

집단명상을 통한 세계치유

| 로저 테일러 | 홍도희 '지금여기' 번역위원 옮김 |

집단적인 명상이 어떻게 우리가 '현실'이라고 부르는 것을 변화시킬 수 있는지 기존의 실험과 과학적 연구를 기반으로 설명합니다(편집자 주).



위대한 일

우리는 칼리 유가(Kali Yuga)(고대 인도의 신화적 시대 구분 중 하나로, ‘말세(末世)’라는 말에 해당한다-역주)의 시대에 살고 있다. 인도 티베트 지역에 전 해오는 이 신화에 따르면 우리 세대에는 철로 만든 새가 날아다니고 정신세계가 바닥에 떨어진다고 한다. 이러한 증거는 우리 주위에서 쉽게 볼 수 있다. 범죄 증가와 약물 복용, 환경오염과 파괴, 미국에서 최근 5세에서 17세 청소년의 사이에서 가장 큰 사망원인이 자살이라는 사실도 이를 뒷받침해준다.

얼마 전에 두 여론조사에서 미국인 중 40%가 성경을 그대로 믿는다는 내용을 듣고 놀랐다. 이 말은 다시 말하자면 환경파괴에 관심을 갖는 것은 요한계시록에 지구가 곧 멸망한다고 쓰여 있기 때문에 시간 낭비라고 생각한다는 것을 뜻한다. 한편 이슬람 국가와의 전쟁은 아마겟돈으로 반기독교를 무찌르고 지구 마지막 심판의 날에 예수가 재림하리라고 믿기 때문에 환영하고 있다. 이때가 되면 예수를 열심히 믿은 자들은 구원을 받아 승천하고 예수를 믿지 않는 자들은 멸망할 것이라고 한다. 이러한 사실이 믿기 어렵지만 이를 내용으로 하는 책 2권이 베스트셀러가 된 것을 보면 사실임을 알 수 있다. 게다가 종교권은 미 의회가 내리는 결정에도 막강한 영향을 미친다.

물질주의적 세계관과 함께 칼리 유가의 시대가 도래한 것은 어찌 보면 당연하다. 매튜 아놀드(Matthew Arnold)는 신앙의 바다가 오랫동안 잠잠할 것이라고 썼다. 그러나 그 기간은 그의 예상보다 훨씬 길었다. 수천 년째 정령신앙(자연계의 모든 사물에 영혼이 깃들어 있다는 믿음-역주)은 갈수록 유일신 신앙에 밀려 입지가 좁아지고 있다. 자연세계에 깃들 어있던 영혼들은 모두 저 위로 쫓겨 올라가 유일신 ‘하나님’으로 통합

되었다. 자연과 분리된 이 하나님은 그가 대체한 자연에 깃든 정령보다 더 멀게 느껴지며 현실적이지 않다는 느낌을 주었다. 한때 살아 숨쉬던 자연은 죽어있는 물질 덩어리로 전락했고 인간의 경제 활동에 쓸 원자재가 묻혀있는 곳에 불과했다.

이 글에서는 우선 과학적인 사고방식이 어떻게 생겨났는지 그리고 우리가 과학적인 사고방식에 의해 이 지경에까지 오게 했는지 살펴볼 것이다. 그 다음으로는 이런 난국을 아이러니하게도 다시 과학으로 해결하는 방법을 고찰한다. 그래서 세계관을 급진적으로 바꿀 수 있는 최근의 과학적인 연구들을 잠깐 소개할까 한다. 마지막으로 일부 명상가들이 시작한 집단명상을 통하여 세계를 치유하는 방법과 몇몇 발전 가능성을 살펴볼 것이다.

양자물리학에 의해 도입된 전체론적 세계관

위에서 언급한 물질만능주의 세계관을 강조하기 위하여 과학이라는 또 하나의 ‘종교’는 수세기 동안 모든 진실이 실험을 통과해야만 인정할 수 있다고 주장하게 되었다. 한 가지 주의할 점은 아무리 저울과 기구를 사용하더라도 그 측정치는 시각적인 감각을 통해 우리가 수용한다는 사실이다. 물론 다른 감각을 무시하는 만큼 시각에 더 의존하게 된다. 시각정보에만 의존하여 세상을 파악하게 된다면 우리는 물질의 구성 형태에만 의존하여 세상을 바라보게 될 것이다. 바로 이러한 사실 때문에 원자론이 나오고 비싼 비용을 들여 궁극적인 입자를 찾는다.

그러나 우리는 양자물리학 때문에 세상을 파동이나 장으로 보는 다른 관점을 갖게 되었다. 그 같은 새로운 관점은 아원자입자에도 파동

의 성격이 있고, 파동(빛)에도 입자적 특성이 있음을 발견하면서 시작되었다. 이 연구결과는 어떻게 실험하느냐에 따라 달라졌다. 마치 눈과 귀라는 두 종류의 감각 기관을 사용해서 세상을 인식하는 것처럼, 이렇게 실험하면 입자를 보고, 저렇게 실험하면 파동을 듣는다. 그러므로 눈을 통해 보는 세계와 귀를 통해 듣는 세계가 각각 다르듯이 입자관찰 실험과 파동관찰 실험은 각각 다르다.

