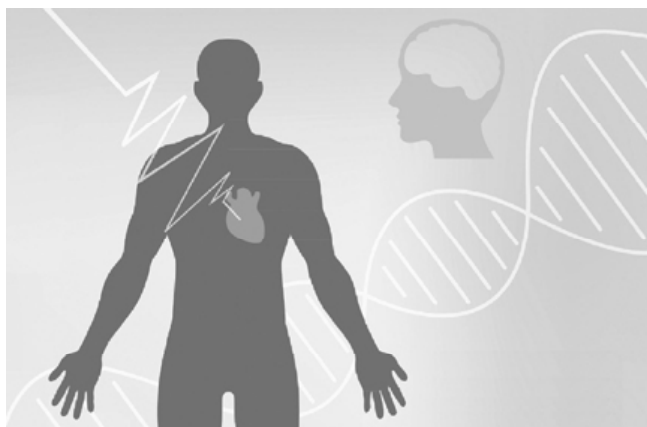


심장 지능心臟知能(2부)

생명에 관한 메시지

| 르네 레비 | 김현정 옮김 |

심장과 뇌가 만들어내는 전자기장들 사이에서 에너지적 상호작용이 일어나며 그것은 감정과 지성에 연관되어 있음을 밝혀줍니다(편집자 주).



(지난 호에 이어서 2부)

다른 종류의 지능

뇌와 별개로 심장에도 과연 지능이 있다고 볼 수 있을까? 이 주제에 대해 논의하고 있는 이 순간에도 머리는 지금 나오는 말들과 그 말들의 뜻을 판독하고 있다. 지능에 관해서라면 뇌가 확실한 우위를 점하고 있던 상황에서 새삼 저 밑에 있는 일개 펌프에게 옆자리를 허락하게 된다면 뇌는 어떤 기분이 들까? 약간 위협을 느낄까? 분명 그럴 것이다.

사실 최근까지도 심장과, 심장 지능의 존재 가능성에 대해 연구할 방법이 많지 않았다. 심장과 뇌는 인간의 몸속에서 서로 연결되어 있고, 서로 다르게 기능하지만 근본적으로는 서로 의존하는, 역동적이고 서로 연관된 시스템의 중요한 두 요소다.

심장 이식과 심폐 이식 수술이 가능해지고 수술 빈도도 증가하면서 부터 우리는 뇌와 상관없이 심장을 단독으로 연구할 기회를 우연히 제공받게 되었다. 심장-에너지학cardio-energetics 혹은 에너지 심장학energy cardiology이라는 분야의 일부 소규모 연구자 집단에서는, 심장 이식 수혜자들 가운데 자신의 경험을 나눌 용의가 있는 사람들을 대상으로 연구를 진행하고 있다(Pearsall, 1998).

이 선구자적 연구자들은, 심장이 체내에서 뇌와 몸에게 정보를 알려준다는 관점뿐만 아니라 심장의 그 정보가 사람을 둘러싸고 있는 더 넓은 에너지 장에 기록되고 전송되고, 또 그 장과 국소적·비국소적으로 연결되어 있다는 관점에서 심장지능을 연구하고 있다. 지금까지 인류는 놀라운 것들을 발견해왔는데, 나는 그것들이 건강과 안녕의 차원

을 뛰어넘는 새로운 이해를 얻게 해줄 것이라고 믿는다. 이 새 패러다임을 통해 우리는 심장이 보내는 메시지에 가슴을 열고 머물 수 있다면, 다른 사람들과 관계를 맺는 새로운 방법을, 또 우리가 존재하고 있는 우주와 관계를 맺는 새로운 방법을 얻을지도 모른다.

폴 피어설 Paul Pearsall 박사는 자신의 저서 『심장 코드 The Heart's Code』에서 심장을 이식받은 환자들 78명과 심장이 아닌 다른 장기를 이식한 환자들 67명을 인터뷰한 결과를 발표했다. 피어설 박사가 (‘심장이 민감한 사람들’로 불리는) 일부 환자들에게서 발견한 점은, 이식된 심장이 심장 공여자의 ‘기억’ 일부를 지니고 있는 듯하다는 점이다. 심장 수혜자는 그것을 새로 생긴 기호들 때문에 알게 되는데, 예를 들어 좋아하는 음식이나 취미활동, 특별히 자주 사용하는 단어나 구절들이 새로 생겼다는 것을 알아챈다. 또 이들은 기증자가 생전에 겪었던 사건들을 기억하기도 한다.

