

## ‘자기발견(자기탐색연구)’에 대한 여러 학문적 견해와 종교교육의 역할\*

김 세 곤\*\*

동국대학교(경주)

---

### 【요약】

자아 및 자기탐구에 대한 이해의 역사적 흐름은 광범하고도 장구하다. 자기이해란 바로 인간본성의 연구와 다름없는 문제이기 때문이다. 인간본성을 올바르게 깨닫고 정립하기 위한 무수한 노력의 흔적들은 동서양의 오랜 전통문화의 예지와 종교인들의 영적인 수행활동 등을 통해서도 발견할 수 있다. 자기이해와 그 맥락을 같이 하는 자기발견에 대한 이해의 과정 또한 여러 종교적 차원이나 각 학문들 사이에서 각기 다른 시각과 접근 방법으로 탐색(연구) 되어왔다. 오늘날 분석심리학의 관점에서 볼 때 자기발견이란 자기에 대한 이해를 바탕으로 전개되는 자기실현의 한 과정으로 이해할 수 있다. 또한 자기발견은 정신분석 심리학을 비롯한 현대의 여러 관련 학문들과 보편적 종교들이 추구하는 자아초월이나 자기완성을 위한 일련의 프로세스로 해석할 수 있다. 이처럼 자기발견에 대한 여러 학문적 입장이나 견해는 복잡하고 다양할 수밖에 없다.

이에 본 연구에서는 자기발견, 즉 자기탐색 연구에 대한 다양한 학문적 견해와 입장이 어떻게 다른지를 비교 검토하여 그 개요를 간략히 정리하여 제시하는 것이 본 연구의 첫 번째 목적이다. 이를 바탕으로 자기발견을 위한 종교교육의 역할과 그 실천을 위한 구체적인 수업내용과 교수방법 등을 제안하는 것을 두 번째 목적으로 삼았다. 이를 위해 종교교육의 실천 현장이라 할 수 있는 학교수업에 절실히 필요하고, 또 종교교육수업프로그램 구성에 유익하고도 적용 가능하다고 예측되는 구체적인 수업활동내용사례 8가지를 제시하였다.

주제어 : 자기발견, 자기이해, 자기실현, 인간본성, 종교교육의 역할

---

\* 이 논문은 한국종교교육학회 2019년 춘계학술대회 기초강연 발표문을 수정 보완한 것입니다.

\*\* 동국대학교(경주) 유아교육과 교수, ksg@dongguk.ac.kr

## I. 서언

우주천문학자나 천체물리학자 중에는 우주를 인간의 마음이나 본성에 비유하여 설명하는 경우가 종종 있다. 이것은 우주와 같은 천문현상의 무한성, 복잡성, 체계성 나아가 그 신비로움이나, 경이로움, 불가해성 등과 같은 점들을 인간 내면의 정신이나 영혼 속에서도 발견할 수 있다는 차원에서 인간의 마음을 소우주로 간주하기 때문일 것이다.

그런데 이처럼 ‘작은 우주’라 불리는 ‘마음’이란 도대체 무엇일까? 참으로 난해한 질문이고 그 답 또한 너무 어렵고 심오하여 어쩌면 그 답을 찾는 것이 불가능 할지도 모른다. 그럼에도 불구하고 모든 인간은 그 본질과 속성을 밝히고 이해하기 위해 인류역사의 시작과 함께 또 현재는 학문 분야의 구분 없이 전 영역에서 쉼 없는 연구와 논쟁을 이어가고 있다. 마음을 과학적으로 규명하는 학문인 심리학이 정식으로 출발한지도 1세기가 훨씬 지났다. 지금은 인공지능이 마음의 여러 주요 기능과 역할을 대신할 수 있는 시대에 살고 있다. 그러나 본성이나 영혼을 담고 있는 그릇이라 할 수 있는 ‘나’라는 이 실체는 무엇이며 또 그 기원은 어디인지<sup>1)</sup>에 관한 학술적·종교적 차원의 연구와 논의가 끝없이 진행 중임은 무엇을 의미할까. 여하튼 일반 범부로서는 도무지 알기 어려운 이 ‘마음’의 주체를 그저 ‘자아, 자신, 자기, 나’라고 인식하며 그럭저럭 일생을 살아가고 있을 뿐이다. 그런데 늘 이렇게 현실적이고 피상적으로 인식하며 살아가고 있는 나 자신을 과연 ‘진정한 나, 즉 내 마음의 주인공’이라고 자신 있게 말할 수 있을까? 오늘날 첨단과학 분야의 하나인 뇌(신경)과학이나 인지과학에서는 마음의 일반적 기능과 역할, 즉 의식과 무의식의 작동기제나 감정이나 동기와 같은 정신적 요소의 일정부분들에 대해서는 상당한 수준까지 밝혀내고 있다. 뿐만 아니라 마음의 신비체험의 수수께끼를 연구하는 신경신학이나 종교와 뇌의 관련성을 밝히는 인지종교학의 분야까지 과학적 방법론은 그 범위를 넓혀서 불가사이한 정신기능과 영혼의 영역까지도 과학자의 시선으로 설명해 보려고 시도 하고 있다. 이처럼 현대 첨단과학과 의학의 도움으로 마음과 정신, 자아의식과 본성들에 대한 일반적인 이해는 상당한 범위까지 도달할 수 있게 되었지만 왜 현대인들의 심리적 불안이나 스트레스는 그 끝을 알 수 없을 정도로 더욱 커지고 늘어만 가는 것일까?

독일의 저명한 임상심리전문가인 미리암 프리스(2019)<sup>1)</sup>의 다음과 같은 주장처럼, ‘인생은 관계이며, 나아가 자신과의 관계가 인생의 모든 관계를 결정한다’<sup>2)</sup>고 보면 현대인들의 삶(인생) 속에서 겪는 모든 심리적 정신적인 고통의 원인 또한 결국은 ‘나

1) 미리암 프리스, 박지희 옮김, 『서른과 마흔 사이 나를 되돌아 볼 시간』(서울: 비즈니스북스, 2019)

2) 위의 책, 17-20.

자신’이라고 부르는 관계의 주체’로부터 비롯된다고 가정해 볼 수도 있을 것이다. 그런데 프리스가 주창한 이 같은 가설은 ‘영혼의 심리학자’로 널리 알려진 카를 구스타프 융(1875~1961)이 이미 오래 전에 정교하게 잘 체계화 시켜 구축해 놓은 분석심리학의 핵심 이론과 맞닿아 있다고 볼 수 있다. 왜냐하면 융 자신도 ‘거짓 자아(자아)와 참 자아(자기)’에 대해 분석심리학적 차원에서 그 개념적 차이를 분명히 하여 심리치료와 영적 성장에 있어서 자기발견의 의미를 매우 강조하고 있기 때문이다. 물론 융의 경우는 인격 완성의 궁극적 목표를 자기실현(개성화)에 두고 있지만 내가 어떻게 ‘나’를 발견하게 되는지, 내가 누구인지를 묻는 과정 등이 영적인 성숙과 심리 치유의 과정에서 반드시 수반되어야 함을 누누이 역설하고 있다. 그런데 이러한 인격성숙과 완성의 과정에 자기발견의 의미와 중요성은 심리학 분야에 국한되지 않고 종교를 비롯한 여러 타 학문 분야에서도 그 의의와 연구방법론들에 대한 많은 연구와 논의가 오랜 기간 동안 활발하게 진행되어 오고 있다. 본 발표에서는 이런 점들을 감안하여 ‘자기발견(자아탐색연구)’에 대한 여러 학문적인 입장과 견해를 정리해 봄으로써 과연 자기발견을 위한 종교교육의 역할은 무엇이며 또 어떻게 전개 되어야 하는지를 검토해 보고자 한다. 본 발표에 앞서 소크라테스가 언급한 델포이 신전에 새겨진 ‘너 자신을 알라’라는 경구에서처럼 ‘자기발견’의 의미를 ‘참된 자아(자기)를 탐구하라’는 일상적인 뜻으로 간주하여 논술하였음을 밝혀둔다.

## II. 자기발견(자아탐색 연구)에 대한 다양한 학문적 견해

### 1. 융 심리학에서는 자아와 자기의 의미를 어떻게 보는가?

#### 1) 융 심리학에서 본 ‘자아’의 의미와 ‘자기발견’과의 연관성

‘융 심리학’이란 ‘융의 분석심리학’을 줄인 용어이지만 학자들마다 자신의 논리와 주장에 따라 이 둘을 적절히 혼용해서 사용하는 경우가 많다. 정신의학자로서 널리 알려진 이부영 교수는 국내에 융의 분석심리학을 널리 알리고 전파한 공로가 지대하다. 그러한 공적 가운데 하나가 2002년도 한길사에서 출간한 ‘이부영 · 분석심리학의 탐구’<sup>3)</sup> 시리즈라고 해도 과언은 아니라고 생각한다. 그 중에서 특히 이 시리즈의 삼부작(3)이 ‘자기와 자기실현’이란 제목으로 출간되어 있다. 이 3부작의 내용이 본 발표와 관련이

3) 이부영, 『분석심리학의 탐구: 전3부작』, 제1부작 『그림자』, 제2부작 『아니마와 아니무스』, 제3부작 『자기와 자기실현』(과주: 한길사, 2002)

깊기 때문에 본 단락에서는 특히 이 책의 ‘분석심리학에서 본 자아와 자기’<sup>4)</sup>의 내용을 중심으로 ‘자아’와 ‘자기’ 의미를 우선 간략히 정리한 다음에 ‘자기발견’에 대한 융 심리학의 견해를 언급해 보고자 한다.

이부영은 ‘자아(나)와 자기의 차이점’<sup>5)</sup>에 대해서 또한 ‘자기와 신’<sup>6)</sup>에 대한 상징적 연결고리의 의미를 분석심리학적 차원에서 상당히 많은 분량으로 상세하게 서술하고 있는데, 그 개요의 핵심내용을 한 마디로 요약해서 압축해 보면 다음과 같다. 즉, 자아는 의식의 중심이며 무의식에서 발아한다는 점이고, 거기에 비해 자기는 ① 전체정신으로서의 자기, ② 중심으로(자기원형)서의 자기, ③ 대극의 합일로 본다는 점이다. 이상의 개요를 바탕으로 이하에서는 우선 자아의 의미부터 먼저 알아본 다음에 이 자아가 어떻게 자기로 성장하며 나아가 자기발견과 연결될 수 있는지에 대해서 서술해 보고자 한다.