파동의 세계를 이해하기 위하여 청각만을 이용하여 우리의 환경을 관찰해 보는 것도 한 가지 방법일 수 있겠다. 우리가 청각만 있고 시각이나 다른 감각기관이 없는 존재라고 가정하면 우리는 세상을 소리 파동으로 인식할 것이다. 세상은 오직 소리의 높낮이(주파수)와 소리의 크기(진폭)로만 되어있고 고체 따위는 존재하지 않을 것이다. 이러한 존재가 사는 사회에서는 물질의 개념도 없을 것이다. 그렇지만 소리만으로 인식되는 세계에도 다양한 소음과 복잡한 정보를 담은 소리 등 갖가지 소리가 존재한다. 또 한쪽 귀로만 들을 경우 우리는 소리가 어느 방향으로부터 오는지 알 수 없을 것이다. 그러면 물질주의 세계에서 너무나도 기본인 공간에 대한 개념도 없을 것이다.

반야심경의 내용처럼 우리는 우리가 지닌 고유한 유전자와 문화와 언어를 토대로 만들어진 정신세계에 살고 있다. 그렇기 때문에 우리가 시각에만 의존하여 세상을 인지한다면 보이는 물질세계만 진짜로 여길 것이다. 그럴 경우 우리가 갖고 있는 신체만을 ‘나’로 인식할 수 있다.

과학적인 진화를 수세기 거듭하면서 이러한 사고방식은 더욱 팽배해졌다. 이러한 사고방식을 갖고 자란 사람들은 자신을 다른 사람과 분리하고 유아독존적인 생각에 빠지기 쉽다. 릴케는 삶에 대한 두려움을 이렇게 표현했다. ‘내가 두려움에 울부짖는다면 천사 중에서 누

가 나를 돕겠는가?’ 만약 이것이 사실이라면 우리의 삶이 끝나기 전에 모든 수단과 방법을 동원하여 부를 쌓는 것이 맞을 것이다. 정신도덕의 변화를 이끌어 왔던 이유들이 사실은 파괴적이라고 볼 수밖에 없다. 정상적인 가정에서, 다른 사람들과의 관계 속에서, 자신의 존재를 자각하면서 한 개인의 도덕이 형성된다. 인간은 자연과의 관계를 자각하면서 자연에 대한 도덕성이 자연스럽게 형성되는데 지금은 모든 종들 중 수준이 가장 낮다. 게다가 도덕성은 자연스럽게 형성되기보다는 부모나 사회나 하나님에 의해 권위적, 강제적으로 만들어지고 있다.

그럼에도 불구하고 영혼과 하나 되려는 욕구는 여전히 존재하고 있다. 선한 마음씨를 가진 사람들은 정신적인 세계의 중요성이 줄어드는 것을 안타까워하며 이를 해결할 방법들을 찾고 있다. TV 또는 대중매체에 의해 도덕적 상실감이 더해지면서 마치 음양의 김정 바탕에 하얀 점처럼 거꾸로 가는 경향을 보이고 있다. 대중매체는 무시하고 있지만 사실, 아프리카 같은 먼 대륙에 있는 사람들에게 지금처럼 많은 관심을 보인 적은 없다. 비정부 단체와 더 나은 세상을 위해 국지적 혹은 세계적으로 소규모의 자선 사업이 많이 진행 중이고 비정부 조직이 경이적일만큼 증가 추세에 있다.

기도 소리가 끊이지 않고 있지만 물질주의 패러다임에서는 “실제” 현실에서의 활동만이 열매를 맺는다고 믿는다. 기도가 어떤 효과가 있다는 믿음은 거의 없다. 대부분의 사람들은 자신들이 하는 기도가 결과를 가져오리라는 확신이 거의 없다. 명상을 하는 사람들도 많지만 명상의 가치도 기도와 마찬가지로 물질주의적 패러다임이라는 색안경을 통해 해석된다. 우리는 명상을 통해 “보다 나은 사람”이 되어 물질주의 세상에서 만나는 이들에게 좋은 영향을 미치고 마치 연못의

작은 물결처럼 물질세계에 서서히 퍼뜨릴 수 있다는 생각을 가끔 하게 된다. 그러나 외부 세상에 직접적인 영향을 줄 수 있다는 희망은 기도가 그러하듯이 존재하지 않는다.

