

Exploring the Characteristics of Contemplative Intuition for the Expression of Self-transcendence Consciousness

Youngju Hur^{*}
Namseoul University

Abstract

PURPOSE The purpose of this study is to reveal the process through which self-transcendence consciousness, an essential ability of the future society, and to explore what educational methods can support this consciousness development process.

CONTENTS To achieve this purpose, first, the stages of consciousness development of representative transpersonal psychologists Phenix, Wilber, and Wiedemann were explored. These scholars commonly argued that human consciousness develops through the process of immanence, relationship, and transcendence. Second, the representative methods of contemplation are Nhat Hanh's meditation, Merton's contemplation, and Palmer's meditation. They commonly argued that these methods help to reach self-transpersonal consciousness through the sequence of three steps. Also, they argued that contemplation is possible not only in silence, but also in everyday life.

RESULTS In order to help develop self-transcendence of students, it was suggested that the daily educational activities of the school should be reorganized as experience contemplation. And it was suggested that the classroom and school should be constituted as spaces where true dialogue takes, and teachers should also recognize their role as phenomenological texts.

KEY WORDS self-transcendence consciousness, contemplative intuition, Nhat Hanh, Merton, Palmer, educational activities

* **Corresponding to** Youngju Hur (Professor, Department of General Education, Namseoul University)
E-mail : youngju@nsu.ac.kr

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
Copyrights ©Korean Association for Religious Education

자아초월의식 발현을 위한 관조의 특징 탐색

허영주

남서울대학교 교양대학 교수

요 약

연구 목적 본 연구의 목적은 인간의 의식발달과정을 분석함으로써 미래사회의 필수 능력인 자아초월의식이 어떤 과정을 거쳐 발현되는지를 밝히고, 이 의식발달과정을 지원할 수 있는 교육방법이 무엇인지를 탐색하는 데 있다.

연구 내용 본 연구에서는 첫째, 대표적인 자아초월심리학자인 Phenix, Wilber, Wiedemann의 의식발달단계를 탐색하였다. 이 학자들은 공통적으로 인간의 의식이 내재성, 관계성, 초월성의 과정을 거쳐 발달한다고 주장하였다. 둘째, 대표적인 관조의 방법인 Nhat Hanh의 자비명상, Merton의 관상기도, Palmer의 묵상을 검토하였다. 그들은 공통적으로 이 방법들이 내재성, 관계성, 초월성의 순서를 거쳐 자아초월의식에 도달하게 돕는다고 주장하였다. 또한 그들은 공통적으로 홀로 있기와 침묵뿐 아니라 일상생활 속에서도 그리고 공동체 구성원과의 진솔한 대화와 리더의 존재론적 영향력에 의해서도 명상이 가능함을 주장하였다.

결론 학생이 자아초월의식을 갖도록 돕기 위해서는 학교의 일상적 교육활동을 명상과 연결되도록 재구성하고 조직할 필요가 있음을 제안하였다. 그리고 교실과 학교를 참된 대화가 이루어지는 공간으로 구성하고 교사도 현상학적 텍스트로서의 자신의 역할을 인식해야 함을 제안하였다.

주제어 자아초월의식, 관조, Nhat Hanh, Merton, Palmer, 교육활동

I. 서 론

미래사회와 관련해서 지능정보사회, 4차 산업혁명의 사회 등 다양한 담론이 넘쳐나고 있다. 그 중 중요한 담론은 4차 산업혁명일 것이다. 이미 빅데이터와 딥러닝을 활용한 인공지능과 로봇기술 등이 인간의 꿈과 상상을 현실로 만드는 시대에 접어들었고(Kim, 2019: 279), 디지털과 물리 세계와의 결합, 바이오 분야의 혁신 등은 산업구조의 근본적인 변화를 야기하고 있다. Kurzweil은 하나의 강력한 인공지능은 수많은 강력한 인공지능을 낳고 스스로를 개량함으로써, 자신보다 뛰어난 인공지능으로 빠르게 진화할 것이라고 예측한다(Kurzweil, 2006: 25). 이것이 기계적 능력의 속성이기 때문이고, 기술 진화의 속성이라는 것이다.

많은 학자들이 과학기술의 발달로 인한 미래사회의 모습을 긍정적으로 예측하면서도, 인간의 삶의 질과 관련해서는 밝은 전망을 하지 못하고 있다. Schwab(Kim & Lee trans., 2020: 31-32)은 4차 산업혁명으로 인한 부정적 영향력을 설명하면서, 기술환경의 변화가 개인의 정체성 혼란을 야기하고 인간본질에 대한 의문을 제기한다고 주장하였다. 또한, Son(2010: 94)은 미래사회에 대비하여 ‘지속 가능성’에 대한 요청이 높아지는 것은 인류의 삶의 질에 대한 걱정을 담고 있기 때문이라고 하였으며, Choi(2020: 218)는 미래사회에서는 인간에 대한 존엄이 신장되기 보다는 그 반대일 가능성이 높다고 하였다.

특히 미래사회는 인간의 온전성 확보를 어렵게 하고 단절적 삶을 강화함으로써 인간소외를 부추킬 가능성이 높다. Palmer(Yoon trans., 2007: 66-67)는 이원적 삶은 인식주체와 대상을 분리함으로써 인간 내면의 의미를 포착하기 어렵게 하였으며, 이 때문에 인간을 자신의 마음으로부터, 동료로부터, 세계로부터 단절시키는 고통을 유발해 왔다고 비판하였다. 미래사회는 근대주의 패러다임의 근간인 이원적 삶을 더 강화하기 때문에, 인간소외를 더 부추킬 것이라고 예상할 수 있다. 또한 Coreth(An trans., 1994: 245)는 인간을 영적 존재라고 규정하였는데, 영적 측면의 성장이 배제된 신체적·지적·정서적 측면만의 성장은 인간의 전인성 함양에 한계를 지닐 수밖에 없다고 비판해 왔다. 미래사회는 기술환경의 변화에 전력을 다함으로써 오히려 초월적 존재로서의 인간의 온전성 회복이 더 어려워질 수 있다.

미래사회가 인간에게 줄 혜택만큼이나 우려해야 할 문제점이 있다는 것은 미래사회를 대비하는 우리에게 더 많은 노력이 필요함을 일깨워준다. 미래사회는 수동적으로 우리에게 주어지는 시대가 아니라 우리가 만들어가야 하는 시간이기 때문이다. 이 때문에 많은 학자들이 미래사회를 대비하기 위해서는 교육의 변화가 필요하다고 주장한다(Park & Lee, 2018: 147; Heo, 2020: 94). Choi(2020: 218)는 비극적인 미래사회를 맞이하지 않기 위해서는 인간의 존엄성에 대해 각성하고 이를 지키고자 하는 의지를 기르는 것을 추구하는 교육을 해야 한다고 주장하였다. 또한 Park & Lee(2018: 146)는 미래사회에서 인간이 주체적인 존재로 살아가기 위해서는 어떤 역량이 필요할지 생각해야 한다고 하였다.

미래학자들이 미래사회에서 필요한 역량으로 관심을 두는 것이 영성(spirituality)이다(Gardner, 1993: 134-137; Noble, 2001: 31-38). 세계미래학회(World Future Society)는 미래사회는 영성의 시대가 될 것이라고 전망하였으며, Park & Lee(2018: 147)는 미래사회에서는 영성이 모든 인간에게 필요한 핵심역량으로 부각될 것이라고 전망하였다. 물론 미래사회의 핵심역량으로서의 영성은 종교에 국한된 것만은 아니다(Kim, 2011a: 118-120). 영성은 ‘자아초월’이라는 용어와 대치되어 사용되기도 한다. 오늘날 영성은 종교적 의미를 넘어 인간 존재의 완성이라는 확장된 의미를 지니게 되었기 때문이다.¹⁾

미래사회가 영성과 초월의식을 지닌 인간을 요구한다는 인식은 자연스럽게 초월의식을 지닌 인간의 형성을 위한 교육은 어떤 모습이어야 하는가로 연결된다. 초월심리학자들은 공통적으로 교육은 인간의식의 발달과 인간의 성장을 지향해야 하며, 이를 위해서는 교육활동이 자아실현에 머물러서는 안되고 자아를 초월하는 수준에까지 도달해야 한다고 주장한다. Phenix(1964: 25)는 인간은 본질적으로 자신의 의미를 발견하고 창조하여 완전성을 추구하는 의미적 동물이라고 하면서, 교육은 인간이 자신의 실존적 의미를 발견하도록 도와야 하며, 최고가치에 헌신하는 초월의식을 갖도록 해야 한다고 하였다. Wiedemann(1986: 98-112)과 Choi(2001: 87-88)도 인간의 진정한 성장은 자아실현을 넘어 자아초월 수준까지 이르러야 완성된다고 주장하였다.