일상에서 흔히 부르고 있는 ‘나’ 혹은 ‘내’란 자아의 순수한 한글로서 거의 동일한 의미로 사용하고 있다. 그런데 이부영(2002)은 분석심리학에서 취급하는 자아의 의미를 다소 문학적으로 표현하고 독창적으로 해석하여 다음과 같은 형태로 압축하여 자아가 지닌 특성을 잘 나타내고 있다. ‘자아는 의식의 주인이고 중심이며, 또한 무의식에서 발아(태어나며)한다.’<sup>7)</sup> 또 ‘자아의식은 어린이와 원시인의 경우 유사한 측면이 많고, 영유아동기에서 사춘기로 넘어가면서 의식에서 의식성으로 나아가게 된다’<sup>8)</sup>뿐만 아니라 자아는 외부세계(집단정신)와의 관계 속에서 일종의 기능콤플렉스라 할 수 있는, 즉 사회에 적응하려는 행동양식의 일종인 페르조나(Persona)를 형성하게 된다. 나아가 그렇게 형성된 외적 인격이라고도 하는 페르조나의 특성을 잘 파악하기 위해서는 심리학적 유형(외향형 대 내향형, 사고형 대 감정형, 직관형 대 감각형)에 따른 자아의 특성에 대해서도 깊은 이해가 있어야 한다고 설명하고 있다. 그러나 청소년기에는 외부세계와의 관계가 강화되면서 페르조나 자아상이 짙어지는 경향이 강한 반면에 그만큼 무의식(내면세계)과의 단절 위험은 더욱 커지기 때문에 의식은 더욱 강화 될 수밖에 없다. 그러한 상태에 이르게 되면 의식은 무의식과의 대면을 더욱 멀리하고 경계를 심하게 지으면서 일방적인 발전을 진행한다고 본다. 이처럼 자아의식의 발달은 일방성이라는 특징을 갖는데 이 일방성은 그 방향에 적합하지 않는 것은 배제하는 특성을 갖기 때문에 자아의식의 발달에 있어서 의식의 일방성에 완전히 어울리지 않는 성향들은 무의식의 세계로 억압을 하게 한다고 설명하고 있다. 일반적으로 청소년기에는 교육을 통

4) 위의 책, 31쪽.

5) 이부영은 제3부작 『자기와 자기실현』에서 ‘자아란 무엇인가’(31쪽) ‘자기란 무엇인가’(53쪽)라는 소제목으로 무려 31-80쪽에 이르는 방대한 분량으로 자아와 자기의 개념적인 차이를 상세히 설명하고 있음.

6) 이부영, 앞의 책, 80-92쪽.

7) 위의 책, 31-33쪽.

8) 위의 책, 34-38쪽.

해 사회적 책임이나 행동규범을 학습하게 되는데 이 때 선과 정의를 실천하며 영웅들과 동일시하여 부정적인 자아상(예를 들면, 나태함, 부정부패, 비겁자 등)은 무의식 영역으로 밀어내어 또 하나의 무의식적 인격인 그림자를 만들게 된다고 가정한다. 그런데 점차 청소년기와 성인기를 거쳐 중년이후로 접어들면서 이 기간 중에 형성되어 굳어졌던 페르조나와 자기와 구별은 내면세계 즉 무의식과의 관계회복이라고 할 수 있는, 말하자면 의식화라고 하는 자기인식을 통해서 점차적으로 가능해진다고 설명한다. 이 때 무의식의 내적 인격이라고 할 수 있는 아니마와 아니무스가 자아로 하여금 자기를 만날(조우) 수 있게 하는 매개자가 될 수 있다고 가정한 독창성이야말로 융의 분석심리학의 ‘자기발견’에 대한 탁월하면서도 위대한 견해가 될 수 있다고 생각 한다. 말하자면 융의 분석심리학에서는 이러한 연령시기, 즉 청장년기가 되어야 비로소 의식의 중심인 자아에서 전체정신의 중심인 자기에로의 여정을 시작하게 된다고 보는 것이다. 융 심리학에서 말하는 자기실현이란 어쩌면 자아(거짓 나)가 자기(참 나)를 탐색해 가는 일련의 과정으로도 해석해 볼 수 있는데 이러한 여정에서 만나는 소중한 순간들을 바로 ‘자기발견’이라는 의미로 해석해도 무방하지 않을까라는 발표자의 소박한 생각을 적어본다.

## 2) 융 심리학에서 설명하는 ‘자기’의 의미

자아와 자기에 대한 의미상의 차이에 대해서는 ‘자기의 탐색’<sup>9)</sup>이란 책을 저술한 박아청(1998)도 자기의 의미에 대해 다양한 국내외 학자의 견해와 주장을 참고하여 상세히 기술하고 있다. 그 가운데 이만갑(1995)이 작성한 ‘자기와 자기의식’ 논문을 인용하여 다음과 같이 기술하고 있다. “자기와 자아란 말은 아마도 중국이나 일본에서 영어의 self, 독일어의 das Ich 또는 das Selbst, 불어의 moi, 라틴어의 ego 등에 대한 번역어로 만든 말로 추측하고 있다. 그리하여 그는 일본학자들이 겐만어에서 유래된 self와 라틴어에서 나온 ego를 학술적으로 동의어로 간주하여 병용하는 경우도 있지만 최근에는 self와 ego를 구별하여, self는 객체적인 뜻을 함축하는 것으로 ‘자기’, ego는 주체적인 뜻을 담은 것으로 간주하고 ‘자아’라고 하는 것이 점차 일반화 되어 가는 경향에 동의하고 있음을 볼 수 있다.”<sup>10)</sup> 이처럼 자아와 자기에 대한 개념상의 구별은 각 학문적 입장이나 이론적 배경, 나아가 학자의 견해나 주장에 따라 상당한 차이가 있고 복잡 다양함을 알 수 있다. 따라서 본 발표문에서는 융 심리학에서 체계적으로 구축되어진 자기의 의미를 이부영(2002)의 연구를 참조하여 간단히 언급해 보기로 한다. 이부영(2002)은 자기의 의미를 크게 3가지의 분석심리학적 특성으로 설명하고 있다. 첫

9) 박아청, 『자기의 탐색』(서울: 교육과학사, 1998)

10) 위의 책, 5쪽에서 재인용.

째, 자기는 정신현상 전체를 나타낸다. 둘째, 자기는 정신현상의 전체(전체인격)인 동시에 또한 중심을 이루어 자기원형으로서 등장하며 무궁한 에너지를 갖추고 스스로 정신기능을 조절하여 전체정신을 실현시키는 원동력이 된다. 따라서 무수히 많은 집단 무의식의 원형들 가운데 자기원형은 가장 핵심적인 것이다. 그런데 이러한 자기원형의 기능과 활동은 자아의식이 무의식의 의식화 과정을 적극적으로 행사할 때 발휘된다. 셋째, 모든 정신현상은 대극의 긴장과 갈등, 통합의 과정에서 진행되는 데 자기는 이러한 대극의 융합, 즉 대극합일의 상징으로 나타나기 때문에 자기는 음양합일이 도라고 하는 동양사상의 도 개념과도 일치된다.

## 2. 에니어그램의 성격유형이론에 함의된 역동성의 의미와 자기발견

오늘날 에니어그램은 인간의 성격유형을 9가지로 분류하여 인간의 정신과 본성을 탐구하고 나아가 영적성장을 위한 주요한 지침서(모형) 역할을 하는 맵의 성격을 지닌다고 할 수 있다. 구글에서 제공하는 위키백과에 따르면 이 에니어그램(Enneagram)의 어원은 희랍어에서 9를 뜻하는 ennear와 점, 선, 도형을 뜻하는 grammos의 합성어로, 원래 ‘9개의 점이 있는 도형’이라는 의미를 지닌다. 그런데 최근 인간의 마음 및 성격연구에 많이 활용되고 있는 이 에니어그램의 기원에 대한 역사는 거의 추측에 의할 뿐 정확히 조사된 바는 없는 것 같다. 그러나 9가지 성격유형의 근원에 대해서는 여러 문서들에서 그 근거를 찾을 수 있고 중세 기독교의 9가지 죄악 교훈이나 유대교 전통의 카발라에서 발견된다고 한다(윤운성 외 다수, 2013).<sup>11)</sup> 오랜 종교적 전통과 고대의 철학적 사상 등을 배경으로 전해져 온 에니어그램에 대한 최근의 연구 성과물 가운데 하나는 돈 리처드 리소(Don Richard Riso)와 러스 허드슨(Russ Hudson)이 1987년에 초판을 출간한 ‘Personality Types’를 들 수 있다. 이 두 학자는 에니어그램 분야에서 탁월한 저술과 왕성한 개발자로 큰 명성을 받고 있는데 그들이 공동 저술한 앞의 책은 미국에서만 15만 권 이상이 판매될 정도로 세계적인 베스트셀러가 되었다(윤운성 외 다수, 2013).<sup>12)</sup> 또한 이 책은 여러 나라에서 번역되는 한편 국내에서도 관심을 끌고 있다. 본 발표의 주제와 관련하여 또 한 권의 주목할 책으로는 산드라 마이트리(Sandra Maitri, 2000)가 쓴 ‘The Spiritual Dimension of the Enneagram’이다. 이 책은 국내에서 2016년에 번역본 초판<sup>13)</sup>이 발행되었다.

11) 돈 리처드 리소, 러스 허드슨, 윤운성 외 다수 공역, 『에니어그램 성격유형』(서울: 학지사, 2013), 35-38쪽.

12) 위의 책, 3-7쪽.

13) 산드라 마이트리, 황지연, 김세화 공역, 『에니어그램의 영적인 지혜: 진정한 ‘나’는 성격너머에 있다』(서울: 한문화, 2017)

우선 앞에서 소개한 두 권의 번역 책은 에니어그램의 기본적인 개념과 성격 및 구조와 기능들을 소개한 점에서는 유사한 측면이 많다. 그런데 책의 제목에서 시사하는 바와 같이 앞의 책은 에니어그램의 9가지 성격 유형의 역동성을 분석하고 탐구함으로써 자아초월로 나아갈 수 있는 가능성을 열어주고 있다는 점에 포인트를 두었다면 뒤의 책은 성격유형의 탐구를 넘어 본성(참 모습의 영성)으로 들어가는 길을 안내하려는 데에 좀 더 포커스를 맞춘 것처럼 생각된다. 이하에서는 에니어그램의 전승역사와 발전 경로에 대해 간략히 소개한 다음에 9가지 성격 유형에 함의된 심리적 역동성의 잠재적 힘과 에너지의 의미와 특성을 분석하여 이러한 측면들이 어떻게 자아초월이나 자기발견 그리고 영적 성장에로의 통찰로 이어질 수 있는지에 대해서 서술하고자 한다.

### 1) 에니어그램의 기원역사와 전승경로

윤운성 외 다수 공역(2013)<sup>14)</sup> 따르면 에니어그램의 기원에 관한 역사는 정확히 찾을 수가 없다고 한다. 기원역사에 대한 이러한 직설적 표현은 다소 전설적이고 구전설과 같은 인상을 주지만 그 근거나 출처에 대한 애매모호함 또한 배제할 수가 없다. 하지만 9라고 하는 숫자와 관련이 깊은 에니어그램의 어원으로 추측컨대 그 기원은 피타고라스 학파나 신플라톤주의자와 같은 고대의 수학자와 연결된 것으로 해석하는 경우도 보인다. 한편으로 종교적인 분야, 예를 들면 초기의 유대 전통에서 온 카발라(Kabbala)의 신비학문에서 또는 이슬람 수피 종단의 일부에서 혹은 그리스 철학에 그 근원을 두는 견해도 있다. 이처럼 에니어그램의 기원역사는 모호한 측면이 많지만 9가지 성격유형의 근원에 대해서는 여러 문서들에서 발견된다고 한다. 그 가운데 하나는 초기 기독교 금욕주의자의 전형이 되었던 사막의 교부(Desert Fathers)들이 교훈으로 삼았던 7가지 죄악의 개념에서 기원하는 것으로 해석하는 경우도 나타난다. 하지만 이러한 구전역사의 비밀적인 장구성에도 불구하고 극히 최근까지도 서구에 전혀 알려지지 않았다고 한다(2013, 윤운성 외 다수 공역).<sup>15)</sup> 이런 역사적 흐름 속에서 서구세계에 에니어그램의 상징과 의미를 널리 알리는데 크게 기여한 인물로는 뭐라 해도 구르지예프(George Ivanovitch Gurdjieff), 이카조(Oscar Ichazo), 나란조(Claudio Naranjo)의 3사람을 꼽을 수 있을 것 같다(2013, 윤운성 외 다수 공역).<sup>16)</sup>

에니어그램의 9가지 성격유형의 심리적 역동성을 좀 더 수월하게 이해하기 위해 앞서 3사람의 공헌자에 대해 간략히 소개하기로 한다. 구르지예프는 아르메니아의 신비

14) 윤운성 외 다수 공역, 앞의 책, 38쪽.