이러한 모든 것들을 변화시키기 위해서는 세상에 관한 우리의 견해를 급진적으로 바꾸어야 할 필요가 있다. 그리고 이러한 움직임이 진행되고 있는 것 같다. 지금까지 100년 가까이 양자물리학은 우리가 알고 있는 유형세계를 비물질적인 장으로 융합시켰다. 고체와 달리 장은 섞이고 상호 침투한다. 이들은 본질적으로 하나 holistic다. 우리는 자기장과 빛의 장에서 이러한 경험을 이미 했다. 그러나 이보다 더 강한 개념이 과학의 장에 새롭게 소개되고 있다: 바로 비국소성 nonlocality라는 개념이다. 우리도 잘 알고 있는 자기장은 특정 공간에 확고히 뿌리를 내리고 있다는 점에서 국소적이고 자기장의 영향은 공간에서 빛의 속도로 이동한다. 그러나 마치 공간이 존재하지 않는 듯한 행동에는 미묘한 관계가 존재한다. 두 개의 입자는 서로 아무리 멀리 떨어져 있어도 즉각적인 소통이 가능하다는 것이 입증되었다.

하나로 연결된 마인드

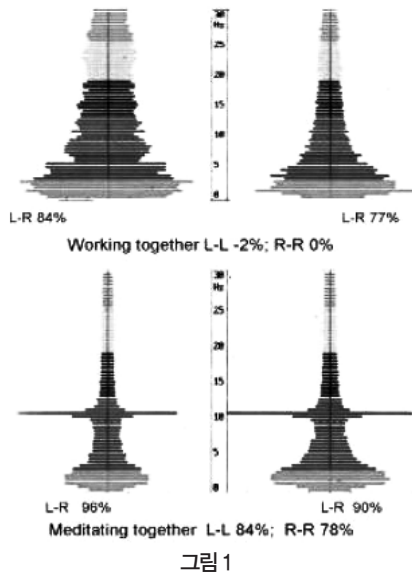
그렇다면 사람끼리도 즉각적인 소통이 가능할까? 텔레파시를 둘러싼 이야기들은 이를 증명해 준 반면 과학 분야에서는 이에 해당하는 증거를 확보할 수 없었다.

그러나 최근에 두 가지 이론이 제안되었다. 첫 번째는 뇌파와 관련 있다. 뇌전도 검사 연구에 응용되는 기술을 통해 두 개의 파열波列 wave train이 '동조'하는 정도, 즉 두 파동의 마루가 서로 일치하는 정도를 측정할 수 있다. 이 연구에서 과학자를 세 개의 그룹으로 나누어

서 각각 실험을 했는데, 좌뇌와 우뇌가 어느 정도 동조를 이루고 있음을 발견했고 이는 어느 정도 예상했던 바였다. 흥미로운 발견은 바로 서로 다른 사람들끼리도 뇌가 동조를 이룬다는 점이었다. 일반적으로 친한 사람, 연인 아니면 어머니와 자식 간에 나타난다. 이태리의 한 연구자는 명상을 같이 하는 사람들 간에도 동조율이 높다는 것을 발견했다. 그림1의 EEG 스펙트럼을 보면 위쪽이 짧은 베타 파장이고 아래 쪽은 느린 델타 파장이다. L-R 수치는 한 사람의 좌·우반구가 서로 동조하는 정도를 가리키고 L-L과 R-R은 두 사람 사이에서 좌반구끼리 혹은 우반구끼리 동조하는 정도를 가리킨다.

한 방에서 같이 명상을 했기 때문에 서로 상대방의 전자기장에 반응한다고 말할 수 있다. 그러나 이러한 것을 연구하는 독일의 한 연구 단체에서는 두 사람이 멀리 떨어져 있는 방에서 패러데이 케이지 Faraday Cage(1836년 물리학자 패러데이가 고안한 외부정전기 차폐상자-역주) 안에 있어도 뇌파가 동조한다는 사실을 발견함으로써 이러한 가정을 부인했다. 그렇다면 사람들의 뇌 파장은 영점장 zero point field에서처럼 서로 연관성이 있음이 틀림없다.

또한 뇌파에서 동시성이 발생한 것과 같이 심장박동과 숨쉬기에서도 동시성이 발생할 수 있다. 이러한 현상은 명상하는 동안에 마치 신체의 기능을 조화시키기 위한 듯 더욱 두드러진다. 깊은 명상을 하는 동안



에 우뇌와 좌뇌가 동조할 확률이 매우 높아진다.

이러한 연구는 아직까지 초기 단계라 과학 잡지에 출판되지 않았지만 전자공학도인 밥 베크(Bob Beck)는 지구에 존재하는 자연적인 전자기 공명인 슈만공명과 인간 뇌파 사이에서 일치점을 찾았다. 특히 심령술사와 치료사, 원시종교인처럼 예민한 사람들에게서 이 같은 현상을 수차례 목격했다.

두 번째 증거는 전 세계 사람들의 마인드가 하나로 연결되었다고 보여지는, 훨씬 일반적인 현상과 관련 있다. 이러한 연구는 프린스턴 대학에서 30년 전쯤 사람들이 생각만으로 무작위사건발생장치(REG, Random event generator)라는 전기장치에 영향(극히 미미하긴 하나)을 줄 수 있다는 사실을 발견했다. 모든 전기 제품은 소음을 낸다.