그러나 인간의 영성의 개발이나 자아초월 수준까지의 성장은 명제적 선언이 아니라 실천적 방안이 갖추어져야 가능할 것이다. 즉, 영성의 개발이 필요하다거나 자아초월을 포함한 인간의식의 온전성 확보가 필요하다는 주장과 함께, 어떻게 하면 이와 같은 교육의 목적이 달성 가능한가에 대한 논의가 필요하다는 것이다. 그러나 이에 대한 연구는 구체적으로 이루어지지 않고 있다. 따라서 본 연구는 인간의 의식발달과정을 분석함으로써 미래사회의 필수 능력인 자아초월의식이 어떤 과정을 거쳐 발현되는지를 밝히고, 이 의식발달과정을 지원할 수 있는 교육방법이 무엇인지를 논의하는 데 목적을 두고자 한다. 이를 위해 첫째, 대표적인 자아초월심리학자인 Phenix, Wilber, Wiedemann은 공통적으로 의식이 어떤 과정을 거쳐 발달한다고 주장하는지를 탐색할 것이다. 둘째, 대표적인 관조의 방법인 Nhat Hanh의 자비명상, Merton의 관상기도, Palmer의 묵상을 검토함으로써, 이 방법들이 의식발달단계를 거쳐 자아초월의식에 도달하게 지원할 수 있는지를 탐색할 것이다. 이를 통해, 결론적으로 미래사회의 필수 능력인 자아초월의식을 가능하게 하는 관조의 특징을 탐색할 것이다.

1) 그동안 영성(spirituality)이라는 표현은 기독교 신학에서 종교적 의미를 지니고 논의되어 왔다. 그러나 오늘날의 영성은 자기 자신의 내면에 존재하는 성품을 경험하며, 초월적 존재와 연결되는 경험을 뜻하는 확장된 의미로 사용되고 있다(Lee, 2015: 5). 또한 불교, 이슬람교, 유대교 등도 용어는 다르지만 영적 초월을 추구하고 있으며, 초월심리학자들도 영성과 자아초월을 인간의 성장이나 존재 완성의 의미로 이해하고 있다. Phenix(1966: 579)는 초월은 ‘무한(infinitude)’을 의미하고, ‘영성(spirit)’은 ‘인간의 자아 의식, 선택의 자유, 자아초월’과 같은 인간의 모든 능력을 의미하므로, 영성은 초월로 표현될 수 있다고 하였다. 따라서 이 글에서도 영성을 초종교적 관점에서 자아초월과 유사한 개념으로 사용하고자 한다.

하였다. 또한 그들은 공통적으로 홀로 있기와 침묵뿐 아니라 일상생활 속에서도, 그리고 공동체 구성원과의 진솔한 대화와 리더의 존재론적 영향력에 의해서도 명상이 가능함을 주장하였다.

II. 자아초월의식의 발현과정

Phenix(1971: 325)는 초월의 세 가지 차원을 시간적 차원, 외연적 차원 그리고 질적(궁극적) 차원으로 보았다.²⁾ 또한 대표적인 자아초월심리학자인 Wilber(Park trans., 2006: 91-94)는 의식의 스펙트럼을 전개인적 수준, 개인적 수준, 초개인적 수준의 3단계로 나누었으며,³⁾ Wiedemann

<표 1> 선행연구의 의식발달단계

<Table 1> Stages of consciousness development in prior research

Phenix(1971: 325-328)	Wilber(Park trans., 2006: 91-94)	Wilber(1986: 54-57)	Wiedemann(1986: 98-112)			본 연구
	전개인적 수준	질료 수준 저등 동물 수준 고등 동물 수준				
시간적 차원	개인적 수준	페르소나 수준 자아 수준 센타우르 수준	자아실현(내재성)			내재성
외연적 차원			자아 초월	관계성	대인적	관계성
					생태적	
질적(궁극적) 차원	초개인적 수준	심령적 수준 신비 수준 인과적(목적자) 수준 궁극적 수준		초월성		초월성
개방적 태도						

2) Phenix(1971: 332-333)는 창조적 학습을 위해서는 경탄(wonder), 경외(awe), 숭배(reverence)와 같은 개방적 태도가 필요하다고 보았다. 그러나 초월의 3개 차원과 대응시키지는 않고 이 차원들을 보완하는 개념이라고 설명하고 있으므로, 이 글에서는 논의하지 않기로 한다.

3) Wilber(Park trans., 2006: 91-94)는 자아초월의식에 접근해 갈 수 있는 의식발달의 경로를 전개인적 수준, 개인적 수준, 초개인적 수준의 3단계로 나누어 설명하고 있다. 이 중 전개인적 수준의 인간 의식은 의식발달의 동인이 잠재되어 있긴 하지만, 동물적 상태 또는 미분화 상태이므로 이 글에서는 논의하지 않기로 한다.

(1986: 98-112)은 인간의 성장을 ‘혼의 프로세스(the soul process)’라고 명명하면서, 자아실현과 자아초월의 순환과정으로 보았다. 이 학자들의 의식발달단계를 정리하면 <표 1>과 같으며, 이 연구에서는 이를 종합하여 자아초월의식의 발현과정을 내재성, 관계성, 초월성으로 나누어 설명하고자 한다.

1. 내재성의 이해

내재성은 Phenix의 시간적 차원, Wilber의 개인적 수준, Wiedemann의 자기실현에 해당하는 의식수준이다. Phenix(1971: 328)의 시간적 차원은 희망과 창조성과 대응되며, 내재의 무한성을 인식하는 것이다. Phenix는 희망 없이는 삶의 자극도 없고 학습에의 자극도 없으므로, 희망이 인간실존의 원천이라고 하였다. 초월의 경험은 인간에게 희망을 갖게 하며, 강한 희망을 지닌 인간은 어떤 어려움도 극복하게 된다는 것이다. 또한 그는 모든 인간은 창조하는 존재이며, 새로운 것을 구성하는 행위는 사람들의 일반적인 행위 양식이라고 하였다. 그러면서 창의성은 기계적이고 획일적인 반복에 의해 길러지는 것이 아니라, 내재와 초월의 적절한 조화를 통해 얻어지는 것이라고 보았다. 즉, 내재와 초월은 밀접한 관련을 지니고 있으며, 초월은 현재 실현된 것을 중요하게 느끼는 내재(immanence)의 경험에 의해 가능하고 내재는 초월에 의해 축적된다는 것이다.

Wilber(Park trans., 2006: 91-94)의 개인적 수준은 인간의 전인적인 발달을 추구하며, 내면적인 삶에 깊은 관심을 두는 의식의 수준이다. Wilber(1986: 54-57)는 의식발달단계 중 개인적 수준을 다시 페르소나(persona) 수준, 자아 수준, 센타우르(centaur) 수준으로 나눈다. 페르소나 수준은 의식의 일부에 편재된 가면인 페르소나만을 자신이라 생각하기 때문에 현실이 왜소화되는 의식 상태이며, 자아 수준은 자기 이미지(내면)와 신체(외현)가 분리되어 있는 의식 상태로서 신체는 자신이 아니라고 부정하고 정신만이 자신이라고 의식하는 상태이다. 따라서 이 두 가지 의식 수준에서는 개인의 전인성 획득이 불가능하다. 그러나 개인적 수준의 세 번째 수준인 센타우르 수준에서는 자아와 신체가 통합되며, 실존수준의 전인성과 내재성을 갖는다(Hur, 2017: 154-155). 즉, 센타우르 수준에 도달한 개인적 의식 수준은 자신의 내면을 들여다보고 자아를 자각할 수 있게 된다.