15) 위의 책, 38쪽.

16) 위의 책, 47쪽. 에니어그램 전승도 참조.

주의자로서 1910년경에 처음으로 에니어그램을 서양에 소개한 것으로 유명하다. 그가 에니어그램의 상징 지도를 해석함에 있어서는 “한 가지 의미 혹은 한 차원의 세상만 있는 것이 아닌 것을 알아야 한다. 이것은 아주 중요하다.”<sup>17)</sup>고 강조한 사실은 에니어그램 상징성의 의미에 대한 해석의 중요성을 대변하는 것이라고 여겨진다. 또한 그는 “에니어그램을 우주의 원리를 이해하는 모델로 사용하는 한편, 그 자신이 고안한 동작 훈련(movement exercise)을 통해서만 완전히 에니어그램을 이해할 수 있다”<sup>18)</sup>고 한 점은 자신감 확신의 승화라고 생각된다. 한편 볼리비아 출신의 신비주의자였던 이카조는 에니어그램을 정신적인 내적 작업에 그 지도를 실제적으로 사용한 최초의 사람으로 1970년대 초에 칠레에서 몇몇 제자들에게 에니어그램을 소개했다고 한다.<sup>19)</sup> 끝으로 칠레의 정신과 의사 출신인 나란조는 이카조의 제자로서 그에게서 배운 이론에다 자신의 임상적 지식, 프리츠 펄의 게슈탈트 요법, 카렌 호니의 자기 심리학과 연계한 연구를 통해 습득한 심리학적 통찰을 통합했다. 이러한 작업들을 통해 개발한 나란조의 접근법은 심리학적 접근법과 정신적 작업을 통합 하는 것으로 당시로서는 놀라운 혁신이었다<sup>20)</sup>고 한다.

## 2) ‘에니어그램의 9가지 성격유형원리’에 함의된 심리적 역동성이 갖는 의미

최근 성격심리를 적용한 자기개발이나 종교관련 분야의 워크숍 등에서 많이 활용되고 있는 에니어그램의 9가지 성격유형의 의미를 한마디로 표현하자면 ‘자기발견을 위한 성격의 역동성 탐구’<sup>21)</sup>로 불러도 좋다고 생각된다. 이 표현은 윤운성 외 다수 공역(2013)의 책 제목을 인용하여 그대로 표기한 것에 불과하다. 그러나 어찌면 이것은 에니어그램의 기본 목적과 의의를 잘 함축하여 묘사한 것이라고 본다. 이하에서 그 이유에 대해서 이 책의 기본내용을 바탕으로 에니어그램 성격유형원리에 함의된 심리적 역동성의 의미를 간결하게 요약 정리해 보기로 한다.

우선 에니어그램에 대해서 언급할 때면 누구라도 자신도 잘 모르는 자신의 성격(기질적인 특성을 포함한 인성, 인격 또는 인품, 본성, 정신, 영혼 등과 같은 의미 등)을 유형별로 그것도 아홉 가지의 틀과 형식만으로 대별하여 설명하려는 것에 대해선 의문이 클 것이다. 왜냐하면 흔히 일상적으로 마음이라는 단어 대신에 사용하고 있는 성격에는 너무도 다변적이고 복잡하며 관련 변인이나 요인들이 많고 또 중첩되는 측면이 크기 때문이다. 나아가 측정이나 예측이 불가능한 요소들까지도 수없이 내재되어 있

17) 황지연, 김세화 공역, 같은 책, 15쪽.

18) 위의 책, 16쪽.

19) 위의 책, 16쪽.

20) 위의 책, 17쪽.

21) 위의 책의 앞 커버 제목임.

는 점도 그 이유의 하나가 될 수 있다. 그럼에도 불구하고 그 복잡하고 다양하며 어려운 성격을 고작 9가지 유형별로 구분하여 그 특징을 밝힌다고 하니 혼란스러워 하는 것은 당연할지도 모른다. 그 메커니즘의 원리를 모르면 그럴 수도 있을 것이다. 하지만 이것을 단순한 성격탐색의 과정정도로만 여기면 모르겠지만 마음의 본성을 밝히는 여정으로 간주하면 참으로 어렵고 끝없는 노력이 요구된다. 특히 인간의 삶, 특히 건강하고 행복한 인생을 살아가기 위한 차원이라면 성격에 대한 지속적인 연구는 끝없이 이어질 수밖에 없다고 생각한다. 오늘날에도 성격심리학은 과학을 중시하는 현대 심리학 분야 가운데서도 늘 관심의 일등자리를 놓치지 않는다는 사실은 이러한 현실을 충분히 대변한다고 말 할 수 있을 것 같다.

윤운성 외 다수 공역(2013)<sup>22)</sup>에 따르면 에니어그램의 원칙들을 체계화하는 작업들은 간단하다고 한다. 그 이유는 에니어그램의 9가지 성격 유형은 세 그룹 또는 삼원소(triad)의 각 정점에 있는 3가지 성격유형으로 분화되었다고 보기 때문이다. 그리고 에니어그램에서의 3원소란 근원적인 심리적 기원이 어디에 있는지에 따라 결정된다고 전제하며 이 3원소는 ① 감정 3원소, ② 사고 3원소, ③ 본능 3원소로 구성된다고 한다. 첫 번째의 감정 3원소에는 2번 성격유형, 3번 성격유형, 4번 성격유형이 포함되고, 두 번째의 사고 3원소에는 5번, 6번, 7번의 성격유형이, 그리고 마지막 본능 3원소에는 8번, 9번, 1번의 성격 유형이 여기에 속하는 것으로 설명한다. 이들 9가지 성격 유형에 대한 상세한 언급은 지면상의 제한으로 생략하지만 여기서 특히 주목해야 할 점은 이들 삼원소의 명칭이 사고, 감정, 본능으로 되어 있다는 것이다. 이들 3가지 요소는 잘 알려져 있는 바와 같이 프로이트 정신분석학에서의 마음(성격) 구조와 기능에 대한 설명적 개념과 매우 유사한 특징을 지닌다. 말하자면 이 삼원소라는 것이 정신분석의 이드와 에고와 슈퍼에고라고 하는 마음구조에 대한 개념과 상응할 수 있다는 점이다. 굳이 확장하고 유추해서 연관 지어 본다면 이드는 본능삼원소, 에고는 감정 삼원소로 그리고 슈퍼에고는 사고삼원소로 대응시켜 연결 지어 볼 수 있을 것 같다.<sup>23)</sup> 그런데 이런 대응관계는 1964년에 진화적 관점에서 뇌의 전체적인 기능을 크게 3층 구조(뇌간, 대뇌변연계, 신피질)로 구분하여 해석한 폴 D. 맥린의(Paul D. MacLean)의 ‘뇌 3위일체 모델’ 또한 삼원소의 성격유형과 관련지어 볼 수 있는 점이 많다고 여겨진다.

앞의 설명을 감안해서 보더라도 에니어그램의 9가지 성격유형원리에 함의된 심리적 역동성의미는 결국 이하에서 언급하는 에니어그램의 주요한 4가지 특징들<sup>24)</sup>을 정확히 이해하여 임상치료 현장이나 종교교육 등의 분야에서 원활히 활용할 수 있을 때 그 가

22) 위의 책, 29쪽.

23) 위의 책, 479-492쪽 도표 참조할 것.

24) 위의 책, 31쪽.

치는 더욱 빛을 발할 수 있다고 생각한다. 그 4가지의 주요한 특징은 다음과 같다. 첫째, 에니어그램의 아홉 가지 성격유형은 각각 개별적이고 독립된 형태로 구분된다. 그러나 이들을 엄격히 구분된 개체로 인식해서는 안 된다는 점이다. 둘째, 에니어그램은 성격의 경우처럼 대단히 유동적이며 조정 가능한 탄력적인 측면이 있다는 점이다. 셋째, 통합이나 분열로 나아가려고 하는 양방향의 이동성과 변화가능의 특성이야말로 에니어그램의 체계가 갖는 가장 우수한 본질적 측면이다. 넷째, 각각의 성격유형에 대해서도 가장 건강한 상태의 수준에서 가장 불건강한 상태의 수준까지 역전될 수 있는 개연성이 존재한다는 점이다. 게다가 이들 수준의 행동조차도 기술될 수 있기 때문에 미래의 행동을 예측하는 데에도 큰 시사점을 받을 수 있다. 따라서 앞에서 언급한 심리적 역동성의 특성들이야말로 어떤 의미에서는 에니어그램 원리와 메커니즘의 알파요 베타라고 할 수 있다. 따라서 이러한 의미들이 현실적이고 보다 실용적인 차원에서 살아나기 위해서는 자기변혁이나 혁신 더 나아가 자기완성으로 이어질 수 있는 자기발견의 통찰의 기회와 계기를 마련하는 일련의 작업들이 매우 필요하다고 생각한다.

### 3. 뇌과학(신경과학)의 차원에서 본 자아의식 연구와 영성문제

흔히 현대 심리학에서는 심리학을 인간과 동물의 마음과 행동을 과학적으로 밝히는 학문이라고 정의한다. 현대첨단과학의 발전에 힘입어 다양한 자연현상 가운데 우주나 생명의 기원 혹은 물질의 본질에 관한 신비스런 비밀 등은 상당한 수준까지 밝혀지고 있다. 그러나 의식을 포함한 마음에 관한 수수께끼는 상당한 부분이 여전히 미지수로 남아 있다. 나(자기 자신)에 대한 생각, 즉 자아의식을 과학적으로 정확히 규명하는 작업도 만만치는 않지만 자아초월 의식이나 영성의식과 같은 다소 불가해한 영역까지도 20세기 중반 경에 시작된 인지과학의 출현으로 과학적 연구의 대상이 되었다. 이인식(2019)에 의하면 “인지과학은 심리학, 철학, 언어학, 인류학, 신경과학(뇌 과학), 인공지능 등 6개의 학문으로 구성된 융합연구이다.”<sup>25)</sup> 그 중에서도 자아의식이나 자아초월의식과 같은 의식·무의식에 관련된 과학적 연구가 기존의 심리학이나 철학, 종교학 보다 뇌 과학이나 인공지능 분야에서 지금은 더 많은 연구가 성행되는 현실을 주목하지 않을 수 없다. 그런데 의식과 무의식관련의 정신영역은 마음기능의 전부라고 해도 과언이 아니기 때문에 연구 분야 또한 굉장히 넓고 복잡하고 어렵다. 따라서 이 단락에서는 최근 뇌 과학 분야에서 다룬 의식 연구 중에서도 본 발표와 관련이 깊은 자아의식연구 가운데서 몇몇 주요한 연구내용물을 검토하여 뇌 과학의 관점이나 입장에서는 자기발견과 같은 문제를

25) 이인식, 『마음의 지도』(과주: 다산북스, 2019), 4쪽.