REG에서 나는 소리도 일반적으로는 완전히 무작위로 발생하지만 정신적인 영향이 있으면 그 같은 무작위적 패턴이 없어진다. 연구자들이 나중에 한 실험에서 REG가 같은 방에 있는지도 몰랐던 다수의 사람들에게도 REG가 반응을 했기 때문에 의식적인 의도는 불필요하다고 믿게 되었다. 연구자들은 또 극장이나 종교 모임에서 사람들이 동시에 웃거나 극적인 장면에서 동시에 숨을 멈추는 경우와 같은 순간들을 기록했다. 이러한 기록들을 REG 소리 기록과 비교해 보았더니 상당한 연관성을 발견했다.

연구자들은 이러한 효과가 비국소적일지도 모른다는 생각에 모든 REG 반응과 수많은 사람들의 관심이 집중되는 세계적인 사건과의 연관성을 찾는 세계의식프로젝트(Global Consciousness Project)를 만들었다. 이제 세계적으로 중요한 사건이 있을 때마다 REG에 상당한 영향을 미칠 것이라는 예상을 해 본다. 현재 이러한 연구가 세계적으로 여러 지역에서 약 65개 진행되고 있다. REG 반응이 미미하든, 뚜렷하든

전체적인 의미에서는 모두 중요하다. REG 기록은 GCP 홈페이지에 들어가면 볼 수 있다.

그림 2, 3에서는 두 가지 예를 보여주고 있다. REG 반응은 대부분 수평선 근처에서 무작위적인 패턴을 보이는데 그런 패턴에서 오랫동안 벗어남이면 그것이 바로 의미있는 현상이며 곡선(a)에 가까워지는지



그림 2

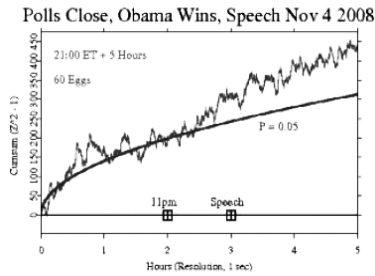


그림 3

떨어지는지에 따라 중요도가 달라진다. 신년을 맞는 순간, 교황이 예루살렘을 방문했을 때, 수억 명이 집단명상을 할 때, 9/11 사건과 같이 다양한 사건들을 도표화했다.

수년에 걸쳐서 중요한 사건들을 통계화한 자료가 이제는 상당한 양에 이른다. 최근 몇 년 동안 사람들 사이에 연결이 라디오, 전화, 인터넷 등의 네트워크로 인해 증가했을까? 어떠한 결론을 내리기에는 아직 이른다. 그러나 세계의식프로젝트를 운영하고 있는 과학자들은 피에르 테야르 드 샤르댕 Pierre Teilhard de Chardin이 예언했던 대로 인류가 사실상 하나의 유기체가 되는 오메가 점을 향해 가고 있다고 한다. 이는 사람들의 뇌파의 많은 부분이 슈만 공명과 일치되는 시간이 많고 가이아와 자연과 동일시하게 된다는 것이다.

고대의 사고방식에서 최근의 이론적인 연구를 하는 가장 근래의 연구선 상에서 두각을 나타내는 데이비드 보hm David Bohm과 같은 연구자

에 의해 진행되고 있다. 결국에는 인간, 그리고 우주 삼라만물이 깊은 단계에서는 서로 연결되어 있으며 부처의 가르침처럼 만물이 근원적 차원에서 봤을 때 상호의존적이며, 결코 개별적으로 분리할 수 없는 하나의 프로세스를 형성한다.

집단명상과 기도의 효과

만약 이 모든 연구가 사실이라면 이를 기초로 기도가 효과가 있다는 결과를 믿을 수 있다. 몇몇의 과학자들이 병원에 입원해 있는 환자들이 회복하는 데 도움을 주는지 실험을 했는데 몇몇 결과에서는 통계학적으로 중요한 결과가 나타났다.

이러한 연구결과보다 더 놀라운 사실은 마하리시 국제과학기술대학교 공공정책연구소Maharishi International University Institute of Science, Technology and Public Policy에서 과학자들이 진행한 연구결과다. 통일장 이론을 근거로 이 대학 연구팀은 명상만으로, 특히 초월명상이 현실세계에 영향을 미치며 수많은 이들이 집단명상을 하면 이러한 효과가 더욱 증대될 것이라는 가정을 한 단계 더 발전시켰다. 이러한 가정을 40여개의 연구에서 다양한 사회 지표로 테스트해봤는데 특히 범죄분야에서 효과가 두드러졌다. 이 연구결과는, 관련전문가들의 검토를 거쳐 발행되는 학술지에 계속 발표되고 있다.