Wiedemann(1986: 98-112)은 자기실현(내재성)이란 개인이 자신의 특성을 자각하고 자기발달의 모든 요구를 터득하는 것을 의미한다고 하였다. 사실, 전인성은 감각, 이성 그리고 정서가 통합된 의식발달의 차원이지만, 전인성만으로는 인간의 실존을 온전하게 완성할 수 없다. Palmer(Lee trans., 2006: 21-22)는 현대 교육이 전인성을 도모했으나, 인간의 내면을 보지 않으므로써 완전할 수 없었다고 지적하고 있다. 이것은 “인간의 내면을 들여다 보지 않으면, 인간과 관련된 어떤 문제도 해결하기 어렵다”고 말한 Vitale & Hew Len(Hwang trans., 2008: 38)의 주

장에서도 찾아볼 수 있다. Fromm(2003: 47) 또한 “신을 아는 지름길은 자기 자신을 아는 것”이라고 말했다. 결국, 자아초월은 인간 존재의 내면 깊은 곳으로 뚫고 들어가는 것에서 시작해야 함을 알 수 있다.

2. 관계성의 이해

관계성은 Phenix의 외연적 차원, Wiedemann의 자아초월 중 관계성에 해당하는 의식수준이다. Phenix(1971: 325)의 외연적 차원은 자각과 대응되며, 관계의 포괄성에 대한 무한성을 인식하는 것이다. Phenix는 외연적 초월이라는 용어를 통해 관계성의 확대를 설명하고 있다. 즉, 모든 개인은 다른 개인과 관련되어 있으며, 자각이란 자신이 외부와 미래를 향해 개방되어 있음을 깨닫는 것이라고 하였다. Phenix는 자각을 소외나 배타성과 대립되는 개념으로 보면서, 타인과 외부에 대한 관용적인 태도를 강조한다. 그는 개인이 타인의 마음에 공감하는 마음으로 적극적인 의지를 지니고 하는 대화를 ‘참된 대화’라고 하면서, 이 참된 대화를 할 수 있는 능력을 초월의 증거로 보았다.

Wilber(Park trans., 2006: 91-94)는 관계성의 확대에 대해 별도의 의식발달수준을 지정하고 있지는 않지만, 개인적 수준은 전인성과 내재성을 통해 자신은 가족의 일부이고 문화의 일부라는 동일감을 형성한다고 하였다. 또한, Wiedemann(1986: 98-112)은 자아초월 중 관계성은 대인적 관계성과 생태적 협동성 및 연대성이 넓어지는 의식 수준이라고 하였다. 즉, 내재성을 통해 자기 자신에 대한 자각을 높인 개인은 자아초월을 통해 자신이 타인 및 타집단, 타문화, 나아가 자연 등과 연결되어 있음을 인정하게 되고, 이들을 동정, 공감, 관용하는 긍정적인 태도를 지니게 된다는 것이다.

3. 초월성의 이해

초월성은 Phenix의 질적 차원, Wilber의 초개인적 수준, Wiedemann의 자아초월 중 초월성에 해당하는 의식수준이다. Phenix(1971: 331-332)의 질적(궁극적) 차원은 신앙적인 질문에 대응하며, 무한을 추구하고 자신을 더 큰 존재와 합일시키고자 하는 의식 수준이다. 신앙적인 질문은 궁극성에 대한 근본적인 물음이며, 구체적인 실재에 궁극적 가치를 부여하면서 좀 더 높은 완성을 추구하고자 하는 것이다. Phenix는 신앙적인 질문을 하는 사람은 불확실한 상황에서도 도전을 하며, 건설적인 비판정신을 지니게 된다고 하였다. 결국, Phenix의 질적 초월은 궁극적 가치를 지향하는 자아초월이라 할 수 있다.

Wilber(1980: 71-78)의 초개인적 의식 수준은 의식이 무한하게 확장되면서 개인이 우주적 자기(universal self)와 동일시되는 수준이다. Wilber는 모든 수준과 영역, 모든 세계가 상호 침투

하면서 통합되는 수준이라고 하였으며, 니르바나(nirvana)의 경지로 보았다. 니르바나란 비어있음의 의미로, 이 경지에서는 모든 욕망과 애착이 완전히 소멸되어 자아가 해방된다. 즉, 인간의 의식이 타인, 집단, 사회, 자연과의 관계성을 무한 확장하면서 모든 욕망과 애착이 완전히 소멸되어 없어지는 상태이다. 그리고 세계가 하나라는 깨달음에 도달하게 되는 것이다.

Wiedemann(1986: 98-112)의 초월성은 상승하는 것, 경계를 넘는 것이며, 개인이 전체성과의 관계를 구축하는 것이라고 보았다. 결국, 자아초월심리학은 인간의식의 성장은 자아확립이나 자아실현에서 머무는 것이 아니라, 자아를 초월하는 수준에 도달하는 것이며, 자아를 초월하는 수준은 무한을 추구하고 자신을 세계 그리고 더 큰 존재와 합일시키는 의식 수준에 도달하는 것임을 알 수 있다. 그렇다면, 개인이 자아초월의식에 도달하도록 지원하기 위한 교육은 단계적으로 진행되어야 함을 알 수 있다. 먼저, 인간의 의식이 자신의 존재 내면 깊숙한 곳으로 향하도록 이끌어야 하며, 자신에 대해 충분히 자각한 개인을 타인, 타집단, 타문화, 자연과의 연대감을 인식하는 방향으로 이끌어야 한다. 다음으로는 개인이 이 관계성을 무한 확장하면서 모든 욕망과 애착을 내려 놓고 세계와 하나라는 깨달음에 도달하도록 도와야 한다.

III. 자아초월의 방법으로서의 관조

그렇다면, 개인의 자아초월의식이 발현되도록 돕기 위한 방법이 궁금해진다. Wilber(Kim trans., 2005: 44)는 다른 차원의 세계는 서로 다른 눈으로만 인식이 가능한 데, 초월 영역은 관조(직관)의 눈으로만 드러낼 수 있고 인식할 수 있다고 주장하였다. 그는 비선형적이고 비이원적 얹의 영역은 형상이 없으므로 보이지 않고, 시간과 차원으로 측정되지 않는 저 너머에 존재하므로 감각(육신)의 눈이나 이성(마음)의 눈으로는 볼 수 없다고 하였다. Wilber(1997: 87)는 영적 영역을 관념, 언어, 논리 등으로 입증하려는 것은 심각한 오류를 범하는 것이라고 경고하였다.

Nhat Hanh(Ryu trans., 2002: 59)이 ‘마음을 멈추고, 다만 바라보라’고 말한 것은 마음(이성)만으로는 깨달음에 도달할 수 없음을 알려주는 것이다. 또한 Merton(1972: 9)이 이성의 범주를 넘어선 ‘초월적 자아’를 발견하는 것은 묵상을 통해 가능하다고 하였으며, Palmer(Yoon trans., 2007: 33)는 ‘온전한 삶’을 위해서는 깨어 있어야 한다고 주장하였다. 이와 같은 주장은 모두 오직 관조의 눈에 의해서만 자아초월이 가능함을 알려주며, 미래사회를 준비하기 위한 교육은 관조의 경험을 제공해야 함을 말해준다 할 수 있다.

그렇다면, 관조의 경험이 어떤 방법을 통해 경험될 수 있으며, 이와 같은 관조의 경험이 앞에서 논의한 의식의 발달단계인 내면성, 관계성, 초월성의 발달과정을 어떻게 지원할 수 있는지를 세밀하게 살펴볼 필요가 있다. 이를 위해 관조에 대해 이론적으로 탐색했을 뿐 아니라 실

천적 검증을 위해서도 노력했던 Nhat Hanh⁴⁾, Merton⁵⁾, Palmer⁶⁾의 관조의 방법을 내면성, 관계성, 초월성의 발달과정으로 나누어 검토해 보고자 한다.