과연 어떤 차원으로 다루며 이해하고 있는 지를 간략히 소개해 보고자 한다.

## 1) 맥린의 뇌 삼위일체이론

삼위일체뇌(Triune Brain) 이론은 1960년대 초 미국의 신경과학자 폴 맥린(Paul MacLean, 1913-2007)이 진화이론의 관점에서 인간의 뇌구조를 설명하기 위해 제시했던 모델을 말한다. 이에 따르면 인간의 뇌는 오랜 진화의 과정을 거치면서 크게 3층의 구조로 발달되었다고 가정한다. 맨 먼저 진화된 뇌 부위는 파충류 뇌 혹은 원시 뇌라고 하는데, 뇌 해부학적인 용어로 표현하면 뇌간에 해당되는 부위를 말한다. 두 번째로 진화된 뇌 발달의 층은 구포유류 혹은 동물뇌(감정뇌)라고 불리는 소위 대뇌변연계이다. 마지막 3 번째로 진화 된 뇌 부위는 신 포유류 뇌 혹은 이성뇌(인간뇌)라고도 불리는 대뇌신피질인데 이 부위의 뇌 영역이 바로 인간의 고등사고기능을 담당하는 뇌라고 알려져 있다. 이 뇌 삼위일체모델이론은 뇌 과학 외에도 심리학 특히 프로이트의 심리역동마음이론과 에니어그램 성격연구 등에도 적용시켜 응용한 연구들이 앞장에서 언급한 바와 같이 많이 있다. 즉 뇌간은 이드에 해당되는 부위로 본능과 관련이 깊으며, 대뇌변연계는 에고와 관련된 부위로서 감정중추라고도 한다. 끝으로 대뇌신피질은 고등사고기능을 관장하는 뇌 부위로서 슈퍼에고와 관련지어 설명하는 학자들도 있다. 인간의 의식가운데서도 특히 자아초월의식과 같은 고차원 의식은 대뇌 신피질 가운데서도 앞이나 쪽에 위치하는 전두엽과 전전두엽의 기능 활성화와 매우 밀접한 관련이 있는 것으로 확인되고 있다(2012, 장현갑).<sup>26)</sup> 이하에서는 뇌와 의식에 관한 연구, 특히 고차원의식 연구에 많은 업적을 남긴 에릭호프만(Erik Hoffmann, 2002)의 견해에 대해서 좀 더 알아보기로 한다.

## 2) 에릭호프만(고차원의식연구 뇌과학자)의 영성문제에 대한 견해

호프만(Erik Hoffmann, 2012)<sup>27)</sup>에 의하면 전두엽과 우반구는 고차원의식을 경험하는 데 지극히 중요한 영역이라는 점을 누차 강조한다.<sup>28)</sup> 나아가 변화된 의식(변성의식)과 고차원의식을 구별하는 것이 중요하다는 점을 지적하고 있다.<sup>29)</sup> 그의 연구결과에 의하면 변성의식은 무의식으로의 접근을 가능케 해주며 그 상태가 되면 우반구는 대체로 활동을 하지만 전두엽은 활동하지 않는다고 한다.<sup>30)</sup> 그런데 각성한 의식 또는

26) 에릭 호프만(Erik Hoffmann), 장현갑 옮김, 『이타적 인간의 뇌』(서울: 불광출판사, 2012)

27) Erik Hoffmann, *New Brain New World* (London: Insights, 2012)

28) 장현갑 옮김, 같은 책, 214쪽.

29) 위의 책, 265쪽.

30) 같은 책.

고차원의식에서는 주로 전두엽이 활성화 되고 우반구는 부차적으로만 활동한다고 한다.<sup>31)</sup> 말하자면 변성의식은 무의식과 잠재의식의 영역에 속하며 깊이 위치한 뇌 구조물의 활성화와 관계가 있는데 거기에는 주로 변연계와 우반구가 포함되기 때문으로 추정하고 있다. 그런데 영적각성을 일으키기 위해서는 자발적인 노력으로 길러진 주의력을 지속하는 힘이 필요하고 그러기 위해서는 전두엽의 활동이 반드시 전제 되어야하기 때문에 변성의식과 고차원의식은 구별해야 한다고 보는 것이다. 말하자면 이 두 가지 의식은 서로 다른 뇌 구조물에 기초하고 있으며 그 결과 서로 다른 경험을 일으키기 때문에 변성의식과 고차원의식을 구별하는 것이 중요하다는 것이다. 서로 다른 경험을 한다는 뜻은 변성의식에서는 무의식이 일으킨 온갖 기이한 현상을 경험하는 반면에 각성한 의식에서는 현실을 있는 그대로, 즉 대단히 명료하고 사실적으로 지각한다는 의미라고 보고 있다는 것이다.<sup>32)</sup> 한편 호프만은 약 40년 동안 활발히 진행해 온 폭넓은 의식연구에 기초해서 얻은 결과를 바탕으로 그가 특히 강조하고자 했던 점은 고차원의식 연구도 결국은 영성문제에 귀결하고 있다는 사실이다. 그의 표현에 의하면 “새로운 세계에서는 조직화된 종교가 논리와 이성, 과학에 기초한 영성으로 대체될 것이다.”<sup>33)</sup>라면서, 또 “이 책은 학식 있는 현대인을 위한 새로운 영성과학을 장려하려는 하나의 시도라고 할 수 있다.”<sup>34)</sup>고 자신의 저술 의도를 분명히 밝히고 있다. 이러한 지적은 어쩌면 뇌 과학의 방법론과 관점에서 연구한 과학자다운 태도로 고차원의식을 해석하려고 한 데서 기인한 것은 아닐까라는 생각을 해본다. 한편 호프만은 영성과학에 대해서도 다음과 같은 의문, 즉 ‘신이라는 수수께끼와 창조의 문제를 어떻게 해결할 수 있을까?’<sup>35)</sup>라는 물음을 던져 그 해답을 천체물리학자 버나드 헤이시(Bernard Haisch)의 ‘신이론(The God Theory)’<sup>36)</sup>에서 가져와서 이하와 같이 인용하여 소개하고 있다. “영원한 영적의식이 창조한 생각들이 물리적세계의 원인이자 기반이라는 것이 나의 주장이며 또한 신 이론의 골자다.”<sup>37)</sup> 이 같은 헤이시의 견해에 호프만 자신도 공감을 보인다고 하는 점은 영성과학에 대한 호프만의 생각도 헤이시와 거의 같은 견해를 갖는다고 추측된다. 그런데 자신의 쓴 책의 결론부분에서 호프만은 “뇌 자체가 영원한 의식을 일으키지는 않고 뇌는 영원한 의식을 경험하는데 필요한 도구일 뿐이다”<sup>38)</sup>라고 결말을 맺고 있는데 특히 이 단락은 ‘자기발견을 위한 종교교육 역할’과 관

---

31) 같은 책.

32) 위의 책, 265-266쪽.

33) 위의 책, 266쪽.

34) 위의 책, 260쪽.

35) 같은 책, 재인용.

36) 같은 책, 재인용.

37) 위의 책, 260-261쪽 재인용.

련하여 더욱 깊이 있게 논의하고 고찰해 볼 여지가 크다고 생각한다.

호프만은 앞에서 언급한 변성의식 외에도 자아초월의식, 우주의식, 사마디, 영적각성, 쿤달리니 각성과 같은 다양한 유형의 고차원의식들의 변화 가능성에 대해서 긍정적이고 희망적으로 뇌가소성의 관점에서 자세히 설명하고 있다. 이상에서 언급한 내용들을 종합해 볼 때 뇌 과학자인 호프만도 내면적 본성의 자각이나 영적 각성과 성장을 위해서는 결국 자발적 의지가 중요하다는 점을 강조하고 있음을 엿볼 수 있다. 따라서 자발적 의지로 볼 수 있는 ‘자유의지’를 도야할 수 있는 종교적인 체험수업활동, 예를 들면 ‘명상을 활용한 수업’이나 ‘기도를 활용한 성찰 수업’ 등의 장려를 통해 학생들의 집중력과 자유의지를 도야할 수 있는 다양한 종교교육 체험활동 프로그램을 마련하여 제공하는 것이 반드시 필요하다고 생각한다.

### 3) 조지프 르두(Joseph LeDoux)의 책<sup>39)</sup> 『시냅스와 자아: Synaptic Self(2002)』에 함의 된 ‘자기발견’을 위한 메시지

조지프 르두는 2002년 ‘Synaptic Self’라는 책을 통해 ‘나란 도대체 무엇인가?’라는 인간본성의 근원적인 물음에 뇌 과학자의 눈으로 다가서고 있다. 이 책은 즉 자아란 무엇이며 어떤 과정을 통해 만들어 지는지에 대해서 신경과학자의 시각과 방법으로 분석하면서도 심리 철학적 의미가 희석되지 않도록 시도한 그의 창의융합적인 해안이 돋보이는 역작이다. 이 책을 번역한 강봉균(2008)<sup>40)</sup>에 의하면 그동안 자아에 대한 연구에 있어서는 뇌 과학을 포함한 인지과학 분야에서 의식, 특히 자아의 기능적 측면에 대한 이해가 필요하다는 차원에서 거의가 인지과정에 초점을 맞춘 연구가 주류를 이루었다, 그러나 르두는 인지과정의 이해가 곧 마음(정신)이라는 기존의 자아연구방법의 흐름을 강력히 거부하고 자아의 본질을 파헤치기 위해서는 감정과 동기(의욕)적 측면을 함께 고려하지 않으면 안 된다는 가정 하에서 3가지 요소를 모두 고려한 방법으로 연구를 진행했다고 하는 점이 기존의 자아연구 방법과의 큰 차이점이라고 지적한다. 또한 르두는 신경과학 분야에서 세계 최고의 권위를 자랑하는 학자의 한 사람으로 자아도 결국은 뇌 활동의 산물이라는 관점을 지녔다고 하는 점과 환원주의적 접근방식을 활용하여 자아를 설명하려는 노력은 자아연구에 대한 자연과학자의 한계가 아닐까 하는 생각을 해 본다. 즉 시냅스, 뉴런, 신경시스템, 단백질과 유전자, 신호전달체계와 같은 분자 생물학수준의 미시세계의 과학적 전문용어와 지식들을 많이 활용하여

38) 위의 책, 264쪽.

39) Joseph LeDoux, *Synaptic Self: How our brains become Who we are*(London: Penguin Books, 2002)

40) Joseph LeDoux, 강봉균 옮김, 『시냅스와 자아』(파주: 동녘사이언스, 2008)

설명하지 않을 수 없다는 점이다. 자아와 같은 정신세계의 형이상학적 차원의 문제를 형이하학적으로 접근하여 일반 독자도 이해하기 쉽도록 배려하여 논리를 전개하고 있지만 뇌 과학에 대한 배경지식이 부족하면 그 내용과 전문개념을 이해하기가 용이하지 않다. 이런 점들을 감안하여 이하에서는 이 책의 내용 가운데 특히 시냅스의 관점에서 인간의 정체성을 설명하고 있는 11장의 ‘당신은 누구인가’<sup>41)</sup>에 언급된 내용을 중심으로 르두의 자아형성에 관한 가설과 견해를 간략히 요약해 보기로 한다.