피어설은 자신의 이식환자들이 보고한 내용들을 간추려 ‘세포의 기억’이라는 주제로 심리학자들과 정신과의사들의 국제회의에서 발표를 한 적이 있는데 그때 매우 감동적인 일이 있었다고 한다. 그가 발견한 것들을 듣고 마음이 움직인 한 정신과 의사가 마이크 앞으로 나오더니 눈물을 애써 참으며 이야기를 하나 했다.

그녀는, 청중들이 의아해할 정도로 흐느끼다가 다음과 같이 이야기 했어요. “제 환자들 중에는 여덟 살짜리 꼬마 여자아이가 있는데, 그 아이는 사망한 10세 여자아이의 심장을 이식받았습니다. 그 아이가 밤에 자다가 비명을 질러서 아이의 어머니가 제게 데려왔는데, 이 아이는 심장을 준 아이를 죽인 남자의 꿈을 밤마다 꾸었습니다. 그 남자가 누군지 안다고 했다고 아이의 어머니는 말합니다. 세션을 몇 차례

진행한 뒤, 저는 이 아이가 하는 말이 사실일 거라는 생각이 들었습니다. 그래서 아이의 어머니와 저는 함께 결정하여 경찰에게 전화했고, 경찰은 아이의 이야기를 참고해서 그 살인자를 찾았습니다. 그 살인자는 제 환자 아이가 제시한 증거 때문에 유죄 판결을 받았고요. 그때의 시간과 장소, 흥기 그리고 살인자가 입고 있었던 옷, 죽은 소녀가 살인자에게 했던 말들—이 모든 것이 심장을 이식받은 제 어린이 환자의 진술과 완벽히 일치했습니다.”

생각하는 심장에 대해 연구조사하고 있던 피어설과 그의 동료들은 인간의 세포에는 그것이 어디를 가든 함께 가는 일종의 기억이 담겨있다고 생각한다. 이러한 심장 지능 혹은 ‘L’ 에너지는 두뇌와 관련된 이성적, 논리적 형식이 아니라 진동, 공명과 관련 있다. 심장을 구성하는 세포들 속에는 진동의 각인 같은 것이 생긴다. 그때 심장은 가슴에서 계속 고동치면서 에너지와 소리의 파장을, 즉 각인을 다른 장기의 세포들에게 보내고 또 그들로부터 되돌려 받는다. 인간의 몸속에서는 75조 개의 세포들이 하나의 시스템으로 일하고 있는데, 그 세포들은 모두 특정한 에너지 패턴이나 기억을 가지고 있어서, 이식될 경우 가지고 있던 기억도 새 시스템에게 전달해주게 될지 모른다. 피어설 박사의 환자들의 경우처럼 장기를 이식받은 사람들에게 이런 에너지 정보나 정보-에너지는 특정 기호식품에 대한 심한 갈망으로 경험되기도 한다. 혹은 한 번도 써본 적 없는 어휘를 빈번히 사용하는 것으로 나타나기 했는데 그 어휘는 장기 기증자와 그의 아내에게 특별한 의미가 있는 말이었다고 한다.

모든 것은, 심지어 가장 단단한 물질조차 끊임없이 진동한다. 아주 좁은 공간에 묶여 있는 소립자의 움직임은 진동이나 떨림에 가까우며,

초당 약 10^{15} 사이클, 혹은 10^{15} 헤르츠로 진동한다. 진동은 모든 형태의 물질, 에너지, 의식 속에 존재한다(Judith, 2001). 그러기에 인간의 가장 주요한 진동기관인 심장에 거대한 정보-에너지가 있으리라 상상하기란 그리 어렵지 않다.