1993년 워싱턴DC에서 대규모 실험이 진행되었다. 사회학자, 범죄학자, 경찰, 지역정부 대표자 등 27명의 검토위원들이 각 실험단계를 검토했다. 종속변수로는 폭력범죄 발생률을 주시하기로 했다. 두 달 동안 정해진 시간에 하루 2회, 도심에 정해진 몇몇 장소에서 초월명상 수련생들이 모여 초월명상 싯디Sidhi 프로그램을 진행했다.

그림 4에 보이는 연구 결과에 따르면 수련생의 수가 4,000명 가량으로 늘어나자 범죄 수치가 점점 감소하여 23%로 떨어졌다. 이 통계가 의미하는 바는 상당히 크다. 5년 동안 비슷한 시기에 범죄가 이렇게 많이 감소한 적이 없었다. 또 날씨 등 결과에 영향을 미칠 수 있는 외부 가능성을 고려했을 때도 답이 될 만한 것이 없었다.

1988년 레바논 전쟁과 관련된 연구도 있다. 2년에 걸쳐 레바논, 이스라엘, 네덜란드, 유고슬라비아, 미국에서 일곱 개의 초월명상 그룹이 수차례

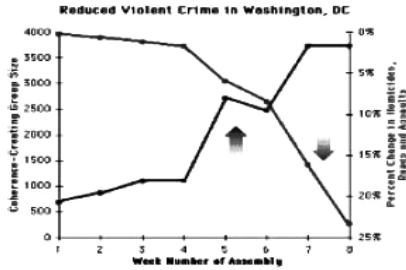


그림 4

만나 총 93일 동안 집단 초월명상을 실시했다. 종합 평화/전쟁 지수를 통해 평가해보니 집단명상이 없었던 748일에 비교했을 때 집단명상이 있었던 93일에는 확연한 차이가 있었다. 평화를 만들기 위한 명상그룹이 만들어낸 결과는 사회과학 역사상 가장 엄격하게 만들어진 현상이라고 저자는 말한다. 이러한 결과는 진지하게 수용해야 할 필요가 있다. 그래프에는 우리의 과학적인 마인드가 요구하는 시각적, 수량적인 증거가 정확하게 나타나있다. 혹자는 오래 적부터 기도를 해왔는데 왜 아직도 전쟁이 계속되냐고 한다. 그러나 청원기도에는 이기적인 요소가 있으므로 ‘내’가 원하는 것을 기도한다. 비결은 한발 물러서서 우주의 이치대로 자연스럽게 흘러가도록 하는 것이다. 그래서 이 실험에서 초월명상은 의식적으로 무언가를 염원하면서 기도하는 게 아니라 그저 우주와 합일 상태에 있는 것이라고 할 수 있다. 이와 동시에 이들은 자신들이 실험대상이라는 사실을 피할 수 없었으며 어떤 내용들이 측정되고 있었는지도 알고 있다. 마음 한구석에 이러

한 생각들이 자리 잡고 있고 이러한 사실들이 장거리 치료를 할 때 사용되며 불특정한 지역에 정해진 목표에 효과적으로 집중할 수 있도록 해준다.

이제 우리 모두가 이렇게 미묘하게 연결되어 있다는 사실을 확신하게 되었으니 명상을 실천하는 특정 순간뿐 아니라 늘 영향을 끼칠수 있다는 가능성을 수용해야 한다. 우리는 교대로 근무하는 것이 아니라 항상 무대 위에서 조명을 받고 있다고 말할 수 있다. 이러한 영향력은 어떠한 실천, 활동을 따라 영향력을 미치는 것이 아니라 우리가 어떤 존재이냐에 따라 영향력을 미치게 된다.

인류의 진화

앞서 서술한 연구결과를 통해 우리에게 세상을 치유할 능력이 잠재해 있음이 밝혀졌다.

지금까지 설명한 내용은 앞으로 있을 진화에 한 걸음 다가서는 데 불과하다고 저자들은 말한다. 물론 샤르맹은 인간의 정신을 응집된 전체, 그가 누스피어(nosphere)라고 명명한 것과 관련지어 생각하면서 그러한 진보를 이미 수년 전부터 내다보고 있었다(noo sphere: noo(정신)과 sphere(시공간)을 결합한 용어로, 샤르맹은 인류의 의식이 진화하여 지금의 생물층 위에 더해진 새로운 층을 누스피어(정신층)라고 명명했다-역주)

한편 진화는 흔히 점진적으로 진행된다고 알려져 있으며 아주 큰 변화는 수억 년이 걸리기도 했다. 반면 비교적 빠른 시간에 큰 변화가 있었는데 이를 ‘중결의 진화’라 한다. 이 경우 우리가 세상을 바꾸려고 하고 더욱 건전하게 만들려고 할 때 드는 빠른 인간의 심리변화 시간에 비교했을 때 아무것도 아니다.