일반적으로 인간 개인의 뇌 형성은 영유아시기에 유전적 영향과 환경의 상호작용으로 이루어진다. 이 과정에서 각 개인은 그를 둘러싼 세계와의 경험을 통해 개인의 시냅스적 연결이 조정되어 각자(자아)가 만들어진다. 이러한 시냅스 연결들은 특정한 신경계(예를 들면, 감각신경계, 감정신경계 등)에서 주변 환경과의 작용에 의해 발생한 신경활동에 의해 조정되는데 이런 변화가 생애초기와 관련되면 발생가소성과 관련이 크며 늦게 나타나면 학습으로 간주된다고 보는 일반적 경향이 있는데 이 둘 사이의 정확한 구분(연관성)에 대해서는 저자는 무시하고 있다. 그러나 자아본성(아이덴티티)을 만들고 유지해 가는 과정에서 신경시스템에서 발생하는 시냅스가소성이 조율되는 방식을 7가지 원칙으로 설명하려고 한 점은 본 발표와 관련이 크다고 보기 때문에 좀 더 검토할 필요가 있다고 본다. 이 7가지 원칙이란 ‘시냅스 연결이 곧 자아’<sup>42)</sup>라고 일관되게 주장하고 있는 르두의 자아개념을 이해하는데 있어서 매우 주요한 원칙이기는 하지만 뇌의 구조와 기능에 대한 상당한 수준의 전문지식을 갖추지 않으면 이해하기 어렵다고 여겨지며 본 발표의 내용과 다소 거리가 있다고 여겨진다. 따라서 여기서는 7가지 원칙을 아래에 그대로 인용하여 제시하는 것으로 한정한다. 그런데 자기발견과의 관련성이 특히 많다고 판단되는 것은 제5원칙과 제7원칙인데 여기서는 제5원칙에 대해서만 약간의 부연설명을 해 보고자 한다. “제1원칙: 다른 시스템들이 같은 세상을 경험한다. 제2원칙: 동조는 병렬 가소성을 조율한다. 제3원칙: 병렬 가소성은 조정시스템들에 의해서도 조율된다. 제4원칙: 수렴지대들이 병렬 가소성을 통합한다. 제5원칙: 하향적으로 이동할 수 있는 사고들이 병렬 가소성을 조율한다. 제6원칙: 감정적 상태들이 뇌의 자원들을 독점한다. 제7원칙: 자아의 암묵적·명시적 측면들은 중복되어 있지만 완전히 중복되지는 않는다.”<sup>43)</sup> 앞서 언급했지만 이 7가지 원칙 가운데 특히 ‘제5원칙’<sup>44)</sup>이 자기발견이라는 차원의 문제와 관련하여 시사하는 바가 크다고 여겨진다.

41) 위의 책, 493쪽.

42) 위의 책, 18쪽, 528쪽 외에도 책 전반에 걸쳐 르두 자신의 시냅스 자아이론을 설명하고 있으므로 참조 바람.

43) 위의 책, 504-528쪽.

44) 위의 책, 520-522쪽. 제5원칙은 “하향적으로 이동 할 수 있는 사고들이 병렬 가소성을 조율한다”라고 되어 있음. 이 제5원칙을 이해하는데 참고가 될 수 있다고 생각하여 아래에 일부의 문장을 그대로 인용함.

왜냐하면 ‘사고의 하향적 이동성으로 말미암아 병렬가소성이 조율될 수 있는 중요한 수단이 마련되고 게다가 권능을 부여 받은 사고들이 있기 때문에 인간이 자신에 대해 생각하는 방식(자아개념)들이 인간의 존재방식과 인간이 될 모습(자아정체성)에 영향을 끼치게 되는지를 알 수 있게 된다’<sup>45)</sup>고 주장하고 있기 때문이다. 말하자면 이러한 시냅스 연결의 원리로 인하여 개인의 ‘자아-이미지’<sup>46)</sup>는 영원히 계속될 수밖에 없다고 가정한다. 이런 주장을 근거로 해서 판단해 볼 때, ‘인간은 생각하는 갈대와 같다’라고 표현한 철학자 파스칼의 경우처럼 어쩌면 자아의 참모습을 발견하려는 자기발견의 여정 또한 인간이 생존하는 동안에는 부단히 이어질 수밖에 없는, 즉 무한변신과 가소성 본래의 의미를 지닌다고 가정해 볼 수 있을 것이다. 말하자면 ‘생각하는 힘, 즉 사고능력이 있기 때문에 자아정체성은 고정되지 않고 계속 변화될 수밖에 없다는 뜻’으로 확대하여 해석을 해 볼 수 있는데 이러한 측면은 ‘자기발견의 영속성과 가소성’으로 재해석하여 더욱 깊이 있게 논의해 볼 수 있는 가치는 크다고 사료된다.

#### 4. 불교적 입장에서 본 자기탐구: 자기인식의 길

종교적 입장에서 불교를 한마디로 간결하게 정의하는 것은 참으로 어려운 일이다. 그럼에도 불구하고 흔히 ‘불교는 마음의 종교’이니 또는 ‘깨달음의 마음과학’이니 ‘무아의 심리학, 공의 인식철학’과 같은 은유적 비유적 표현을 써서 광대한 불교사상이나 불교정신을 종교철학적 관점에서 사용하는 경우가 종종 있다. 나아가 불교적 세계관이나 불교원리를 설명할 때도 緣起이론이나 空 혹은 無我思想의 두 가지 원리로 압축하여 설명하는 경우도 적지 않다. 이러한 현상을 단편적으로 간단히 생각해 보면 마음, 깨달음이나 자각, 무아, 연기, 공과 같은 개념이나 용어에 담긴 의미가 불교에서 차지하는 범위나 비중이 그만큼 크기 때문인 것은 아닐까라는 소박한 추측을 해 본다. 어쩌면 이러한 측면들은 ‘나는 누구인가?’ 즉 자아나 자기의 문제를 탐색하는 문제와 그

---

용해 두기로 한다. 특히 제5원칙은 자아이미지의 변화 가능성을 뇌의 다양한 활동 가운데 ‘사고활동’ 또는 사고기능에 두고 있다는 점을 강조하고 있다고 판단된다. 나아가 이런 자아 이미지의 변화 가능성은 무한히 계속될 수 있기 때문에 어쩌면 교육과 훈련(수행 등)에 의한 자견발견을 통해서 더 높은 고차원의 의식으로 나아갈 수 있다고 여겨진다. “사고의 하향적 이동성은 신경시스템들에서 병렬 가소성이 조율될 수 있는 중요한 수단을 제공 한다” “하나의 사고에 의해 뇌가 어떤 명령을 내리는 과정을 하향적 원인 작용 이라고 한다. <중략> 사고 작용을 뇌 활동의 한 형태로 보더라도 그것은 여전히 어려운 문제지만, 이 경우에는 해결의 실마리가 더 뚜렷이 보인다.”

45) 위의 책, 520-522쪽.

46) 위의 책, 522쪽에 ‘자아-이미지’로 기술되어 있으나, 본 원고에서는 자아개념 또는 자아정체성의 의미로 확대해석 하여 사용함을 밝혀 둔다.

과정을, 말하자면 불교란 자기발견이나 자기인식의 문제와 직결될 수 있는 종교적 특성들을 충분히 내재하고 있기 때문인 것으로 해석해 볼 수도 있을 것 같다. 자기인식의 문제를 자기발견이라는 의미와 동일한 의미로 해석할 수 있을지에 대한 학자들 간의 논의는 충분히 있을 수 있다. 하지만 본 발표에서는 거의 유사한 뜻으로 간주하여 불교적 입장(관점)에서 바라다 본 자기탐구나 자기인식의 길, 즉 자기발견의 의미를 체계적으로 잘 정리한 두 명의 불교학자들의 관련저술을 간략히 소개하여 그 핵심내용만 간단히 제시해 보기로 한다.

### 1) 최명희(2019) ‘무아의 심리학: 융심리학으로 바라 본 조사선의 세계’<sup>47)</sup>

저자는 이 책의 머리말에서 ‘나는 누구인가?’라는 물음에 대해 직접적으로 답을 하기 위해서는 우선 ‘무아에 대한 해석’<sup>48)</sup>이 매우 중요하고 절실한 문제라는 점을 단도 직입적으로 밝히고 있다. 그리고 ‘나’에 대한 명료한 인식이라 할 수 있는 자기인식과 그리고 자기이해는 환상이 아닌 현실적인 존재임을 올바르게 인식해야 하는 점도 놓치지 않고 지적하고 있다. 저자에 따르면 ‘깨달음’<sup>49)</sup>이란 결국 이러한 자기인식과 자기이해는 ‘판타지가 아닌 극명한 현실’<sup>50)</sup>로서 ‘나의 실존적 정체성’을 명백히 자각하는 것이라고 해석하고 있는 듯하다. 그런데 세간에서 흔히 말하는 깨달음에 대한 판타지를 거침없이 거부해 버리려는 수행전통을 중시하는 조사선에서는 정신통합을 의미하는 한마음(一心)을 깨달음의 상징으로 여긴다고 설명하고 있다. 따라서 조사선에서의 무아란 “‘있는 그대로의 자기 자신’을 보는 순수한 의식작용”<sup>51)</sup>으로 정의를 내리고 융심리학의 “정신의 통일성, 전일성, 전체정신의 중심핵을 상징하는 원형상”<sup>52)</sup>에서도 그런 특성들이 확인되는 사실을 근거로 삼아 무아가 아닌 무아의식이라는 개념을 사용하여 융심리학의 관점에서 조사선의 세계를 조명하고 있는 점이 돋보인다. 이런 차원에서 보면 저자의 표현대로 어찌면 붓다와 조사들도 마치 융처럼 ‘나는 누구인가?’와 같은 인간의 근원적인 물음에 대해 탁월한 심리적 통찰력으로 부단히 자아탐색의 길을 열어간, 즉 자기발견의 여정으로 나아간 위대한 심리학자로 평가해도 무리는 없을 듯하다.

앞에서 언급한 것처럼 저자가 ‘무아의 심리학’을 통해 추구하려는 의도는 자기발견을 위한 새로운 접근방법(융 심리학과 조사선의 비교)의 하나로서, 말하자면 현대판

47) 최명희, 『무아의 심리학: 융 심리학으로 바라 본 조사선의 비교』(서울: 자유문고, 2019)

48) 위의 책, 머리말 5쪽.

49) 위의 책, 머리말 6쪽.

50) 같은 책.

51) 같은 책.

52) 이부영, 앞의 책, 61쪽.