진동은 어떤 방식으로 물질에 영향을 미칠까? 1800년대의 과학자 언스트 클라드니Ernst Chladni는 이 현상을 설명해줄 실험을 몇 가지 했다. 강철 원반을 고정시키고 그 위에 모래를 올린 다음, 원판 가장 자리를 바이올린의 활로 문질렀다. 그러자 원판 위에서 ‘연주되던’ 진동이 모래를 ‘춤추게 해서’ 아름다운 만다라 같은 패턴들이 만들어졌다. 진동수가 다양하듯이 패턴들도 다양했다(Judith, 2001). 그후 그가 했던 실험들에 의하면 물과 오일, 흙 등의 매체에 투사된 음파는 자연에서 발견되는 형태와 놀랍도록 유사한 패턴-예를 들어 나선형은 하나 사람 눈의 홍채나 배아의 세포분할-을 만들어낸다고 한다. 싸이매틱스Cymatics라고 불리는 이 연구는 스위스 과학자 한스 예니Hans Jenny가 주로 발전시켰다. 최근에는 프랑스의 음악가 파비앙 마만Fabien Maman이 인간의 건강한 세포와 그렇지 않은 세포에 미치는 특정 음파의 영향을 연구했다(1997).

마만은, 인간의 종양세포와 정상세포를 현미경 슬라이드 위에 놓은 다음, 인간의 육성이나 악기를 이용해 다양한 진동수에 노출시켰을 때 세포의 크기, 모양, 색깔이 어떻게 변하는지를 상세히 관찰한 결과, 전자 기기를 쓰지 않는 소리들이 종양세포를 죽이고 건강한 세포들에게는 생기를 불어넣는다는 사실을 발견했다. 그의 발견은 진동과 건강의 관계에 관한 논쟁으로 이어졌고, 리처드 게르버Richard Gerber는 자신의 고전적 저서인 『파동의학Vibrational Medicine』에서 마만의 발견을 지지했다.

동양 철학에서는 공명과 치유를 근본적으로 이해하고 있었다. 세상의 모든 진동수를 포함한다고 하는 ‘옴OM’ 소리를 명상 중에 반복하는 것은 우리가 자기 자신 및 우주와 합일되는 방법이라고 한다. 일반적으로 챌팅, 기도, 음악은 세계의 거의 모든 문화에 다 있으며, 감정에 영향을 미치는 것으로 인정받고 있다.

엄마와 아이 사이의 근원적인 유대감에는 심리적·사회적 요인이 영향을 미친다고 하는데 어쩌면 소리와 공명^{resonance}도 영향을 미치고 있을지 모른다. 첫 배아세포들은 소리에 민감하고, 아이의 청각시스템도 자궁 속에서 4개월 반쯤 되었을 때 실제로 완벽해진다. 어머니의 심장 박동은 아기가 태내에 있는 기간과 초기 어린 시절을 지나 성장하는 내내 소리로 받는 매우 중요한 자극제다(Pearsall, 1998). 어쩌면 아이의 전 세포에 ‘각인’된 이 진동은 전 생애에 걸쳐 어머니와의 (나쁜 혹은 좋은) 유대라는 측면의 정보를 전달할지도 모른다. 피어설은 이것을 정보의 ‘세태洗胎’¹⁾라 부른다. 나는 그 같은 이른 시기의 각인이, 직접적이지는 않지만 분명히 아버지와의 관계에서도 생긴다고 생각한다. 아버지의 심장이 태아 혹은 신생아에게 얼마나 가까이 있는가는, 아이의 심장에 담긴 세포 기억에 중요한 기여를 할 수 있으며 그 세포기억은 그 아이에게 평생 영향을 미칠 것이다.

내 자신의 개인적인 이야기가 그 사가 될 것이다. 우리 부모님은 내가 일곱 살 때 이혼했고, 그 후 아버지는 모국인 인도로 바로 돌아가셨다. 그리고 나와 어떤 연락도 하지 않으셨다. 성장하면서 나는 들은 이야기와 사진으로만 아버지를 알았다. 내게는 아버지에 관한 기억이 전무했고 어린 시절에 아버지와 보낸 시간도 없었다. 아버지에 관한 내

1) fetal wash : 영어로 세뇌를 뜻하는 brain wash에 빗대어 태아기에 이미 세포기억이 각인된다는 의미로 피어설이 만들어낸 표현-편집자 주