그렇다면 이러한 변화가 정말 가능할까? 고전적인(신다윈설) 자연 선택으로는 이렇게 빠른 변화가 일어날 수 없다. 반면에 후천적인 특성을 물려받았다는 증거는 증가하고 있다. 이것은 성장 과정이나 부계(父系)와는 독립적으로 발생한다고 증명되었다. 이제는 이러한 후생적 메커니즘이 영장류 특히 인간의 뇌와 행동발달에서 더욱 활발하다는 사실도 널리 알려졌다. 이러한 이유로 라마르크(Lamarck)식 진화는 당연히 일어날 수 있으며, 재생산에 부적합한 형질을 제거하는 데 의존할 때보다 훨씬 빨리 진화할 수 있을 것이다(라마르크 학설: 종(種)은 적용 가능한 형질을 개량하면 새로운 종으로 변할 수 있고 이같이 얻어진 형질을 자손에게까지 유전한다는 학설-역주)

진행하고 있는 변화가 유전되기 위해서는 구조적인 변화와 관련 있어야 한다. 물론 뇌의 구조적인 변화는 악기 연주라든지 아이들이 휴대전화를 손가락으로 누르는 행동을 많이 할 경우 등 격한 정신활동을 동반하게 된다.

여기서 중요한 점은 명상의 경우에도 이러한 사실이 적용된다는 점이다. 이러한 활동과 관련된 우리 뇌의 전두엽 부분에 관심이 쏠리고 있다. 정상적인 상태에서는 활발하지 않지만 명상을 할 때 뇌가 활성화된다. 오래 명상을 하는 명상가들의 경우는 영구적으로 활성화된다. 반면 어렸을 때 학대받은 사람은 이 부분의 뇌가 제대로 발달하지 못하는데 후천적 기능으로 이러한 변화가 유전될 수 있을까?

인류의 종은 수천 년 동안 엄청난 문화와 심리사회적인 진화를 거쳐왔다. 뇌의 기능 심지어 뇌구조에까지 영향을 미치면서 후천적인 유전의 한 종류로써 진화라고 볼 수 있을까?

이 연구결과의 관점에서 봤을 때 대규모 집단에서 많은 사람들의 뇌가 서로 결맞음 상태를 띠는 것도 가능하다. 그것이 결국 샤르맹이

말한 누스피어noosphere의 개념일 것이다.

지금은 실천이 필요한 때

우리가 살고 있는 세상은 점점 좁아지고 있다. 우리는 현대 서구화된 사회의 삶의 어디를 보아도 불안하다는 사실을 알 수 있다. 이러한 상황은 계속 유지되기 어렵다. 그럼에도 이렇게 불안한 삶은 점점 심화되고 있다. 인류는 서로 협력하여 실천할 필요성을 깨닫기 시작했고 어떤 실천을 해야 가장 적절할지 고민하고 있다. 아마도 나와 비슷한 생각을 하는 많은 이들이 불교명상 또는 전통적인 종교를 실천하여 깨달음의 경지에 이르려면 몇 생이 지나야 할지도 모른다고 생각한다. 이제 이러한 사명을 인식하게 되는 사람이라면 자신의 능력이 부족하더라도 개인의 깨달음을 얻을 때까지 기다리지 않고 실천에 옮겨야 하는 때다.

마하리쉬 연구소와 그 밖의 연구기관의 실험결과에 따르면 사실 이 통계자료는 신빙성이 크다. 세상을 치유할 가능성은 분명 존재한다. 이제 우리가 필요한 것은 이러한 일을 해 나갈 수 있는 명상가들이다. 현재 이러한 일을 시작하고 있는 단체가 몇 개 있다. 이 중에서도 하트매스Heart Math에 의해 창립된 단체인 Global Coherence Initiative, GCI를 제일 우수한 단체로 꼽을 수 있을 것이다. 이 단체는 전 세계적으로 인터넷을 통해 “웹비나webinars”와, 아이티라든가 거대한 쓰나미와 같이 특정 사건에 초점을 둔 집단명상을 조직하고 있다. 이외에도 다른 단체에서 이와 유사한 조직들을 만들고 있다.

명상이라는 단어는 많은 기술적인 뜻이 집약되어 내포되고 있다. 초월명상 방식이 성공적이라고 서류로 입증되기는 했으나 다른 방식

이 더 좋을 수도 있다. 장은 더 많은 탐험을 할 수 있도록 개방되어 있다. 하트 메스HeartMath는 머리(우리가 보통 자기 자신이라고 생각하는)로 생각하기보다 가슴으로 느끼라고 가르친다. 이러한 방식의 성공여부는 “마음에 집중”을 얼마나 잘 하느냐에 달렸는데 이는 현대 사회의 지나친 경쟁에서 오는 스트레스를 얼마나 잘 다루어 잠잠하게 만드느냐가 관건이다. 그렇게 함으로써 개인의 창의력을 최대로 발휘할 수 있다. 인간관계에서도 상호협력이 점점 커지면서 살벌한 경쟁을 대체하게 된다.