1. Nhat Hanh의 자비명상

Nhat Hanh은 마음의 흔들림을 쉬게 하는 ‘자비 명상(meditation)’을 강조한다. 그는 ‘마음 모으기’ 또는 ‘마음 조율’을 통해 격한 감정을 고요히 가라앉히면, 맑고 명료한 상태가 되어 내면에 집중하게 되고 깊은 통찰과 깨우침을 얻을 수 있다고 하였다(Nhat Hanh, 1974: 25-26). Nhat Hanh은 오렌지 하나라도 마음을 고요히 하고 깊이 들여다보면, 오렌지의 하나하나를 알아차릴 수 있다고 하였다. 오렌지가 맺기까지 수개월 동안 있었던 일들, 예를 들어 오렌지 열매에 비추던 햇빛이나 떨어지던 빗방울, 꽃 피던 모습, 작게 열리기 시작한 열매, 열매의 색이 점점 변해가는 모습 등을 알아차릴 수 있다는 것이다(Nhat Hanh, 2002: 69).

Nhat Hanh의 자비명상을 이해하기 위해서는 불교수행의 원리를 이해할 필요가 있다. 자비명상은 불교의 사념처(四念處) 수행인 신(身, 몸과 행동), 수(受, 감각), 심(心, 마음, 생각), 법(法, 세상에서 일어나는 모든 현상)의 원리에 기초해 있기 때문이다. 사념처 수행은 통찰을 의미하

- 4) 틱낫한(Thích Nhat Hanh, 1926-2022)은 평화로운 세상 만들기를 위한 ‘자비명상’ 수행을 강조한 스님이다. 그는 1942년에 출가수행하고, 1950년에 베트남 최대 불교연구센터인 인광 불교연구원을 설립한다. 1961년 미국으로 건너가 프린스턴대와 컬럼비아대에서 비교종교학을 공부하였다. 베트남 당국의 귀국 금지조치로 프랑스에서 망명생활을 하면서 설립한 플럼빌리지 명상공동체의 수행방식이 세계적으로 널리 전파되면서 많은 지지와 관심을 받았다. 또한, 100여권에 이르는 책은 그의 평화사상과 수행법을 이해하는 데 큰 도움을 주고 있다. 평화사상에 이론적·실천적 토대를 둔 그의 독자적인 수행방식은 마음챙김 명상법(mindfulness meditation method)이며, 정신건강과 치유, 자기계발, 교육활동 등 다양한 영역에서 활용되고 있다(Kim, 2019: 281-283).
- 5) 토마스 머튼(Thomas Merton, 1915-1968)은 켄터키의 수도원에서 은둔과 고독에 전념하면서도, 기술문명으로 인한 인간소외의 위기를 극복하기 위한 방법으로 인간 내면의 참된 자아의 발견에 관심을 두었다. 성인기 대부분을 교육자로 살아온 Merton은 자아발견을 위한 전인교육에 직관적 인식론을 적용·발전시켰으며, 이로 인해 관상적(contemplative) 수도사라고 불리기도 한다. Merton은 그 자신이 20세기를 대표하는 미국의 카톨릭 저술가일 뿐 아니라, Merton의 사상에 대한 논문이 350여편 출판될 정도로 관심을 받고 있는 학자이다(Han, 2011: 35-37).
- 6) 파커 팔머(Parker Palmer, 1939-)는 캘리포니아대학교에서 사회학으로 박사학위를 받았으며, 퀘이커의 회원이다. 그는 공동체, 영성, 리더십, 교육 그리고 사회변화 등과 관련된 주제들에 초점을 맞춰 끊임없이 저술활동을 하고 있으며, 교육을 실천하고 있기도 하다. 1960년 이후 전세계적으로 ‘영성’에 대한 관심이 증가하면서, Palmer에 대한 관심도 증가하였다. Palmer는 기능주의 접근에 치우친 교육을 비판하면서, 인간성 회복을 위한 영성교육을 제시하고 있다는 평가를 받고 있다(Kim, 2011b: 65-67). 비록 Palmer가 Merton의 사상을 받아들여 자신의 이론을 보완했지만(Yoo, 2007: 92-93), 묵상을 교육적 실천과 연결시켜 구체적으로 논의한 학자이므로 영성교육에 대한 시사점을 얻는 데 도움이 될 것이다.

는 위빠사나(vipassanā)의 측면과 내면의 고요함을 뜻하는 사마타(samatha)의 측면이 함께 포함된다. 또한 위빠사나는 마음지킴(sati)과 알아차림(sampajañña)의 2가지 심리적 기능에 의해 가능해진다. 마음지킴이란 깨어 있는 상태를 유지하는 것이고, 알아차림이란 그러한 상태를 지속하면서 개개의 현상들을 그때그때 명확하게 아는 것이다(Kim, 2019: 283). 즉, 자비명상은 깊은 집중을 통한 내면의 고요함과 안정을 통해 자기 자신을 명확하게 이해하는 것에서 시작함을 알 수 있다.

Nhat Hanh(1974: 86)은 명상은 가부좌 또는 반가부좌 자세를 통해 가능하지만, 일상 속에서 그때그때의 상황에 주의와 자각을 세밀하게 집중시키는 것으로도 가능하다고 보았다. 간단한 스트레칭이나 기공을 하면서 몸조율을 하고, 심호흡이나 단전호흡을 하면서 호흡조율을 하는 것도 하나의 방법이라는 것이다. Nhat Hanh(1974: 86)은 실내 또는 자연 속에서 고요히 천천히 걸으면서 일하면서 이야기하면서도 수련을 할 수 있다고 말하면서, 어떤 방법으로든 자신의 내면에 집중하는 것이 필요하다고 하였다.

평화란 외적인 것도 아니요, 구하는 것도 아니고 얻어지는 것도 아니다. 오로지 마음챙김을 일상화하고, 고요히 내려놓고, 모든 순간이나 매 단계나 호흡을 향유할 수 있다면, 그것으로 충분하다. 평화란 이미 모든 단계마다 현존하는데, 만일 그런 마음챙김으로 걷게 된다면 모든 순간마다 꽃은 당신의 발아래서 피어날 것이다(Nhat Hanh, 1974: 86).

나아가 Nhat Hanh(1987: 25)은 영적 조직과 존재론적 영향력을 보여주는 리더에 의해서도 자신의 내면에 집중할 수 있다고 보았다. Berrigan & Nhat Hanh(1975: 122)이 구성하고 운영한 ‘Les Patates Douces’(고구마들)이라는 작은 공동체를 대표적인 예로 들면서, 침묵의 시간을 가지거나 조용히 명상하는 것을 지지하는 영적 조직이 구성원들이 자신의 내면에 집중하게 만들 수 있음을 설명하고 있다. 또한 Nhat Hanh(1987: 25)은 자신의 보트 피플 경험을 예로 들면서, 영적 존재 한 명으로도 영적 분위기의 창출이 가능함을 설명하고 있다. 즉, 폭풍 때문에 흔들리는 배 안에서 평온함을 유지하고 있는 한 사람의 고요함이 다른 사람을 안심시켰다고 회고하면서, 온전히 집중하고 깨어 있는 리더는 조직 구성원들이 자신의 내면에 집중할 수 있게 해주는 좋은 본보기가 된다고 하였다.