기억의 은행을 성공적으로 닫아버림으로써 나의 뇌는 감정적, 심리적 기질을 성공적으로 방어해냈다. 45세가 됐을 때, 나는 인도에 가서 아버지를 만났다. 아버지가 기다리고 있는 곳으로 걸어 들어갔을 때 그 만남의 순간을 나는 결코 잊을 수 없다. 아버지의 외형적 모습, 나를 보고 아버지가 보인 반응 등 모든 정보가 나의 뇌로 들어왔었지만 내게 가장 기억에 남는 것은 몸으로 경험된 감각이었다. 믿을 수 없게도, 내가 아닌 다른 인간에게서 엄청난 친밀감이 ‘몸으로’ 느껴졌다. 몸은 근원적 차원에서 이 남자를 ‘알고 있었다.’ 오직 에너지의 변화로서 설명할 수 있는 것이 있었다. 어린 시절에 대한 어떤 기억이 내게 있었던 것이다. 그분은 내 아버지였다. 나의 ‘뇌’ 속에는 아버지에 대한 기억이 여전히 없었지만 나는 전혀 의심하지 않았다. 이 ‘세포 기억’은 피어설과 다른 연구자들이 연구 작업을 통해 설명하고 있는 것이다. 그 세포 기억 때문에 나는 이 분야에서 일하게 되었고, 그것을 ‘증거’로 나는 그 힘을 믿게 되었다.

심장 대 심장

심장의 전자기장은 몸 전체로 침투할 뿐만 아니라 그 외부로 방사되기까지 한다. 우리는 그것을 2.5미터 내지 3미터 떨어진 곳에서도 탐지기 magnetometer로 측정할 수 있다(Childre and Martin, 1999). 과학자들은, 뇌전도 테스트 electroencephalogram test를 이용해 심장에서 발생하는 전기적 패턴들이 당사자의 뇌파에서 감지되는 것은 물론, 두 사람이 접촉했을 때 한 사람의 심장 파동에 담긴 에너지적 정보가 다른 사람의 뇌파에서도 감지될 수 있다는 것을 발견했다(Song, Schwartz, and Russek, 1998, and McCraty, Atkinson, and

Tomasino, 1998).

알게 모르게 심장은 우리가 하는 경험에
영향을 주고, 주변 사람들에게도 영향을 준다. 반대로 우리가
다른 사람들에게서 나온 신호의 영향을 받기도 한다.
타인의 에너지에 공명하기 위해 우리가 변하고, 저 도 변한다.
물론 우리는 이 과정을 의식적으로는 알지 못한다.
그러나 그 일은 일어난다(Childre and Martin, 1999).

사람 사이에서 일어나는 에너지 정보 교환은 우리에게 어떤 의미가
있을까? 피어설은 사람들 간의 직접적인 접촉뿐 아니라 신체적 근접
까지도 심장에 기억을 각인시키는 형태로 정보를 교환한다고 믿는다.
두 사람 사이에 상호작용이 많을수록 그 둘의 심장에 (또 다른 세포들
에도) 각인된 패턴도 더 강해지며, 이것으로 대부분의 사람들이 가족
혹은 가까운 사람들에게 느끼는 (좋은 것이든 나쁜 것이든) 강한 유대
감이 설명된다고 피어설은 말한다. 나아가 이 세포 기억은 영원히 그
사람을 떠나지 않으면서, 다른 사람들의 심리적·감정적 체계는 물론
신체적으로는 죽은 사람들의 현존까지도 설명해준다고 말한다.

심리학자 제임스 린치James Lynch 박사는 사람들 사이의 의미 있는
소통의 결핍과 그 결핍이 인간의 심장에 미치는 악영향에 대해 자신의
심장병 환자들을 대상으로 광범위하게 연구해왔다. 그는 초기 저서들
과 『아무도 귀 기울이지 않는 울음A Cry Unheard』에서 외로움과 혈압의
관련성이 늘 외로움에 시달리는 사람들 사이에서 증가하고 있으며 질
병이나 죽음으로까지 이어질 수 있다고 말한다.