자기 발견의 심리학에 대한 불교적 해석(시각)의 접근이라고 생각된다. 이 책은 전부 4장으로 구성되어 있다. 그런데 무아를 무아의식으로 해석하여, 예를 들면 “제2장 무아의식은 최고의 의식성이다. 제3장 무아의식은 분리된 정신을 통합(一心)한다. 제4장 무아의식은 고유성이다”<sup>53)</sup>라는 제목으로 어려운 무아개념을 무아의식으로 풀어서 설명하고 있는 점은 저자의 독창적인 통찰에서 나왔다고 본다. 이러한 방식으로 무아를 해석하고 있는 점은 어려운 불교의 무아개념을 좀 더 수월하게 이해하는데 상당히 많은 참고가 된다고 생각한다. 이 책의 마지막 장에서 “무아의식은 자아실현이 아니라 자기(Self)실현이다”<sup>54)</sup>라는 소제목으로 마무리 설명을 하고 있는데 이 점은 융 심리학에서도 특히 강조하고 있는 자아와 자기의 개념차이를 좀 더 깊이 있게 이해하는 데에도 큰 도움이 될 수 있다고 판단된다.

## 2) 카토토요후미(可藤豊文)<sup>55)</sup>의 ‘자기인식론’과 자기발견의 종교적 의의

카토는 학부에서 물리학을 전공한 이후에 대학원과정에서 불교학(眞宗學)을 수학하였는데 그 후 덴마크와 캐나다의 여러 종교관련 연구소에서 다시 종교학을 연구하였다. 귀국 후, 불교와 종교학 관련인 왕성한 강연과 연구 활동 등을 통해 많은 저작을 남기고 있다. 특히 그리스도교 신비주의, 수피즘, 베단타, 도교, 티벳 밀교 등 동서양 사상의 신비주의 계보 연구에서 큰 업적을 남겼다. 자기인식 또는 자기발견과 관련이 깊은 저작물로는 ‘자기인식에서의 길: 선과 그리스도교’(2001, 法藏館), ‘깨달음에서의 길’(2008, 法藏館), ‘명상의 심리학: 대승기신론의 이론과 실천’(2000, 法藏館) 등이 있다. 이 가운데 ‘명상의 심리학: 대승기신론의 이론과 실천’은 한글번역판<sup>56)</sup>으로도 출간되었다. 여기서는 한글번역판(2005)의 ‘자기인식’<sup>57)</sup>의 내용을 중심으로 ‘카토의 자기인식론’에 함의되어 있는 자기발견의 종교적 의의와 중요성에 대해서 간략히 언급하기로 한다.

카토(2000)에 의하면 ‘종교란 ‘나는 누구인가’라는 이 한 물음에 집약되어 있다’<sup>58)</sup>고 해도 과언이 아니라고 한다. 그런데 흔히 우리 자신은 자신에 대해서 가장 잘 알고 있다

53) 최명희, 앞의 책, 9-10쪽.

54) 위의 책, 423쪽.

55) 카토토요후미(可藤豊文)는 1944년 일본의 효고현(兵庫県)에서 출생. 교토교육대학 이학과에서 물리학을 전공 후 졸업. 대학원과정에서는 불교 眞宗學을 전공함 그 후 덴마크 코펜하겐 대학과 캐나다 켈거리 대학에서 종교학을 수학함. 불교학과 종교학을 전공한 학자로 특히 동서양의 신비사상에 대한 많은 저술을 남김. 필자는 카토 선생과의 우연한 만남을 계기로 그의 책 ‘冥想の心理學: 大乘起信論の理論と實踐, 法藏館, 2000)’을 한글로 번역 출간하게 된 인연을 맺게 됨.

56) 可藤豊文, 김세곤 옮김, 『명상의 심리학: 대승기신론의 이론과 실천』(파주: 양서원, 2005)

57) 위의 책, 180-184쪽.

58) 위의 책, 179쪽.

고 믿고 또 만일 그런 식의 답을 이미 가지고 살아가고 있다고 한다면 종교 또한 필요치 않을지도 모른다고 주장하면서, 말하자면 자기인식을 중시하는 종교관을 일관되게 피력하고 있다. 나아가 道元禪師가 남긴 ‘正法眼藏’에 수록되어 있는 ‘現成公案’의 다음과 같은 구절, 즉 “불도를 배운다는 것은 자기를 공부하는 것이다”라는 문장을 인용하여 종교란 본래 자기를 아는 것, 즉 자기인식의 문제라는 점을 거듭 주장함으로써 종교적 실천에 있어서 자기인식을 통한 자기발견의 필요성과 중요성을 잘 지적하고 있다. 결국 이러한 자기인식의 의미와 중요성에 대한 자각이 열려서 깨닫게 될 때 비로소 諸法의 本源과 깊은 내면의 진리를 터득하게 되며 생사의 질곡에서 해방되고 대 자유를 누릴 수 있게 된다고 설명한다. 이런 점을 감안해 보면 카토의 자기인식론이란 결국 ‘자기발견을 위한 종교적 여정’을 달리 표현한 것에 다름 아니며 ‘자기발견의 참된 길’이란 결국 불교를 포함한 모든 종교가 추구하고 있는 궁극의 길과 말 닿아 있다고 생각된다.

한편 카토는 ‘나는 누구인가’라는 근본적인 자아의식에 대한 물음은 종교분야뿐만 아니라 과학의 영역에서도 추구하고 있다는 점을 부각시키기 위해 1933년 노벨 물리학상을 수상한 오스트리아의 물리학자 슈뢰딩거<sup>59)</sup>(1887~1961)의 ‘생명이란 무엇인가’<sup>60)</sup>의 글을 인용하고 있다. 여기서 카토는 슈뢰딩거라는 과학자가 규정한 ‘나’란 그 자신의 경험을 통해 쌓아 온 모든 정보나 데이터 또는 기억에 불과한 것일 수 있지만 그러한 데이터나 기억을 모두 담을 수 있는 ‘공통된 기반과 토대로서의 나’<sup>61)</sup>를 설정하고 있다는 점에 특히 주목을 하고 있다. 왜냐하면 슈뢰딩거의 그러한 지견은 유식불교의 핵심 이론 가운데 하나로 볼 수 있는 아뢰야식 연기론, 즉 장식설과 연관 지을 수 있는 가능성이 충분하다고 보았기 때문이다. 더욱이 카토는 자기인식문제와 불교적 연관성을 좀 더 깊이 있게 다루기 위해 ‘기신론의 오온설’<sup>62)</sup>로서 眞我(진짜의 나)와 假我(거짓의 나)에 대한 설명을 이어간다. 그가 해설한 오온설의 관점에서 보면 결국 인간은 主客이 둘로 구분되어 있다는 생각에서 발생하는 경험, 즉 妄心으로 인해 인식구조에 오류가 발생(主客의 二分化라는 인식구조, 能取와 所取)하여 假我的 상태와 수준에 머무를 수밖에 없는, 즉 진정한 자기를 발견하지 못해서 고통을 겪게 되는 현상을 불교적 관점에서 잘 설명하고 있다.

59) 에르빈 슈뢰딩거(1887-1963)는 오스트리아 출신의 물리학자로서 ‘슈뢰딩거 방정식’으로 1933년 노벨물리학상을 수상함. 나아가 1935년에 양자역학의 불완전함을 나타내 보이기 위해서 고안한 사고실험인 ‘슈뢰딩거의 고양이’가 유명함.

60) 김세곤 옮김, 앞의 책, 181-182쪽 재인용.

61) 위의 책, 183쪽.

62) 위의 책, 184쪽에서 카토는 과학의 관점에서 종교의 관점으로 바꾸어 ‘나는 누구인가’의 물음에 답을 구하고자 한다면, 특히 불교의 관점에서 보고자 했을 때 대승기신론의 오온설, 즉 색, 수, 상, 행, 식, 말하자면 인간은 정신과 물질로 이루어져 있다는 이론에 근거하여 설명하고 있음.

### III. 자기발견을 위한 종교교육의 역할

앞에서 검토한 것처럼 자기발견(자아탐색 연구)을 위한 심리학적 지견과 그 밖의 여러 학문적 견해나 입장은 결국 종교교육의 방향성을 정하고 나아가 그 내용과 방법을 모색하는데 있어서도 하나의 중요한 지침과 나침반이 될 수 있을 것이다. 그런데 잘 알려져 있는 바와 같이 종교교육이란 종교학과 교육학이라는 두 개의 상이한 인문·사회학적 학문분야가 융·복합적으로 연대하여 종교적 실천과 교육적 행위들을 통섭함으로써 진리구현과 인격완성이라는 공동의 목표를 추구하는 종교·교육적 현상의 하나로 볼 수 있다. 종교와 교육이 지향하는 인격완성이라는 공동목표를 전제한다고 할지라도 각 종교 간의 교리적 특성과 성격이 다를 뿐 아니라 교육의 이념이나 철학에 따라 그 각각의 교육이 추구하는 목적이나 방법상의 차이가 엄연히 존재하는 현실 속에서 인간완성을 위한 공통 요소의 분모는 무엇으로 해야 할지?에 대한 의문은 늘 생기기 마련이다. 이에 우선 종교와 교육이 지닌 본래적 의미를 검토하여 그 공통분모에 해당하는 요소에 대해서 논의해 보기로 한다.

카토(2000)에 의하면 ‘종교의 본래적 의미는 새로운 지식이나 정보를 요란스레 수집하거나 무엇인가를 전달하는 것이 아니라 이미 우리에게 부여되어 있지만 잊고 있었거나 알 수 없는 뭔가를 재발견하는 방법을 설명하고 있는 것’<sup>63)</sup>이라고 한다. 교육의 본래적 뜻도 라틴어의 어원인 ‘educō’라는 동사에서 유래 된 것에서 알 수 있듯이 여기에도 ‘발견하다, 탐색하다, 경작하다’와 같은 의미가 있다는 사실을 알면 종교와 교육이 갖는 공통의 분모, 즉 본래부터 지닌 그 공통의 기능이란 인간의 마음속에 내재된 본성을 자각하고 발견하는 것으로 이해할 수 있을 것이다. 인간이 지닌 이 본래적 성품에는 출생 후 경험을 통해 습득한 일련의 모든 인지적, 정의적, 동기적인 제 요소들 뿐 만 아니라 영성이나 절대성 혹은 전일성과 같은 고결한 영혼과 정신들, 경우에 따라서는 ‘신’ 또는 ‘불성’이라고도 불리는 신비적·영적 차원의 정신적 요소까지도 내포되어 있다는 점이다. 그런데 여기서 종교와 교육과 관련하여 좀 더 진지하게 수용해야 할 것 가운데 하나는 앞에서 언급한 내용들은 세계의 모든 보편적인 종교가 인정하고 있는 진리라는 사실이다. 나아가 이러한 진리를 구현하는 일과 인간완성을 목표로 하는 종교교육이 잘 이루어지려면 자아를 넘어(자아탐색) 자기를 발견(자기발견)할 수 있는 종교·교육적인 체계를 우선 보편적 진리추구의 입장(예를 들면, 세계평화와 생명존중 등)에서 더욱 견고하면서도 균형감 있고 실현가능성 있게 구축하는 작업이라고 생각한다. 이하에서는 이러한 논지를 바탕으로 자기발견을 위한 종교교육의 역할과 그 실천을 위한 구체적인 수업내용과 교수방법 등을 제시해 보고자 한다. 이를 위해 종교

63) 위의 책, 158쪽.

교육의 실천현장이라 할 수 있는 학교수업에 절실히 필요하고 나아가 교사 자신이 종교교육수업의 프로그램을 구성함에 있어서 힌트를 얻을 수 있고 유익하면서도 적용가능하다고 사료 되는 구체적인 수업활동내용 사례 8가지를 제안해 보고자 한다.