생리학적인 연구에서 연구가들은 명상을 통해서 심장박동이 원만하게 증감하는 현상을 발견했다. 소위 심장리듬 결맞음이다. 스트레스를 받을 때 나타나는 무작위적인 혼란스러운 패턴과 대조된다. 연구자들은 심장리듬 결맞음 상태에서는 의도만으로도 물의 물리적인 특성이나 인간의 DNA를 바꾸는 일 등이 가능하다는 것을 발견했다. 이는 초심리학parapsychology에서 정리된 내용을 다시 한 번 확인시켜 준 셈이다. 인간의 마음은 다른 사람에게도 영향을 미치고 더 나아가서는 현실도 변화시킬 수 있다는 사실을 확인시켜 주었다.

이러한 논리의 연장선에서 인류 마음의 총체적인 상태에 따라 물질 세계도 어느 정도 영향을 받을 수 있을 것이라고 생각할 수 있다. 실제로 GCI는 그렇게 해석될 수 있는 증거를 최근 웹에 게재했다.

GCI는 두 개의 인공위성에서 관측한 지구자기장의 강도를 기록했다. 대부분은 원만한 일일 리듬을 보여주고 있다. 그러나 우연인지 9.11 사태가 일어난 때 현저하게 불규칙적인 움직임을 보여주고 이러한 움직임이 며칠 동안 계속된다. 게다가 지구에 베이스를 둔 11군데의 자기측정magnetometry 기지에서 독자적으로 얻은 기록도 이같은 연구결과를 뒷받침한다. GCI는 연료한 물리학자들과도 긴밀한 협력

Geosynchronous Operational Environmental Satellites Measuring the Earth's Geomagnetic Field

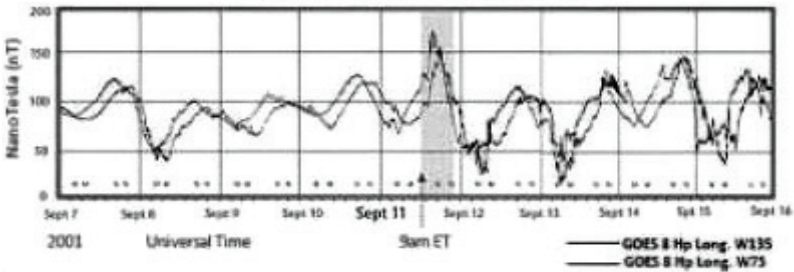


그림 5

을 보여주고 있는데 독자적인 연구를 위하여 후원금을 모금하고 있다.

그러나 이러한 변화가 신속하게 이루어질지는 의문이다. 한 저자에 따르면 7년 후면 세상이 돌이키기에 너무 늦을 것이라고 한다. 다른 연구가들은 7년도 채 걸리지 않을 것이라고 한다.

과학 발견에 가장 지대한 영향을 주는 수학적인 관점에서 이해해보자. 한 가지 중요한 사실은 복잡한 시스템의 진화가 이성적인 과정을 따르지 않고 갑작스럽고 예상치 못하는 변화를 한다는 것이다. 이러한 현상은 생물학의 진화에서 이미 분명하게 나타나고 있으며 인류사에서도 이러한 현상들이 두드러지고 있다. 공산주의의 붕괴와 베를린 장벽이 무너졌던 사건들을 생각해 보라. 많은 급진주의 사고방식을 갖고 있는 사람들이 시스템이 불안하여 예전과 똑같은 방식으로 더 이상 지속되기 어렵다고 생각한다. 혼돈의 상태가 최고를 이루며 우리 인간이 세운 것들이 무너지기 시작했다. 이런 상태가 계속적으로 진행된다면 인류는 망할 수도 있을 것이다. 아니면 더 높은 질서의 획기적인 상태로 바뀔 수도 있을 것이다.

시스템 이론가이자 과학철학자인 어빈 라즐로Ervin Laszlo는 이러한

이론을 잘 정리해서 설명하고 있다. 이러한 질서가 어떻게 진행될지 아무도 예측할 수는 없겠지만 수준 높은 차원에서 일관성 있게 인류의 협력을 확대해 나가면서 경쟁을 대체할 때 비로소 가능할 것이다. 물질주의 과학의 견해로 보면 지구상에 존재하는 수억이 되는 인구의 마음과 행동에 이렇게 영향을 줄 수 있다는 것이 사실 불가능하게 생각되었다. 하지만 이러한 일들이 펼쳐지고 있다.

피터 러셀Peter Russell에 따르면 명상과 다른 형태의 내부자아를 모색하는 사람들의 수가 늘어나고 있다고 말한다. 인류를 일관성이 있는 행동으로 통합하여 세상을 치유하는 데 앞장서는 웹사이트의 수가 늘어나는 것 또한 사실이다. 샤르맹의 통찰력은 그 어느 때보다 정확하다. 우리는 글로벌 마인드의 시대에 살고 있다는 사실을 자각하면서 이러한 현상들을 활성화하기 위하여 도울 수 있는 방법들을 여러 방면으로 고민하고 있다. 어빈 라즐로는 최근 그가 주드 커리반Jude Currivan과 공동으로 출판한 책에서 인류를 자신의 진화방향을 스스로 설정하는 공동 창조자적 존재로 인식했다. 각종 세계치유 프로그램에 참여하는 이들이 갈수록 증가하면서 적절한 때가 되면 현실세계에서 확실한 효과를 가져올 것이다.