그러나 Nhat Hanh의 자비명상은 내면에 대한 깨달음에 머무는 것이 아니다. 그는 지혜행과 함께 실천적 측면의 자비행이야말로 내면세계의 평화를 통해 온 세상의 화평함을 이루는 근본이라고 보았다(Kim, 2019: 284). Nhat Hanh(1974: 25-26)은 멈추고 집중하고 깨어나서 통찰하면, 상대방을 이해할 수 있게 되며, 자신도 모르게 자비심이 일어난다고 하였다. 틱낫한의 주장에는 ‘상호 존재’(interbeing)가 저변에 깔려 있다(Nhat Hanh, 1993: 143). ‘상호 존재’는 존재하는 것은 서로 연관되어 있다는 뜻으로서, Nhat Hanh이 불교의 연기론을 현대적 형태로 창안한

용어이다. 이것은 사물과 사물 사이에 어떤 막힘이나 장애가 없는, 거리와 차이가 존재하지 않는 사사무애를 의미한다(Kim & Yoo, 2018: 153). 결국, Nhat Hanh의 자비명상의 요체는 내면의 깨달음이 자비심을 일어나게 한다는 것임을 알 수 있다.

또한, Nhat Hanh(1974: 25-26)은 일상적인 삶 속에서도 순간순간 자신을 들여다보는 자비명상은 주변과의 연결성뿐만 아니라 우주와의 관계성을 느끼는 자아초월까지도 가능하게 한다고 주장하였다. 다만, 이에 대해 자세하게 다루지는 않고 있으며, 내면성을 통한 자연적인 발화로써 자비와 자아초월을 이해하고 있을 뿐이다. 이렇게 볼 때, Nhat Hanh의 자비명상은 자아초월의식의 발현과정인 내면성, 관계성, 초월성을 지원할 수 있는 한 방법이 될 수 있음을 알 수 있다. 다만, Nhat Hanh은 내면성에 대해서는 자세하게 설명하면서도 자아초월에 대해서는 큰 부분을 할애하여 설명하지 않고 있으므로, 교육활동에 적용하기 위해서는 이에 대한 보완이 필요해 보인다.

2. Merton의 관상기도

Merton(1971: 155)은 ‘관상기도(contemplation)’⁷⁾가 자아의 방어벽을 부수는 데 가장 효율적인 인간 최상의 활동이라고 하였다. Merton은 관상기도는 이해할 수 없는 차원이지만, 진정한 ‘자기 비움’을 돕는 신비적 과정이라고 말한다(King, Lee trans., 2007: 103). 즉, Merton이 이해하는 관상기도는 가장 높은 곳을 지향하면서도 역설적이게도 내재적 존재로서의 자신의 이해와 밀접하게 연결되어 있는 것이다(Adams, 1979: 312). Merton(1971: 157)은 하나님은 초월적이기도 하고 내재적이기도 하다고 표현한다.⁸⁾ 또한, Merton(2009: 46-47)은 “성인(聖人)이 되는 것은 나 자신이 되는 것을 의미”하고 “거룩함과 구원은 내가 진정한 자아를 발견하는 것”이라고 말한다.

Merton(1979: 4)에게 있어 ‘진정한 자아’(the true self)란 심리적 용어가 아니라 영적인 속성을 지닌 용어이기 때문이다. 그는 진정한 자아의 자기실현은 이미 존재하는 자아의 성숙한 정

7) Merton의 관상(contemplation)은 명상(meditation)과 혼용되어 사용되고 있다. 그러나 명상이 지적 추리 작용과 상상적 이미지를 반영한다면, Merton의 관상은 영적 수준의 신비적 차원을 반영한다(Kim, 2011b: 71). Merton(1964: 7)은 가장 고결한 기도는 형태가 없는 기도인 ‘관상기도’라고 말하면서, 관상을 관상기도로 표현한다. 형태가 없다는 것은 인간의 지성과 감각의 활동이 완전히 억제되어, 어떤 이미지나 관념이 없는 기도를 의미한다. Merton은 이 관상기도를 통해 기도자는 하나님과 하나될 수 있고, 하나님 안에서 자신을 잃어버리고 어떠한 형태나 이미지, 말도 필요하지 않은 경지에 도달할 수 있게 된다고 보았다(Kwon, 2018: 82).

8) Merton의 이와 같은 이해는 기존의 우주론과 조화되지 않아 전통적인 입장을 지닌 신자들에게는 당혹스럽게 느껴질 수 있다. 그래서 Merton은 샤르댕(Chardin)의 역동적이고 내재적인 하나님과 세계론을 소개한다. Merton은 인간 내면에 존재하는 자신을 발견하고 그 자신을 넘어서 하나님에게 나아가는 것을 강조한다. Merton은 이것을 신앙, 관상, 하나님의 감각, 신비적 합일 등으로 불렀다(Kwon, 2018: 79).

체성이며, 명료한 탐색을 통해 얻어진 창조적 열매인 것이다. 그리고 진정한 자아는 베일에 가려져 있고 소외된 삶 속에서 왜곡되어 있으므로 중요한 직관인 관상기도를 통해 자각하고 알아차려야 한다고 말한다. Merton(1971: 158)은 이와 같이 새로운 알아차림에서 오는 ‘관상적 지식’을 ‘내적 비전’(inner vision)으로 이해하면서, 내적 비전은 전적인 자기 부정과 고차원적 수준에서 자기 현신을 가져오는 긍정적인 효과가 있으므로 현대인에게 꼭 필요하다고 하였다.

그리고 내적 비전을 얻기 위해서는 ‘특정한 훈련’이 필요한 데, 이것이 관상기도라고 하였다(Merton, 1971: 158). 관상기도는 개인의 존재에 대한 실재를 이해하고 신비를 느낄 수 있는 내적 인식 능력인 직관인 것이다. 그러나 Merton(2009: 16)은 관상기도는 자연적 직관과는 다르다고 하였다. Merton은 관상기도라는 직관은 보다 깊은 내면으로 접근할 수 있는 도로를 닦는 것이며, ‘존재를 인식함’ 또는 ‘존재론적 인식’이라고 하였다.

Merton(1978: 60)은 관상을 위해 물리적인 의미의 홀로 있기와 외적인 침묵도 필요하다고 하면서, 조용히 숲 속을 산책하는 방법을 추천하기도 하였다. 그리고 그 이유를 홀로 있기는 인간이 자기 자신을 그대로 받아들이게 해주며, 외적인 침묵은 개인이 세계를 있는 그대로 받아들이게 해주기 때문이라고 설명한다. 그러나 Merton은 장소와 관계없이, 그리고 무엇을 하고 있는지 수련을 할 수 있다고 주장한다는 점에서 Nhat Hanh의 주장과 일치한다. 그러나 Merton(1978: 57-59)은 물리적 의미의 홀로 있기와 외적인 침묵은 관조를 위한 하나의 방법일 뿐이며, 참된 홀로 있기는 ‘외부에 있는 것이 아니라 개인의 영혼 한 가운데’ 있기 때문에 언제 어디서든 무엇을 하고 있든 가능하다고 하였다.

또한, Merton은 관상기도를 통해 얻은 존재론적 인식은 결국 행위로 흘러나온다고 주장한다. Merton(1972: 115)은 이에 대해 “내적 묵상과 외적 활동은 대립 관계가 아니라 하느님 사랑의 두 모습”이라고 하였다. 나아가 Merton은 개인적인 특성과 공동체적인 특성은 변증법적 양태로 발전하다고 보았다. Merton(1966: 156)은 “나는 그들의 사람이고 그들은 나의 사람들이라는 깨달음으로 압도”되었다고 하였다. 또한, 잘 훈련된 관상기도는 행동을 통해 열매를 맺는다고도 하였다(Merton, 1971: 154).

또한, Merton이 이해하는 관상기도의 목적에는 개인 내면적인 면과 함께 회중이라는 공동체적인 의미가 함께 포함되어 있다. 그는 관상기도의 목적은 “개인 안에서 그리고 공동체 내에서 인격적인 사랑을 구현하고, 하나님에 대한 자각을 심화하는 것”에 있다고 주장한다(Merton, 1971: 160). 관상기도를 통해 신자들은 자신을 비우고 모든 것을 흘려보내며, 자신을 부정하면서 자신을 고차원적인 수준에 현신한다. 그리고 이 과정을 통해 공동체는 익명의 영역에서 인격적 정체성의 영역으로 이동하게 되며, 개인은 그리스도 안에서의 자신의 삶에 대해 알아차리게 된다(Kwon, 2018: 84).

