않았다. 그 이유는 의식을 정신작용, 즉 정신의 활동으로만 이해하는 경향이 강하기 때문이다. 만일 어떤 사람이 지금 이 순간까지 자신이 자각하고 있는 상태가 아니었다는 사실을 깨달았다가 금방 그 깨달음을 망각해 버린다면, 그것은 의식이 아니다. 그것은 오직 어떤 강렬한 깨달음에 관한 기억에 지나지 않는다.

이제 나는 여러분에게 현대 심리학의 모든 학파들이 간과하고 있는 또 다른 사실에 관심을 기울여달라고 부탁하고 싶다.

그것은 사람의 의식이 결코 언제나 똑같은 상태로 남지 않는다는

*자신에게 거짓말을 하거나 자신을 속이는 상태에서는 성숙이 시작되지 못한다.  
사람은 자신이 가진 것과 자신이 갖지 못한 것을 분명히 알아야 한다.  
자신이 어떤 존재인지, 자신이 어디에 있는지, 더 나아가 자신이 알고 있는 것이  
무엇이며 자신이 알지 못하는 것이 무엇인지 등에 관한 자각인 의식이 인간에게겐 없다*

사실이다. 의식은 사람의 내면에 있기도 하고 없기도 한다. 의식이 가장 높은 수준에 달한 순간들이 ‘기억’을 창조한다. 그 외의 다른 순간들에 대해서는 사람은 그냥 기억하지 않는다. 다른 어떤 것보다 이 같은 사실이 사람에게 자신이 지속적으로 의식하고 있거나 지속적으로 자각하고 있다는 착각을 불러일으킨다.

현대 심리학의 일부 학파들은 의식 자체를 부정하고, 심지어 그런 용어의 필요성까지 부정한다. 그러나 그 부정은 단지 터무니없는 오해에 지나지 않는다. 심리학의 또 다른 학파들은 생각과 감정, 운동충동과 감각을 의미하는 표현으로 ‘의식의 상태들(states of consciousness)’에 대해 이야기한다. 이는 의식과 정신적 기능들을 혼동하는 근본적인 실수 때문이다.

현대의 사상은 여전히 ‘의식에는 정도의 차이가 전혀 없다’는 옛날의 인식을 바탕으로 하고 있다. 이런 인식이 암묵적으로 많은 사람들에게 받아들여짐에 따라, 의식의 변화를 관찰할 가능성들이 많이 차단되어버렸다. 이 인식이 뒷날 이뤄진 많은 발견과 모순되는 것으로 확인되었는데도 말이다.


사실 의식은 눈으로 관찰 가능할 정도의 차이를 보인다. 그 차이는 눈에도 확실히 보이며 본인 스스로 내면적으로 관찰하는 것도 가능하다.

첫째, 의식에 시간적 지속 기간이 있다. 사람이 자신을 의식할 수 있는 시간적 길이가 있는 것이다

둘째, 의식이 나타나는 빈도가 있다. 사람에 따라 자신을 의식하는 횟수가 다를 수 있는 것이다.

셋째, 의식에도 범위와 침투력이 있다. 사람이 의식을 쏟을 수 있는 대상이 사람의 성숙에 따라 매우 달라질 수 있는 것이다.

첫째와 둘째의 특징만 받아들여도 우리는 의식의 진화가 가능하다는 사상을 이해할 수 있을 것이다. 이 사상은 아주 중요한 어떤 사실과 연결되어 있다. 옛날의 심리학 학파들에게는 잘 알려졌으나 지난 200년 내지 300년 동안 유럽의 철학과 심리학에 의해 완전히 간과되어 온 사실이다.

그것은 바로 특별한 노력과 특별한 공부를 통해 의식을 지속적인 것으로, 또 통제 가능한 것으로 만들 수 있다는 사실이다.(끝) 

- 이 글은 '인간 진화의 심리학'에서 발췌하였습니다.
- 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | P. D. 우스펜스키 | 1878년 러시아 모스크바에서 출생했다. 16세 때 학교 벽에 낙서를 했다가 퇴학당한 뒤로 주로 혼자 공부를 했다. 1906년부터 모스크바의 일간지 『The Morning』에 근무하다가 제1차 세계대전이 일어나기 직전인 1913년 가을 동양으로 구도여행을 떠났다. 전쟁 후 모스크바로 돌아와 거기서 영적 지도자 조지 구르지예프를 만나 1924년까지 함께 공부했다. 이 기간에 배운 내용이 『기적을 찾아서(In Search of the Miraculous)』에 담겨 있다.

1924년 구르지예프와 결별한 뒤에도 영국과 미국을 중심으로 구르지예프와 함께 공부한 시스템인 『제4의 길(The Fourth Way)』을 썼다. 그는 1947년 영국 서리 주 라인플레이스에서 타계했다. 그 직후 생전의 강연을 묶은 것이 바로 『인간 진화의 심리학(The Psychology of Man's Evolution)』이다.

역자 | 정명진 | 한국외국어대를 졸업한 뒤 중앙일보 기자로 사회부, 국제부, LA 중앙일보, 문화부 등을 거치며 20년간 근무했다. 현재는 출판기획자와 번역가로 활동 중이다. 옮긴 책으로는 『나는 내가 낯설다』 『당신의 고정관념을 깨뜨릴 심리실험 45가지』 『남자, 여자를 해석하다』 『성격의 재발견』 『심리학, 생활의 지혜를 발견하다』가 있다.

## 인간 진화의 심리학

저자 P. D. 우스펜스키 | 역자 정명진 | 출판사 부글북스 |  
정가 15,000원



20세기의 영적지도자 조지 구르지에프의 '제4의 길'

『인간 진화의 심리학』은 인간이 장래 이룰 수 있는 모습을 바탕으로 인간에 대하여 이야기한 심리서이다. 이 책은 20세기 초 러시아의 영적 스승 조지 구르지에프의 가르침인 '제4의 길'을 좀 더 쉽게 전하기 위해 강연 내용을 묶은 것이다. 구르지에프는 세속을 포기하지 않으면서 자기 성장을 이룰 수 있는 '제4의 길'을 제시한다. 인간이 자신에게 가능한 진화에 대해 충분히 이해하고 그에 따라 의식적인 노력을 기울여야만 미래의 진화도 가능하다고 강조하고 있다. 즉 인간 스스로의 노력과 정신적 성장을 이룬 사람의 도움을 통해 이전과는 다른 존재가 될 수 있음을 일깨우는 책이다.