때가 되면 집단정신에 참여하는 방법이 추가로 개발될 것이다. 한 가지는 뇌파 결맞음을 높이는 기술을 사용하는 것이다. 헤미싱크 Hemi-sync는 음악 감상 시 왼쪽과 오른쪽 귀에 각기 다른 주파수를 들려준다. 그래서 음악을 들으려면 좌·우반구가 서로 협력, 즉 동조되어야 한다. 최근 한 실험에서는 각각 다른 방에 사람들을 배치하고 사람들 근처에 REG를 배치한 뒤 모든 이에게 같은 헤미싱크 음악을 들려주었다. 그러니까 마치 세계적인 사건이 일어났을 때처럼, 영점 에너지장에서 나타나는 배경 결맞음보다 크게 나타났다. 마찬가지로 인


터넷을 통해서도 수천 명을 동시에 동조시킬 수 있을 것이다. 게다가 다수의 원거리 실험을 메타분석한 결과 항성일의 특정 시간대에 특히 효과가 크다는 점이 시사하는 것처럼, 동조를 이루기에 특히 유리한 시간이 있다는 점도 고려해 봄직하다. (항성일恒星日: 춘분점이 자오선을 경과한 후 다시 같은 자오선 상에 오기까지 걸리는 시간으로, 지구의 자전주기(24시간)보다 0.0084초 짧다-역주)

지난 수 만년 동안 잠자고 있던 우리의 원시적인 능력을 다시 깨우는 데 이러한 현대 기술의 사용을 고려해 볼 필요가 있다. 이러한 실험을 늘림으로써 그 동안 잃어버린 그노시스주의Gnosticism가 갖고있는 풍부함을 다시 찾을 수 있다면 앞으로 미래를 발전시키는 데 중요한 역할을 하리라 믿는다. 이러한 기술적 도움을 통하여, 우리 대부분이 현재 그렇듯 이기적이고 착취적 관점에서 지구를 보는 게 아니라 우리가 진정 우주의 한 부분이라는 관점을 갖게 될 수 있을 것이다. 마치 원주민 부락들이 그러하듯이 우리가 살고 있는 가이아gaia, 즉 지구를 훌륭한 어머니로서 간주하며 많은 관심을 갖게 될 것이다. 그러나 이러한 인식이 일반화되려면 종교 생활에서 큰 변화가 있어야 한다. 아브라함 종교(아브라함을 기원으로 보는 유일신 신앙, 유대교, 기독교, 이슬람교 등이 있다-역주)의 가혹한 가부장주의에서 벗어나야 한다.

결론

필립 풀먼Philip Pullman은 자신의 저서 《황금나침반》 3부작 시리즈 (1995~2000)에서 우리 시대에 관한 잠재적인 신화를 발표했다. 이 내용은 현대 물리학 개념에 기초를 두고 현재의 집단 심리의 전환점을 제시하는 드라마틱하고 재미난 이야기와 의미심장한 우화를 담고 있

다. 이야기를 읽다 보면 점차 “먼지dust”의 신비로움을 깨닫게 되며 이러한 먼지가 인류 생존의 중요성을 넘어 더 중요한 위치를 차지한다는 사실을 알게 된다. 그러나 이것도 점차 사라지고 있다고 한다.

이야기의 주인공으로 등장하는 두 청소년은 먼지의 손실을 막아 지구를 구하기 위한 탐험을 시작한다. 먼지가 무엇인가? 명확히 설명되지는 않았으나 기본입자로 이해할 수 있다. 물리학에서 광자와 전자를 말하듯, 이야기속 먼지는 사랑 입자로 구성되어 있을 것이다. 지금 설명한 이론과 과학에 근거하여 세상의 사랑을 다시 찾고 칼리 유가의 시대를 끝내는 신비로운 탐험을 떠나는 것은 어떨까? (끝) 

- 이 글은 'Healing the World by Collective Meditation'에서 발췌했습니다.
- 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | 로저 테일러 Roger Taylor, PhD | 면역학 박사. 브리스톨 대학에 영국 의학연구위원회 Medical Research Council 산하에 면역 연구 그룹을 만들어 면역 내성에 대한 연구를 이끌었다. 지난 18년간 미묘한 에너지의 과학적 기초에 대해 독립적으로 연구해오고 있다.

커듀시어스 저널 Caduceus Journal의 과학 편집자이자 기자이며 2007년 봄 통권 제 71호에 그가 쓴 오르무스 기사가 실려 있다. 저자에게 문의사항이 있으면 rogerbt@onetel.com으로 연락하면 된다.

역자 | 홍도희 | 지금여기 번역위원