그러나 Merton(1988: 159)은 관상 경험이 평화와 안녕의 제공하기도 하지만, 미래사회의 초점인 부재감, 쓸쓸함, 소외감 등도 제공한다고 한다. 그리고 이러한 위기에 대응하고 충격적인

내면의 변혁을 이겨내는 길은 새로운 관상기도를 통해 내적 변동을 마주하고 헤쳐 나가야 한다고 하였다. 그러면 마침내 하나님의 궁극적인 사랑의 근거를 깨닫게 되고, 그 안에서 하나님과 합일된다는 것이다(Merton, 1964: 7).

관상은 영적 놀라움입니다. 생명의 신성성, 존재의 신성성에 대해서 저절로 우러나오는 경외입니다. (중략) 우리 내면의 존재가 보이지 않는 초월적인 ‘원천’으로부터 나온다는 사실을 깨닫는 것입니다. 관상은 그 ‘원천’의 실체를 깨닫는 것입니다(Merton, 2009: 15).

기도인은 먼저 자신의 내면을 들여다보지만, 궁극적 실재가 하나님 안에서 발견될 때까지 필요로 하는 환상을 벗겨내야만 한다. 그래서 자신의 존재 안에서 하나님이 중심이 되어야 한다. 이를 통해 세계에 대한 새로운 전망을 개발하고, 하나님에 대한 새로운 의식을 개발할 수 있게 된다(Lee, 2010, 170-171). Merton(1968: 141)은 이와 같은 주장이 전통적인 관점에서는 생각할 수 없는 새로운 관점임을 인정하면서도, 실재를 인식하는 삶의 양식이고 성직자의 최우선적 과제와 소명이라고 하였다(Han, 2011: 39). Merton(1971: 463-464)은 활동적인 삶과 관상적인 삶을 결합한 삶이 가장 우위의 소명이라고 하였다.

결국, Merton의 관상기도는 자아초월의 경험이고 우리의 가장 깊은 내가 하나님 안에 있고 하나님이 내 안에 현존하심을 영적으로 체험하는 것이다. 즉, 자기 포기적인 변혁이며, 자아의식을 모두 비워 내어 하나님의 존재와 사랑, 영광의 빛이 드러나게 하는 체험인 것이다.

3. Palmer의 묵상

Palmer의 ‘묵상(meditation)’은 침묵을 통한 명상을 말한다. 침묵(silence)은 비언어적 기도의 ‘조용함’을 반영한 것이고, 명상은 기도의 내적 지향인 ‘지적 추리작용’을 반영한 것이다(Kim, 2011b: 71). Palmer(Lee trans., 2006: 19-20)는 묵상의 목적은 사물의 표면을 꿰뚫어 보는 것, 그래서 그 내부의 존재에 닿게 하는 것이라고 하였다. 그리고 묵상은 개인으로 하여금 자신의 인생의 의미에 귀를 기울이고, 삶의 관찰자가 아니라 삶의 원천에 참여하도록 이끈다고 하였다. Palmer는 Merton의 사상을 받아들여 자신의 이론을 보완하였는데, 그 중 하나가 개인의 내면에 숨겨져 있는 온전성(wholeness)의 실현이었다(Yoo, 2007: 92-93). 표면 밑에 숨겨져 있는 본질적인 온전성은 깊은 묵상을 통하여 실현될 수 있다는 것이다.

그러나 Palmer에게 있어 내면에 이르는 길은 묵상만 있는 것은 아니다. 묵상을 위해서는 홀로 있기와 침묵이 필요하지만, 공동체 구성원과의 진솔한 대화를 통해서도 가능하다. Palmer(Yoon trans., 2007: 80-81)는 홀로 있다는 것은 자신의 내면과 떨어져 있지 않아야 함을 뜻하는 것이며, 공동체란 개인이 서로 연결되어 있다는 관계성을 자각해야 함을 뜻하는 것이라고 하였

다. 따라서 내면성의 눈뜸은 묵상 속에서도 가능하지만, 공동체 내의 사람과의 진솔한 대화를 통해서도 가능하다는 것이다. 결국 Palmer(Yoon trans., 2007: 89-93)는 홀로됨과 공동체는 역설의 양극처럼 보이지만, 영적 인식의 내적 내용과 외적 형식일 뿐이라고 할 수 있다.

따라서 Palmer(Lee trans., 2006: 18)는 개인이 자신을 치유하고 자신의 온전함을 회복할 수 있도록 돕는 진리의 공동체를 창조하는 일이 필요하다고 강조한다. 그리고 이 공동체는 묵상이 시간을 가질 수 있는 장소이며, 표현적 대화가 가능한 신뢰와 용납의 분위기가 갖추어진 장소여야 한다. Palmer(Lee trans., 2007: 162-163)는 표현적 대화를 수단적 대화와 대비시키면서, 개인이 내면에 귀 기울이고 주의 깊게 경청하고 깊은 곳에 존재하는 영혼의 진실을 말하게 하는 대화라고 하였다. 또한, Palmer(2000: 29)는 영적인 교사의 존재 자체 그리고 교사의 삶 자체는 훌륭한 가르침이라고 주장하였다. 영적 교사의 정체성과 성실성 등의 모범적인 삶의 방식 자체가 훌륭한 가르침이라는 것이다.

또한, Palmer(Yoon trans., 2007: 70)는 묵상을 통해 내면적 성찰을 함으로써 숨겨져 있는 온전한 자아를 발견하게 되면, 세계와 유기적으로 연결(organic connectedness)된다고 주장한다. Palmer가 Merton의 사상을 받아들여 자신의 이론을 보완한 것 중 다른 하나가 묵상과 행동의 연결성이다(Palmer, 2000: 29). Palmer는 인간의 내면과 바깥 세계를 피비우스의 띠에 비유하여 표현한다. 우리 내면에 있는 것은 계속 밖으로 흘러나가 세계를 이루고, 바깥 세계는 계속 안으로 흘러 들어와 우리의 내면을 형성하는 데 영향을 미친다는 것이다. 그리고 묵상은 세계를 여러 개의 요소로 쪼개는 이성 중심의 분석과는 달리, 요소들 사이의 관계성을 볼 수 있게 해준다고 하였다(Palmer, 2000: 44). 결국, Palmer가 제시하는 묵상은 개인이 내면적 성찰을 통하여 자아를 발견함으로써 단절되었던 세계와 유기적 연결성을 이루는 초월의 방식인 것이다(Kim, 2011b: 71).

나아가 Palmer(2000: 120-125)는 묵상은 교사와 학습자, 그리고 우리가 다루는 주제 간의 진실한 대화가 가능한 인지적 공간을 제공해 준다고 말한다. 그는 인지적 공간이란 교사와 학습자가 말이 아니라 침묵을 통해 진리를 통찰하는 학습공간이라고 보았다. 침묵은 우리가 다루는 주제를 관찰하게 하지 않고 귀 기울이게 하므로, 주제의 본 모습을 볼 수 있게 해주고 학생을 세계와 유기적으로 연결시켜 줄 수 있다고 하였다(Palmer, Lee trans., 2006: 204). 따라서 인지적 공간에서 학습자는 교사와 하나가 된다. 교사가 학생을 관찰하지 않고 귀 기울이고 진정한 대화를 한다면 학생은 교사와 유기적으로 연결될 수 있다는 것이다.

IV. 결 론

이 연구는 인간의 의식발달과정을 분석함으로써 미래사회의 필수 능력인 자아초월의식이 어

면 과정을 거쳐 발현되는지를 밝히고, 이 의식발달과정을 지원할 수 있는 교육방법이 무엇인지를 탐색하고자 하는 목적으로 진행되었다.