당연한 결과지만 흥미로운 점은 소통 부족뿐 아니라 소통의 질도 심

두 파동이 공명하면 진폭이 증가한다.
 물리세계의 이러한 특성은, 무리지어 함께 살아가는 우리 인간에게
 어떤 의미일까? 집단 속에서 증폭된 심장 공명은
 우주의 더 큰 에너지와 동조할 수 있기에
 뇌에만 의존할 때보다 더 효과적으로 더불어 살아하게
 해줄 메시지를 듣게 해준다.
 주위를 둘러보라. 아니, 심장으로 주위를 둘러보라.
 우리가 다른 사람과 상호작용하는 방식에 만족하는가?

장에 영향을 미친다는 것이다. 특정 대화가 진행되는 동안 혈압이 급
 등하는 것을 측정하는 최첨단기기를 이용해서 린치 박사는 부정적인
 언어, 즉 폭력적인 말, 분노에 찬 말, 시끄러운 말, 폄하하는 말을 반
 복적으로 들은, 특히 초기 어린 시절에 들은 사람들은 심장에 파괴적
 인 영향을 받을 수 있다는 사실을 발견했다. 그러므로 ‘파괴적인 말’도
 운동, 식단, 콜레스테롤 수치만큼 심장병을 일으키는 요소일 수 있다
 고 말한다. 소중한 인간관계가 좋은 영향을 미치는 것에 반해, 부정적
 인 언어와 외로움은 건강에 어찌면 수명에까지 악영향을 줄 수 있다.

린치 박사는 외로움이나 파괴적인 말, 그리고 그런 말이 심장 건강
 에 미치는 심리적·감정적 영향에 관해 집중적으로 다루기는 하지만,
 두 사람이 근접해 있을 때 생기는 전자기장 및 소리의 진동이나 공명
 을 다루고 있지 않다. 심장 두 개가 가까이 있을 때, 이 심장들이 실제
 로 동조entrainment(내인적인 생체리듬이 다른 리듬의 영향을 받아 그것과 동조하
 는 현상-역주)를 할까?

동조적 진동 혹은 간단히 공명이라고 알려진 리듬동조rhythm
 entrainment는 진동수가 비슷한 파동 두 개가 어떤 국면으로 말려들어
 갈 때 생긴다. 실제로 이 파동들은 정확히 똑같은 비율로 함께 진동한
 다. 양극을 왔다 갔다 하는 두 진동들은, 주파수 측면에서 서로 충분히

가까이 있다면 결과적으로 동조할 것이다. 이것의 실 는, 시계를 파는 상점에 가서 태엽을 감아 추를 왔다 갔다 하게 만들어 보면 볼 수 있을 것이다. 처음에는 시계들의 추의 진동이 조금씩 차이를 보이다가 나중에 가서는 서로 동조되면서 리듬이 모두 같아진다.

또한 이 리듬동조의 원리는, 바이올린의 현 하나가 어떤 음 높이로 설정된 다른 바이올린의 현을 연주함으로써 그 음 높이로 조율될 수 있는 것과 같이, 하나의 파동이 휴면 중인 진원지에서 진동을 일으키면서 생기기도 한다. 텔레비전의 리모컨에 이용되는 소리굽쇠도 이런 식으로 작동한다. 리모컨 버튼을 누르면 텔레비전의 음과 동조되는 음이 발생되어 텔레비전이 원격으로 켜지는 것이다.

신체 주기도 동조가 가능한 듯하다. 두 여성이 함께 살면 그들의 생리주기가 서로 정합적으로 조정된다는 것을 여성들은 잘 안다. 결혼생활을 오래한 커플들은 때때로 말없이 소통하고, 어떤 커플들은 기도를 공명의 한 형태로 여긴다. 즉 특정 종류의 동조를 통해 사건들에 영향을 줄 수 있는 것으로 여긴다. 사람들이 두 명 혹은 그 이상 '같은 파장으로' 있는 것처럼 보일 때 방 안의 에너지가 변하는 것을 느껴본 적이 있는가? 흔히 은유적으로 쓰이지만, 그 '같은 파장으로'이라는 표현은 우리가 생각하는 것보다 더 사실에 가까운 표현일지도 모른다.