첫째, 자기발견을 위한 종교교육의 제1원칙은 내면(본성 혹은 참나)과의 대화를 촉진할 수 있는 가르침으로부터 출발해야 할 것이다. 즉 자기내면의 목소리(영적 울림과 진동)에 진심으로 귀 기울일 줄 아는(경청할 수 있는) 능력, 다시 말해 ‘성찰의 힘과 반성하는 자세’를 종교교육의 실천을 통해 도야시켜야 한다는 뜻이다. 내면의 진짜 목소리는 어쩌면 마음의 가장 깊숙하고 어두운 곳에 그저 잠자고 있거나 간혹 외부로 나타난다 하더라도 슬그머니 표출되는 경우가 많기 때문에 너무 미세하여 잘 들리지 않을 수도 있다. 아니 어쩌면 현실적인 예고나 과거의 유무형의 온갖 심리적 경험이나 상처가 그 본래 모습을 애써 감추려 하기 때문인지도 모른다. 하지만 자기발견이란 본성과의 대화, 말하자면 삶의 고뇌와 고통, 즉 그것이 정신적인 아픔이든 신체적인 힘겨운 짐이 되었던 간에 그러한 아픔이나 고된 세상과 직면할 수 있는 순간의 경험을 종교교육을 통해 제공하는 것은 필요하다고 본다. 더 나아가 용기 있게 마주할 수 있는 의지나 동기부여를 다양한 종교적 사회적 선행들을 통해 체험해 봄으로써 진정한 자기 혁신이라 할 수 있는 자기발견의 감동이 비로소 생기게 된다고 보기 때문이다. 따라서 내면과의 대화능력을 기르는 훌륭한 종교교육 방법 가운데 하나가 바로 명상이나 기도를 활용한 수업이라고 생각한다. 현대인의 스트레스를 비롯한 불안, 초조, 분노와 같은 심리적 문제해결에 대한 알아차림 명상이나 마음 챙김 명상의 효과는 이미 의과학적으로도 널리 입증되고 있음은 그 자체만으로도 자기발견의 종교적 의의는 충분히 뒷받침 될 수 있다고 생각한다.

둘째, 자기발견의 체험교육은 생명존중사상과 평등과 자유의 가치를 중시하는 보편적 종교의 이념과 목적 하에서 그 구체적인 교육내용과 방법들이 논의되어야 할 것이다. 예를 들면, 지금부터 약 400여 년 전, 과학적 방법론이 확립되기 이전의 시대에서 처럼 ‘인간중심의 세계관’을 너무 고집하거나 혹은 ‘내(자신)가 세상의 중심’이라는 착각에서 비롯되는 ‘예고 중심적 사고’로서는 생명존중에 기초한 진정한 세계평화의 길로 나아갈 수 있는 더 높은 차원의 영성적 힘을 키우기는 어렵다고 보기 때문이다.

셋째, 자기발견을 위한 종교교육의 원리는 ‘교사의 삶 자체가 가르침의 근본’이라는 생각에서 출발해야 한다고 생각한다. 예를 들면, 탁났한 선사의 다음과 같은 메시지는 종교교육에 종사하고 있는 교사든 일반 교사든 특히 자기발견의 종교적 의의를 중시하는 교사에게는 그 시사하는 바가 크다고 확신한다. “가르친다는 건 말로만 되는 게 아닙니다. 그 사람이 어떻게 사느냐, 그것이 그의 가르침입니다. 나의 삶이 내 가르침이요, 나의 삶이 내 메시지입니다.”<sup>64)</sup>

64) Thich Nhat Hanh, 이현수 옮김, 『지금 이 순간이 나의 집입니다』(서울: 불광출판사, 2019), 5쪽.

넷째, 종교성 발달은 인지발달과 정서발달 및 도덕성 발달 단계를 포함한 연령별 발달과정을 충분히 고려한 연후에 체험교육을 통해 자연스레 발현되도록 한다. 예를 들면, 융 심리학에서도 강조하고 있는 것처럼 청소년기까지는 건강한 자아(페르조나)가 우선 잘 정립될 수 있도록 하는 측면에서 각 종교의 세계평화와 인류의 행복을 위한 보편적 교리와 다원성에 입각해서 체험중시의 인성교육이 자연스레 뿌리내릴 수 있는 종교교육환경을 구성하는 것이 중요하다고 본다.

다섯째, 자기발견이라는 주제 하에 영원철학을 기초로 하는 홀리스틱 교육과 종교교육이 내세우는 교육목적, 내용, 방법들을 상호 비교 검토하여 그 장단점을 공유함으로써 자기발견의 종교교육의 목적이나 내용 나아가 방법론을 더욱 정교하게 다듬고 구체화 할 수 있는 다양한 방안을 모색해 볼 필요가 있다고 생각한다.

여섯째, ‘교육은 곧 자기교육이며 자기도야’라고 정의한 독일의 철학자 한스게오르크 가다머<sup>65)</sup>의 교육관은 자기발견을 위한 종교교육의 역할을 고찰함에 있어서 보다 깊이 궁구해 볼 가치가 크다고 생각한다. 가다머(2004)는 “자기 교육은 무엇보다도 자신의 한계를 지각하는 그 순간 자신의 힘을 강화시키려는 노력에서 찾아져야 할 것”<sup>66)</sup>이라고 주장한다. 여기서 가다머가 언급하고 있는 자신의 한계를 지각하는 순간이란 바로 자기이해의 출발선이며 이는 다시 곧 자기발견을 통해 자기계발로 나아갈 수 있는 자기교육을 위한 동력의 근원이 된다고 확신한다. 이런 점에서 자기교육이란 곧 종교교육이 추구하고자 하는 방향과 목적에 있어서 그 맥락을 같이한다고 볼 수 있을 것 같다.

일곱째, 자기발견에 포커스를 맞춘 종교교육 커리큘럼 개발에는 다음과 같은 주제로 영적·논리적 상상능력을 발현하고 이끌어 낼 수 있는 다양한 토론수업의 방법들을 진지하게 모색해야 가야 할 것이다. 이를 위해 우선 나의 존재와 존재의 근원(신, 본성, 영혼 등)과의 관계에 관한 무한한 의문과 종교적 상상력이 확장될 수 있도록 연령별 수준에 적합한 보편적 논리 체계를 갖춘 종교교육 텍스트와 프로그램을 구성하여 제공할 필요가 있다. 나아가 자유로이 토론할 수 있는 수업분위기를 이끌어 낼 수 있는 종교교사의 능력을 개발해야 할 것이다. 예를 들면, 나는 나인데 왜 나를 잘 알 수 없는가? 우주의 탄생과 나의 탄생은 어떤 관계가 있을까? 생명의 기원과 진화 그리고 나의 기원은 어떤 연관성이 있나? 나에게 있어 진정한 행복이란 무엇이며, 또 그런 행복은 어디서 무엇을 통해 완성할 수 있을까? 생사의 근원을 알 수 없는 나는 어떤 존재인가? 나는 삶과 죽음으로부터 과연 초월할 수 있을까? 종교인으로서 나의 사회적 사명과 역할은 무엇인가? 과학과 종교의 대립 또는 양립 가능성에 관한 나의 생각은 어떠한가? 뇌 과학과 인공지능이 무한히 발전하면 마음공부나 종교는 더 이상 필요치 않을

65) 독일 출신(1900-2002)의 철학자로서 ‘철학적 해석학’의 창시자로 20세기의 가장 영향력이 큰 철학자 가운데 한 사람으로 널리 알려져 있음.

66) 한스 게오르크 가다머, 손승남 옮김, 『교육은 자기교육이다』(서울: 동문선, 2004), 27쪽.

까? 나에게 있어 종교란 어떤 행복을 가져다줄까? 저 밤하늘의 빛나는 별과 영롱한 무지개 색깔을 볼 때마다 기쁨이 충만해 지는 것은 어째서 그럴까? 이상과 같은 질문들은 인문사회 분야와 자연과학과 예술 분야를 총 망라하여 가장 심원하면서도 심오한 철학이나 종교적 차원의 물음이지만 학생들의 흥미와 영성적 관심을 이끌어 낼 수 있는 수준의 ‘연령별 수업용 자기발견 질문 교재’를 마련하는 것이 중요하다고 생각한다.

여덟 번째, 자기발견을 위한 종교교육은 몸으로 직접 체험하여 느낄 수 있는 활동 중심의 수업학습현장에서 실행되어야 한다. 달리 표현하면 자기발견의 종교교육에는 진·선·미의 가치를 몸으로 느껴 감동할 수 있는 학습의 장이 반드시 필요하다고 생각한다. 예를 들면, 얼마 전 ‘서울로 정원 공모전’ 심사를 위해 방한한 알랑 바라통(62)은 “정원은 인류최고의 학교이며, 정원 가꾸기는 계절의 흐름과 대지의 리듬을 따르는 일이어서 자연스럽게 시간을 관조하게 된다.”<sup>67)</sup>고 방한 소감을 밝히고 있다. 이처럼 정원 가꾸기를 비롯해 농사지어보기, 건축 보조 활동, 장애우 돕기나 육아 돌봄과 같이 몸으로 하는 봉사체험 활동수업은 자기발견을 위한 이상적인 종교교육의 훌륭한 체험이 될 수 있다고 확신한다.

#### IV. 결어

미리암 프리스(2019)<sup>68)</sup>는 인간의 행복을 실현하고 삶의 제반문제를 원만히 해결하기 위해서는 ‘자기 자신을 올바르게 파악하는 일’이 선결조건이라고 단언한다. 그녀의 이러한 가설은 한 저명한 전문 임상심리학자의 인간관이자 자신의 상담치료를 위한 이론적 설명이긴 하지만 본 연구의 주제어인 ‘자기발견’과 관련하여 시사하는 바가 크다고 생각된다. 왜냐하면 자기 자신을 파악하는 일, 즉 자신을 바로 안다는 의미는 다소 비약적이고 역설적이긴 하지만 그 유명한 소크라테스의 ‘너 자신을 알라’라는 명언을 쉽게 떠올리게 하기 때문이다. 이 명언을 단적으로 설명하면 결국 거의 대부분의 인간은 자기 자신으로 살아가면서도 자신의 실체나 본질이 무엇인지를 정확히 모르고 살아간다. 따라서 모르고 있는 자신을 향해 ‘나는 도대체 누구인가’를 씹 없이 묻고 그리하여 ‘자신의 어리석음이나 무지를 자각’하라는 의미로 해석한다면 ‘자기발견’과 연결 지어 논의해 볼 수 있는 가치는 충분하다고 본다.

따라서 본 발표에서도 자기발견에 대한 연구가 종교(불교)를 포함한 여러 학문영역

67) 〈庭園은 최고의 학교, 모네·처칠도 유능한 정원사였다〉, 《조선일보》, 2019년 5월 15일자, A19면.

68) 박지희 옮김, 앞의 책.