연구의 내용은 다음과 같다. 첫째, 대표적인 자아초월심리학자인 Phenix, Wilber, Wiedemann의 의식발달단계를 살펴보았다. 이 학자들은 공통적으로 인간의 의식이 내재성, 관계성, 초월성의 과정을 거쳐 발달하는 것으로 설명하고 있었다. 먼저, 내재성은 인간 존재의 내면 깊숙한 곳으로 들어가는 것이다. Phenix의 시간적 차원은 현재 실현되는 것을 중요하게 느끼고 내재의 무한성을 인식하는 것이고, Wilber의 센타우르 수준에 도달한 개인적 의식 수준은 자신의 내면을 들여다보고 자신의 자아를 자각하는 것이며, Wiedemann의 자기실현(내재성)은 개인이 자신의 특성을 자각하고 자기발달의 모든 요구를 터득하는 것을 의미한다. 그리고 이들은 공통적으로 자아초월은 인간의 내면에 대한 자각에서 시작해야 함을 강조하였다.

다음으로, 관계성은 내재성을 통해 자기 자신에 대한 자각을 높인 개인이 초월을 통해 타인이나 자연과 연결되어 있음을 인정하는 것이다. Phenix의 외연적 차원은 자신이 외부와 미래를 향해 개방되어 있음을 깨닫는 것이고, Wilber는 개인적 수준의 전인성과 내재성을 통해 자신이 가족의 일부이고 문화의 일부라는 동일감을 형성하는 것이며, Wiedemann의 자아초월 중 내재성은 대인적 관계성과 생태적 협동성 및 연대성이 넓어지는 것이다. 이들은 공통적으로 내면에 대한 깊은 자각은 자연스럽게 외부에 대한 공감과 연대성 인식으로 이어진다고 보았다.

또한, 초월성은 인간의식이 무한하게 확장되면서 모든 욕망과 애착이 완전히 사라지고 세계가 하나라는 깨달음에 달하는 것이다. Phenix의 질적(궁극적) 차원은 궁극적 가치를 지향하는 자아초월이고, Wilber의 초개인적 의식 수준은 관계성이 무한 확장되면서 세계가 상호 침투하는 통합된 하나라는 깨달음에 도달하는 것이며, Wiedemann의 자아초월 중 초월성은 개인이 전체성과의 관계를 구축하는 것이다. 이들은 공통적으로 내면에 대한 자각이 관계성에 대한 인식으로 이어지며, 자연스럽게 초월성으로 이어진다고 강조하였다. 따라서 미래사회에서 요구하는 필수적인 능력인 자아초월의식을 지니도록 돕기 위한 교육은 개인이 자신의 내면을 통찰하도록 이끌고 의식을 개인 외부로 확대시키며, 자아초월의 수준으로까지 이끌어야 함을 알 수 있었다.

둘째, 많은 학자들이 자아초월을 가능하게 하는 방법을 관조라고 주장하고 있으므로, 관조에 대해 실천적 검증을 했던 Nhat Hanh, Merton, Palmer의 이론을 의식발달단계인 내재성, 관계성, 초월성의 기준으로 검토하였다. 이들의 주장은 구체적인 방법에 있어서는 차이가 있었지만, 모두 내재성, 관계성, 초월성의 순서로 자아초월에 도달할 수 있음을 강조한다는 점에서는 공통점이 있었다.

Nhat Hanh은 자비명상이 깊은 집중을 통한 내면의 고요함과 안정에서 시작해서 알아차림으로 이동해 가도록 해주고, 깊은 집중을 통한 통찰은 상호의존성을 인지하면서 배려심과 자비심이 일어나게 하며, 주변과의 연결성뿐 아니라 우주와의 관계성을 느끼는 자아초월에 이르게 해 줄 수 있음을 강조하였다. Merton은 관상기도가 베일에 가려져 있고 왜곡되어 있는 보다 깊은

내면으로 접근하여 자신의 진정한 존재를 인식할 수 있게 해주고, 이와 같은 존재론적 인식이 자신이 타인과 서로 이방인이 아님을 깨닫게 함으로써 자연스럽게 외적 행위로 흘러나오게 해주며, 나아가 자신의 실재가 하나님 안에 있고 하나님이 자신 안에 현존하심을 영적으로 체험하도록 이끌 수 있음을 강조하였다. Palmer는 목상이 자기 인생의 의미에 귀 기울이면서 자아를 발견하도록 돕고 자연스럽게 단절되어 있던 세계와 유기적으로 연결되어 있음을 깨닫게 해 줄 수 있음을 강조하였다. 따라서 초월의식을 지니도록 돕기 위한 교육활동으로서, Nhat Hanh의 자비명상, Merton의 관상기도, Palmer의 목상이 모두 적합함을 알 수 있었다.

이 방법들이 공통적으로 지니고 있는 특징들을 탐색한다면, 개인의 자아초월의식 발현을 돕는 교육활동에 대한 시사점을 얻을 수 있을 것이다. 즉, 종교성을 떠나 모든 교육적 상황에서 공통적으로 행해질 수 있는 방법들에 대한 시사점을 얻을 수 있을 것이다. Nhat Hanh, Merton, Palmer의 관조의 방법은 미미한 차이가 있지만, 큰 틀에서는 공통점이 있기 때문이다.

먼저, 관조는 홀로 있기와 침묵을 통해서도 가능하지만, 일상생활 속에서도 가능함을 알 수 있었다. Nhat Hanh은 가부좌 또는 반가부좌 자세를 통한 마음 모의기를 강조하고 Merton은 조용히 숲 속을 걷는 물리적인 의미의 홀로 있기와 외적인 침묵을 강조하였지만, 언제 어디서든 무엇을 하고 있든 관조가 가능함을 확인해주고 있다. Nhat Hanh은 간단한 스트레칭 등의 몸조율이나 심호흡, 기공, 단전호흡 등의 호흡조율도 한 방법이며, 실내 또는 자연 속에서 일하면서 그리고 이야기하면서도 수련을 할 수 있다고 하였다.

또한, 관조는 홀로 있는 개인에 의해서도 가능하지만, 공동체 구성원과의 진솔한 대화를 통해서도 가능함을 알 수 있었다. Nhat Hanh은 침묵의 시간을 가지거나 조용히 명상하는 것을 지지하는 영적 조직이 필요함을 강조했으며, Palmer는 개인이 자기 자신을 치유하고 온전함을 회복할 수 있도록 도울 수 있는 신뢰와 용납의 분위기가 갖추어진 공동체가 필요하다고 하였다. 이러한 공동체 속에서 이루어지는 진솔한 대화는 개인을 더 깊은 곳의 영혼과 마주하게 한다는 것이다. 나아가 관조는 존재론적 영향력을 잘 보여주는 리더의 의해서도 가능하다고 주장하였다. Nhat Hanh은 온전히 집중하고 깨어 있는 리더는 사람들이 자신의 내면에 집중하고 새로운 치유의 시간을 갖도록 도울 수 있음을 주장했고, Palmer는 영적인 교사의 존재 자체 그리고 교사의 삶 자체는 훌륭한 가르침임을 주장하였다.

이와 같은 논의를 통해 다음과 같은 결론을 내리고자 한다. 첫째, 학생이 초월의식을 갖도록 돕기 위해서는 학교에서 일상적으로 이루어지는 교육활동을 대상으로 그 활동내용을 관조를 경험하도록 재구성하고 조직할 필요가 있다. 내면의 의식 흐름을 성찰하는 일기 쓰기, 또는 자신의 내면을 문학작품이나 음악, 미술작품 등으로 표현하는 활동, 하늘, 들꽃, 일출, 일몰 등 주변의 자연을 깊이 바라보는 활동, 텃밭 가꾸기, 갯벌탐사를 통해 자연과 대화하면서 의미를 발견하는 활동과 같이 기존의 교육활동들을 관조가 가능한 활동으로 재구성하는 것이다.