나는 한 무리의 참가자들을 대상으로 연구를 한 적이 있는데, 그곳에서 인터뷰를 해준 사람들은 모두 실내에서 에너지의 전환이 일어난 것을 경험했다고 말했다. 그들은 다른 사람들에게서 강한 연대감을 느꼈고, 그룹과도 연대감을 느꼈다고 말했다(Levi, 2001).

에너지를 전환시켰던 것은 우리가 말했던 이야기들의 감정적 내용에 불과한 것일까, 아니면 그 방 안에서 실제로 진동 수준에서 심장의 동조가 일어났던 것일까? 어쩌면 이야기를 하는 사람들의 말소리가

아주 가까이에서 고동치는 심장들의 자연스러운 리듬동조를 증폭시키면서 인지된 공명(문자 그대로 ‘다시 울리는 re-sound’)에 영향을 미쳤을지도 모른다.

두 파동이 동조할 때, 그 결과로 생긴 파동은 원래의 두 파동의 결합체다. 그러면 주파수는 똑같지만 진폭은 증가한다. 진폭은 하나의 파동이 최고점에서 최저점까지 움직이는 거리를 말한다. 소리 파동의 경우, 진폭이 증가한다는 것은 에너지와 볼륨이 증가한다는 것을 의미한다. 즉 두 파동이 공명하면 힘과 위아래의 폭이 커진다는 뜻이다. 물리 세계의 이러한 특성은, 무리를 지어 함께 살아가는 우리 인간에게 어떤 의미가 있을까?

집단지성collective intelligence을 연구하는 브리스킨Briskin과 다른 연구자들(2000)은, 집단적인 상황에서 행동을 멈추고 자기 자신과 타인에게 귀 기울임으로써 어느 정도 접근 가능한 집단 지혜collective wisdom가 있음을 발견했다.

침묵은 관계 속에서 행해졌을 때 유익할 수 있다. 침묵함으로써 우리는 가슴이 우리에게 전하는 메시지나 또는 가슴과 가슴으로 전해지는 중요한 메시지에 주의를 기울일 수 있게 된다. 독일 철학자 마틴 부버Martin Buber는 관계를 ‘사이 공간space between’으로 정의한다. 두 개 이상의 심장들이 연결되어 증폭된 소리도 일종의 사이 공간일 것이다.

어쩌면 그것은 우리가 또 다른 목소리, 즉 인간의 목소리 너머에 있는 증폭된 소리를 듣기 위해 필요한 공간일지도 모른다. 인간의 심장이나 집단 속에서 증폭된 심장 공명은 우주의 더 큰 에너지적 힘과 동조할 수 있기에, 우리로 하여금 뇌에만 의존할 때보다 더 효과적으로 더불어 살아갈 수 있게 해줄 메시지들을 듣게 해준다고 피어셀은 제안한다. 주위를 둘러보라. 아니, 심장으로 주위를 둘러보라. 우리가 다른

사람과 상호작용하는 방식에 만족하는가? 지금 이 세계에서 창조적으로 살고 있는가, 이 세계를 파괴하면서 살고 있는가? 나는 심장이 몇 가지 답을 가지고 있을 것이라고 생각한다.

이 글에서 논의했던 작업은 의학 분야에서의 장기이식의 발달과 첨단 측정기기 때문에 우리가 새롭게 그릴 수 있는 전망의 서두 부분이라고 생각한다. 심장과 심장이 동조라는 형식으로 서로 소통할 수 있다는 가능성에 대한 연구결과를 나는 더 많이 보고 싶다. 짐 린치(Jim Lynch)는 심장재활 그룹 참가자들이 급증하는 현상을 알아보기 위해 지속적으로 혈압을 모니터링하는 연구조사를 실시했다.(personal communication, 2002). 린치는 조사 현장들에서 동조의 증거를 발견했지만 ‘하트 로크-인’이라는 물리적 행위를 설명하기에는 부족했다. (그렇게 되면 많은 이들이 이미 ‘과학적’이라고 알고만 있던 것이 정말 ‘과학적’으로 확인이 될 것이다.) 다시 말해 사랑, 이해, 연민과 같은 긍정적인 인간 유대가 사람을 기분 좋게 하고 개인적·집단적인 치유력이 있을 뿐만 아니라, 증폭을 통해 더 큰 지혜의 원천, 더 큰 힘의 원천, 지성의 원천에 접속하게 하리라는 것을.