에서, 융 심리학, 에니어그램 성격이론, 뇌 과학(신경과학) 등에서 어떤 내용들과 의미로 탐구되어 왔는지를 개략적으로 정리해 보았다. 자기발견에 대한 학문 들 간의 견해(연구방향이나 방법과 내용 등)에는 다소 차이가 있음을 확인하였다. 예를 들면, 융 심리학에서는 자아(ego)와 자기(self)의 개념에 대한 심리학적 의미차이가 명백하고 그러한 점을 중요시 취급한다는 점이다. 따라서 분석 심리학적 개념의 차이에 대한 심층적 이해와 종교적 경험들이 심화되고 동반될 때 융 심리학이 궁극적으로 추구하는 자기 실현(개성화 과정 등)의 의미를 자기발견이나 종교적 차원의 영적 성장의 문제와도 연관 지어 한 차원 높은 해석과 연구를 전개해 갈 수 있다고 생각한다. 다음은 에니어그램 성격이론의 견해인데, 여기서는 ‘내가 도대체 누구인지 또 너는 왜 그런 행동을 하는 사람인지’를 이해하며 알아 갈 수 있는 통찰능력을 길러줄 수 있는, 말하자면 ‘자기발견을 위한 유용한 성격심리학적 도구의 하나’로 설명할 수 있다는 점이다. 따라서 자기발견에 대한 에니어그램 이론의 입장에서는 성격의 역동성을 특히 강조하고 있음을 잘 알 수 있다. 세 번째는 뇌 과학자의 입장에서 본 자기발견에 대한 견해인데 여기서는 ① 맥린의 뇌 삼위일체이론, ② 고차원 뇌 의식에 관한 연구자인 에릭 호프만의 영성문제와 영성과학에 관한 생각, ③ 조지프 르두의 관점에서 본 자기발견이라는 소재목으로 뇌 과학자들의 자기발견에 대한 견해를 정리해 보았다. 간략히 그 핵심적인 견해를 요약해 보면, 맥린의 뇌 삼위일체이론은 마음 작동의 중추인 인간의 뇌도 오랜 인류 진화의 과정으로 이해하고 있다는 점을 그 주요 특징으로 들 수 있다. 인간의 뇌는 뇌간(신체, 동작, 본능의 중추), 변연계(감정중추), 대뇌신피질(이성의 중추)의 단계로 진화되었는데 결국 합리성과 고도의 사고기능과 판단, 더 나아가 ‘영적인 마음’ 또는 ‘신의 뇌’로 불리는 뇌 영역을 담당하는 대뇌피질영역에 위치한 전전두엽의 기능의 활성화는 훈련과 경험을 통해 변화시킬 수 있다고 보는데 이 가설은 자기발견과 관련하여 많은 시사점을 주고 있다고 생각한다. 고차원의식을 주로 연구한 호프만의 경우도 맥린의 이론을 상당히 수용하고 있는데 그도 역시 명상훈련을 통해 의식의 각성이 원활히 일어날 수 있다는 점을 강조한다. 말하자면 결국 명상을 통해 뇌 구조의 변화가 일어나고 그 결과로 뇌 기능의 변화가 초래된다고 가정한 것이다. 르두의 경우는 자신의 책 ‘자아와 시냅스’에서 밝히고 있지만 ‘자아란 곧 시냅스 연결’이라는 표현에서 보듯이 기본적으로는 일반 뇌 과학자처럼 환원주의적 입장에서 접근하여 자아를 분석하고 있다는 점을 잘 알 수 있다. 하지만 신경시스템에서 일어나는 시냅스 가소성의 원칙 7가지를 제시하여 자아를 설명하는데 특히 자기발견과 관련하여 주목해야 할 점은 5번째 원칙이라고 본다. 연구자의 좁은 소견으로 제5원칙을 해석해 보면, 결국 인간은 사고하는 힘(“권능을 부여 받은 사고들”)이 있기 때문에 자신을 관조하게 되고 그런 방식들이 자아 이미지(아이덴티티) 형성에 영향을 주게 됨으로써 이 자아 이미지

는 영원히 변화될 수밖에 없다고 본다. 자아정체성이 변할 수밖에 없다는 주장에 대해서는 뇌 과학자로 세계적인 명성을 얻고 있는 데이비드 이글먼(David Eagleman, 2018)의 경우도 “신경연결망의 패턴들은 평생토록 변화를 멈추지 않기 때문에 당신의 정체성은 움직이고 있는 표적이나 다를 바가 없다”<sup>69)</sup>고 하여 르두와 거의 동일한 입장을 취하고 있음을 잘 알 수 있다. 끝으로 불교적 입장에서는 자기발견을 어떤 의미로 해석하여 접근하고 있는지를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 국내(최명희)와 일본의 불교학자(카토토요후미) 한 명씩을 선정하여 그가 쓴 저서의 내용을 검토하여 그들의 견해를 알아보았다. 최명희는 ‘무아의 심리학’이라는 책에서 융 심리학과 조사선의 비교를 상세히 설명하고 있다. 이러한 시도는 자기발견을 위한 새로운 접근방법의 하나로 간주할 수 있다고 보는데 어쩌면 현대판 자기 발견의 심리학에 대한 불교적 해석(시각)의 접근이라고 여겨진다. 그리고 저자는 ‘무아의식은 자아실현이 아니라 자기(Self)실현이다’<sup>70)</sup>라는 주장을 하고 있는데 이 점은 융 심리학의 관점을 그대로 수용하고 있음을 알 수 있다. 끝으로 카토의 경우는 종교학자이면서 불교학을 전공한 학자로서 자기인식의 중요성을 강조하고 있다. 그의 자기인식론이란 ‘자기발견을 위한 종교적 여정’으로 해석하고 싶은데 이는 ‘자기발견의 참된 길’이란 결국 불교를 포함한 모든 종교가 추구하고 있는 궁극의 길과 연결되어 있다고 보기 때문 이라고 여겨진다.

이상에서 언급한 내용을 정리해 보면 자기발견(자아탐색 연구)에 대한 여러 학문 들 간의 견해는 그 접근방법이나 의미에 있어서는 다소 차이가 있다. 그러나 자기발견의 문제는 결국 인간의 本然之性, 즉 본성을 이해하고 나아가 자기 내면과의 대화를 통해 심화된다는 점을 심도 있게 헤아릴 수 있다면 이는 곧 종교교육의 목적과도 직결될 수 있다고 볼 수 있을 것이다. 따라서 자기발견에 도움을 줄 수 있다고 예상되는 종교교육의 역할을 논의해 본다는 차원에서 오늘날의 종교교육실천에서 더욱 절실히 필요하다고 사료되는 일련의 교육방법상의 아이디어를 몇 가지 제안하면서 본 발표를 마무리 하고자 한다. 끝으로 21세기를 맞아 가상의 세계와 인공 뇌가 더욱 현실화 되면서 인간자신은 더욱 기계와 허구의 세상에 지배당할 수밖에 없는 시대적 흐름을 우려하여 지구상의 미래인류를 향해 의미심장한 질문을 던지고 있는 유발하라리의 동아일보와의 인터뷰 내용의 일부를 인용하면서 ‘자기발견의 종교 교육적 의미’를 다시 한 번 되새겨 보고자 한다. “알고리즘이 ‘나’를 파괴하기 전 통찰 연마하라”<sup>71)</sup>

69) David Eagleman, 전대호 옮김, 『THE BRAIN』(서울: 해나무, 2017), 12쪽.

70) 최명희, 앞의 책, 423쪽.

71) <“알고리즘이 ‘나’를 파괴하기 전 통찰 연마하라”>, 《동아일보》 2019년 1월 7일자, A28면.

## 참고문헌

- 데이비드 이글먼, 전대호 옮김, 『THE BRAIN』, 서울: 해나무, 2017.
- 돈리차드 리소, 러스허드슨, 윤운성 외, 『에니어그램 성격유형』, 서울: 학지사, 2013.
- 미리암 프리스, 박지희 옮김, 『서른과 마흔 사이 나를 되돌아 볼 시간』, 서울: 비즈니스북스, 2019.
- 박아청, 『자기의 탐색』, 서울: 교육과학사, 1998.
- 산드라 마이트리, 황지연, 김세화 옮김, 『에니어그램의 영적인 지혜: 진정한 ‘나’는 성격너머에 있다』, 서울: 한문화, 2017.
- 〈庭園은 최고의 학교, 모네·처칠도 유능한 정원사였다〉, 《조선일보》, 2019년 5월 15일자, A19면.
- 〈“알고리즘이 ‘나’를 파괴하기 전 통찰 연마하라”〉, 《동아일보》, 2019년 1월 7일자, A28면.
- 에릭 호프만, 장현갑 옮김, 『이타적 인간의 뇌』, 서울: 불광출판사, 2012.
- 이부영, 『자기와 자기실현: 이부영·분석심리학의 탐구3』, 파주: 한길사, 2002.
- 이인식, 『마음의 지도』, 파주: 다산북스, 2019.
- 조지프 르두, 강봉균 옮김, 『시냅스와 자아』, 파주: 동녘사이언스, 2008.
- 최명희, 『무아의 심리학: 융 심리학으로 바라 본 조사선의 비교』, 서울: 자유문고, 2019.
- 可藤豊文, 김세곤 옮김, 『명상의 심리학: 대승기신론의 이론과 실천』, 파주: 양서원, 2005.
- 텍 낫한, 이현수 옮김, 『지금 이 순간이 나의 집입니다』, 서울: 불광출판사, 2019.
- 한스 게오르크 가다머, 손승남 옮김, 『교육은 자기교육이다』, 서울: 동문선, 2004.
- Hoffmann, E., *New Brain New World*, London: Insights, 2012.
- LeDoux, J., *Synaptic Self: How our brains become Who we are*, London: Penguin Books, 2002.

---

원고접수일: 2019년 6월 22일 심사일: 2019년 7월 9일 게재확정일: 2019년 7월 20일

연구자 소개: 김세곤

- ① 전공: 유아교육 및 아동교육임상심리 / 소속과 직위: 동국대학교(경주) 유아교육과 교수
  - ② 관심영역: 뇌과학, 교육임상심리, 불교교육, 불교상담
  - ③ 주요논저: 『명상의 심리학』(번역서, 2005, 양서원)
  - ④ E-mail: ksg@dongguk.ac.kr
-

Abstract

## The Role of Religious Education and Various Academic Views on Self-discovery

Kim, Segon

Dongguk University(gyeongju)

The historical flow of understanding of self and ego-exploration is broad and extensive. Self-understanding is like a study of human nature. The traces of innumerable efforts to correctly recognize and establish the human nature can be found through the prospect of ancient traditions of the East and the West and the spiritual performances of religious people. The process of understanding self-understanding and self-discovery in its context has also been explored with different perspectives and different perspectives and approaches among different disciplines. From the viewpoint of analytical psychology today, self-discovery can be understood as a process of self-actualization based on understanding of self. In addition, self-discovery is a self-transcendence pursued by modern religions and other universal religions, including psychoanalytical psychology. In other words, it can be interpreted as a series of processes for self-completion. As such, the various academic positions and views on self-discovery are complex and diverse. The purpose of this study is to examine the significance of self-discovery, which is commonly pursued by each academic and universal religion, by comparing the various academic views and positions of self-discovery. Based on this, the second objective was to present the role of religious education for self-discovery and concrete teaching contents and teaching methods for its practice. In order to do this, we proposed 8 cases of concrete class activities that are expected to be needed for school classes that can be considered as a practice field of religious education and that are expected to be applicable even if they are useful in constructing religious education class programs.

**Key words** : Self-discovery, Self-understanding, Self-actualization, Human nature, The Role of Religious Education