마지막으로 나는 린치 박사가 『아무도 귀 기울이지 않는 울음(A Cry Unheard)』에서 자신의 심장병환자들 가운데 한 명에 대해서 했던 이야기를 다시 하고 싶다.

예수네 살인 레버(Lever) 박사는 유대교의 주요 기도문을 암송하고 있었다. “쉐마 이스라엘 아도나이 엘로헤누 아도나이 에하드(Shema Y’Israel, Adonai Elohenu, Adonai Ehad), 이스라엘이여, 들으라! 하느님이신 우리의 주는 오직 한분이시니.” 레버 박사는 평생 이것을 암송해왔다. 하지만 관상동맥질환 때문에 우회술을 7번 하고 심장마

비를 세 번이나 겪은 후에야 비로소 그 단어들이 들리고, 또 자신의 삶에서 그 단어들이 의미하는 것이 무엇인지 이해하게 되었다고 말한다. 그는 이어서 ‘이스라엘이여, 들으라. 조화! 자기 자신과의 조화, 다른 사람들과의 조화, 무엇보다도 당신이 사랑하는 사람들과의 조화, 그리고 자연과의 조화’를 반복한다. 레버 박사가 이해하듯이 치유의 본질은 이것이다. 하지만 레버 박사는 다른 무엇보다도 치유에는 들을 수 있는 능력도 필요하다고 덧붙인다.

“지금까지 저는 거의 대부분 귀머거리로 살아왔습니다. 가까운 사람들에게는 가끔 귀머거리가 되었고 제 말이 가진 힘에도 귀머거리였으며, 제 심장이 애써 제게 하려는 말에는 확실히 귀머거리였죠. 쉼마 이스라엘 기도문을 수만 번 듣고 암송했음에도 불구하고, 저는 한 번도 그 메시지의 정수를 듣지 못했습니다.

이스라엘이여, 들으라! 이 치유과정에서 제가 깨닫게 된 것은, 제가 하는 말(내가 다른 사람들에게 하는 말들, 내가 기도할 때 하는 말들)과 내가 듣는 말, 그리고 내가 듣지 못하는 말이 내 심장과 가깝게 연결되어 있다는 것입니다. 세션을 하는 동안 선생님이 이용한 혈압과 심박수라는 기술용어는 깨우치는 보조기구에 불과했습니다. 놀라운 도구지만 어디까지나 하나의 도구일 뿐이었습니다.”

그런 다음 활짝 웃으면서 그는 이렇게 말한다.

“하지만 들으려면 먼저 들을 준비를 해야 합니다. 그러면 여정을 시작할 준비가 된 겁니다. 삶과 싸우거나 삶으로부터 도피하던 것을 그만 두고 훨씬 더 수용적이고 같은 인류에게 훨씬 더 기꺼이 다가가고 그들의 말을 들어주려는 사람으로 변화할 준비가 된 것입니다.”(끝) 

- 이 글은 『The Sentient Heart: Messages for Life』에서 발췌하였습니다.
- 이 글은 미래사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | 르네 레비Renee A. Levi | 르네 레비 박사는 '공명 프로젝트the Resonance Project 설립자이자 이
 사로서 집단 공명에 관한 연구를 계속해서 해왔다. 대중연설가이자 작가, 촉진자, 연구자로서 세
 계에 긍정적 행동을 위한 집단 공명을 증폭시키는 데 도움이 되길 바라고 있다. 현재 정교한 의사
 결정과정을 통해 개인과 조직의 변형을 이루고자 하는 공명컨설팅사의 대표이며 『Group magic:
 Collective Resonance at Home, Work, and Play』라는 책을 집필 중이다.

역자 | 김현정 | <지금여기> 번역위원. 2002년 3개월간 유럽의 공동체, 탁났한 스님의 플럼빌리지,
 웨이커 교도의 공동체 우드부룩, 기독교 공동체 브루더호프 등을 다녀왔다. 각 공동체에서 머물면
 서 영혼을 어루만져주는 따뜻함을 느꼈다. 역서로는 『나눔의 밥상』이 있다.

참고문헌

- Bar-On, R. (1996). The Era of the “EQ”: Defining and assessing Emotional intelligence. Presented at the 104th Annual Convention of the American Psychological Association, Toronto.
- Buber, M. (1970). I and Thou. New York: Charles Scribner's Sons.
- Childre, D. and Martin, H. (1999). The HeartMath Solution. San Francisco: Harper San Francisco.
- Cooke, R. Cell Transplants Can Alter Behavior. The Detroit News, March 10, 1997, p. E1.
- Cooper, R. and Sawaf, A. (1997). Executive EQ. New York: Penguin Putnam.
- Dossey, L. (1993). Healing Words: The Power of Prayer and the Practice of Medicine. San Francisco: Harper San Francisco.
- Gerber, R. (2001). Vibrational Medicine. Rochester, VT: Bear and Company.
- Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence. NY: Bantam Books.
- Goleman, D., Boyatzis, R. and McKee, A. (2002). Primal Leadership. Boston: Harvard Business School Press.
- Hunt, V. et al. (1972). A Study of Structural Integration from Neuromuscular, Energy Field and Emotional Approaches. Project Report, Rolf Institute.
- Hunt, V. (1996). Infinite Mind. Malibu, CA: Malibu Publishing Company.
- Judith, A. (2001). Wheels of Life. St. Paul, MN: Llewellyn Publications.
- Kaplan, H., et al. Affective Orientation and Physiological Activity (GSR) in Small Peer Groups. Psychosomatic Medicine 25, 1963: 245.
- Lacey, J. and Lacey, B. Conversations Between Heart and Brain. Bulletin of the Institute of Mental Health, March, 1987.

- Leonard, G. (1978). *The Silent Pulse*. NY: Bantam Books.
- Levi, R. (2001). *An Inquiry into a Phenomenon of Collective Resonance*.
Unpublished paper.
- Lewin, R. (1992). *Complexity: Life at the Edge of Chaos*. NY: MacMillan
Publishing Company
- Lynch, J. (2000). *A Cry Unheard*. Baltimore: Bancroft Press.
- Maman, F. (1997). *The Role of Music in the Twenty-First Century*.
Poland: Morpol.
- Mayer, J. and Salovey, P. *Emotional Intelligence*. *Applied and Preventive
Psychology*, 4(3): 197-208.
- McCraty, R., Atkinson, M., Tomasino, D., et al. *The electricity of touch:
Detection and Measurement of cardiac energy exchange between
people*. In Pribram, K. (ed.)
Brain and Values: Is a Biological Science of Values Possible? Mahwah,
NY: Lawrence Erlbaum Associates, 1998: 359-379.
- Oz, M. (1998). *Healing from the Heart*. NY: Penguin Putnam.
- Pascal, B. (1670). *Pensees*.
- Pearsall, P. (1998). *The Heart's Code*. NY: Broadway Books.
- Reich, W. *Character Analysis*. Translated from German by Vincent
Carfagno, 1980).
- Saint-Exupery, A. de. (1943). *The Little Prince*. San Diego: Harcourt
Brace Jovanovich.
- Schwartz, G. and Russek, L. (1996). *Do All Dynamic Systems Have
Memory? Implications of the Systemic Memory Hypothesis for
Science and Society*. In K. Pribram and J. King (Eds.) *Brain and
Values: Behavioral Neurodynamics V*. Hillsdale, NJ: Lawrence
Erlbaum Associates.
- Sheldrake, R. (1981). *A New Science of Life*. Los Angeles: J. P. Tarcher.
- Siegel, B. (1986). *Love, Medicine and Miracles*. NY: HarperCollins
Publishers.
- Song, L. Schwartz, G. and Russek, L. *Heart-focused attention and
heart-brain synchronization: Energetic and physiological
mechanisms*. *Alternative Therapies in Health and Medicine*. 1998.
4(5): 44-62.
- Sternberg, R. (1996). *Successful Intelligence*. NY: Simon and Schuster.
- Sylvia, C. (1997). *A Change of Heart*. Boston: Little, Brown and
Company.