또한 이 활동들을 조직할 때, 개인의 의식이 내재성과 관계성, 초월성을 거치면서 창조적으

로 발달하도록 할 필요가 있다. 예를 들어, 학생들이 시를 읽으면서 내가 좋아하는 것과 싫어하는 것, 내가 원하는 것 등을 찾고 자신의 감정을 진실되고 충실하게 느끼게 한다. 그 다음에 집단을 구성하여 다른 학생들이 자신과 어떤 점이 유사하고 어떤 점이 다른지 찾아보면서 경이로운 점을 찾게 한다. 마지막으로 경이로운 점을 우리에서 우리 학교로, 우리 국가로, 세계와 우주로 확장시키면서 학생 자신의 인생을 조망하게 하는 것이다. 이와 같은 진화과정을 통해 학생 내면에 대한 깨달음이 동료 학생들에게로 그리고 세계로 이어지게 조직하는 것이다.

둘째, 학생이 초월의식을 갖도록 돕기 위해서는, 교실 또는 학교를 인격적인 관계 속에서 참된 대화가 이루어지는 공간으로 구성할 필요가 있다. 학생들이 우월감이나 열등감에서 벗어나서 상호 신뢰하고 용납하는 분위기 속에서 동료애를 형성하며, 솔직함과 성실함으로 친구들의 이야기에 귀 기울이는 교실 또는 학교 공간을 만들어야 함을 제안하고자 한다. 예를 들어, 자리 바꾸기 또는 역할 바꾸기 훈련을 통해 감정이입을 경험하게 돕는다거나 진실한 만남과 참된 대화의 경험을 제공할 필요가 있다.

그리고 교사는 현상학적 텍스트로서의 자신의 의미를 깨닫고, 자아초월에 대해 관심과 열정을 지녀야 할 필요가 있다. 즉, 교사는 자신의 마음이 사랑과 자유로 충만되도록 노력하고 항상 깨어 있으면서 학생들과 사려 깊게 대화하며, 스스로 삶의 방식을 변화시키기 위해 노력해야 함을 제안하고자 한다. 물론, 이를 위해서는 구체적인 교육 프로그램을 개발해야 하고 개발된 교육 프로그램을 적용하면서 효과성도 검증해야 하므로, 향후 이와 관련된 연구가 진행될 필요가 있다.

References

- Adams, D. J. (1979). *Thomas Merton's Shared Contemplation: A Protestant Perspective* (Cistercian Studies Series: No. 62). Michigan: Cistercian Pub., Inc.
- Babin, P. *The new era in religious communication*. 유영난 옮김 (1993). 종교 커뮤니케이션의 새 시대. 서울: 분도출판사.
- Berrigan, D. & Nhat Hanh, T. (1975). *The Raft is not the Shore: Conversations toward a Buddhist-Christian Awareness*. Boston: Beacon Press.
- Choi, A. S. (2001). Transpersonal psychological approach to the guidance counseling for Children. *CNU Journal of Educational Studies*, 22(1), 83-104.
- Choi, S. H. (2020). A study on Educational Tasks and the Management of Universities to Respond to changes in Future Society. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, 6(3), 217-224.

- Coreth, E. *Was ist der mensch?*. 안명옥 옮김 (1994). 인간이란 무엇인가. 성바오로출판사.
- Fromm, E. (2003). *The Art of Listening*. New York: Continuum.
- Gardner, H. (1993). Multiple intelligence-theory in practice. N.Y.: Basic Books.
- Hahn, C. H. (2011). Religious Education of Thomas Merton, a Contemplative: The Self-Discovery and the Education of the Whole Person. *Korea Society for Christian Education & Information Technology*, 29, 35-64.
- Heo, S. M. (2020). Current Status and Improvement Plan of Future Education in Social Studies in the Era of the Fourth Industrial Revolution: Focused on Analysis of Units, 'Future Society' and 'Social Change' in the Curriculum and Textbooks. *Research in Social Studies Education*, 27(4), 91-115.
- Hur, Y. J. (2017). A Study on Procedure and Methods of Holistic Education: Comparison of Consciousness Development Process of Blenky's Feminist Pedagogy to Wilber's Transpersonal Psychology. *Journal of Holistic Convergence Education*, 21(2), 149-167.
- Kim, B. Y. (2011a). Spirituality as the Purpose of Holistic Education. *Journal of Holistic Education*, 15(1), 115-134.
- Kim, J. J. (2011b). The Backgrounds of Parker J. Palmer's Idea in His Education. *Korea Society for Christian Education & Information Technology*, 29, 65-98.
- Kim, J. M. & Yoo, K. S. (2018). 'Interbeing-theism': Focusing on the Concept of 'Interbeing' Used by Thich Nhat Hanh and Paul F. Knitter. *Theology and Society*, 16, 137-180.
- Kim, S. G. (2019). Zen master Thich Nhat Hanh's Compassion Meditation & Life-Ecological Peace Thought. The 7th Roundtable Meeting of Asia-Pacific Network for Holistic Education (2019.10), 277-293.
- King, R. H. *Thomas Merton and Thich Nhat Hanh*. 이현주 옮김 (2007). 토머스 머튼과 틱낫한: 참여하는 영성. 서울: 두레.
- Kurzweil, R. (2006). *The Singularity is Near: When Humans Transcend Biology*. Penguin Books.
- Kwon, M. S. (2018). Merton's Contemplation and Action: 'Contemplation in a World of Action' in Merton. *Theological Thought*, 182, 71-97.
- Lee, H. B. (2010). A Critical Reflection on the Social Engagement of the Progressive Christianity in Korea. *Theological Thought*, 150, 149-176.
- Lee, H. K. (2015). A Study on the Spirituality and the Participant's Experiences Related to Human Relationships in Parker Palmer's Circle of Trust. *Journal of Spirituality and Social Welfare*, 3(1), 1-22.
- Merton, T. (1964). The Humanity of Christ in Monastic Prayer, *Monastic Studies*, 2, 1-27.

- Merton, T. (1966). *Conjectures of a Guilty Bystander*. New York: Image Books Doubleday Press.
- Merton, T. (1968). *Zen and the Birds of Appetite*. New York: New Directions.
- Merton, T. (1971). *Contemplation of World of Action*. NY: Doubleday.
- Merton, T. (1972). *New Seeds of Contemplation*. New York: New Directions.
- Merton, T. (1978). *What is Contemplation?*. Springfield, IL: Templegate.
- Merton, T. (1979). *Love and Living*. New York: Farrar, Straus & Giroux.
- Merton, T. (1988). *Disputed Questions*. New York: A Harvest Book.
- Merton, T. (2009). *Seasons of Celebration: Meditations on the Cycle of Liturgical Feasts*. Notre Dame, IN: Ave Maria Press.
- Nhat Hanh, T. & Warren M. (1987). *The Miracle of Mindfulness: A Manual on Meditation*. Boston: Beacon Press.
- Nhat Hanh, T. (1974). *Zen Keys*. New York: Doubleday.
- Nhat Hanh, T. (1987). *Being Peace*. Berkeley, Calif: Parallax Press.
- Nhat Hanh, T. (1993). *Interbeing: Fourteen Guidelines for Engaged Buddhism*. Berkeley: Parallax Press.
- Nhat Hanh, T. (2002). *A Pebble for Your Pocket under the Rose Apple Tree*. Parallax Press.
- Nhat Hanh, T. *Touching Peace: Practicing the Art of Mindful Living*. 류시화 옮김 (2002). 마음을 멈추고 다만 바라보라. 파주: 꿈꾸는 돌.
- Noble, K. (2001). *Riding the Windhorse: Spiritual Intelligence and the Growth of the Self*. NY: Hampton Press.
- Palmer, P. J. (2000). *Let Your Life Speak: Listening for the Voice of Vocation*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Palmer, P. J. *A Hidden Wholeness: The Journey toward an Undivided Life*. 윤규상 옮김 (2007). 온전한 삶으로의 여행. 파주: 헤토.
- Palmer, P. J. *To Know as We are Known: Education as a Spiritual Journey*. 이종태 옮김 (2006). 가르침과 배움의 영성. 서울: 한국기독교학생회 출판부.
- Park, S. H. & Lee, C. B. (2018). Conceptualization of Spiritual Intelligence as Core Competency of Future Society. *The Journal of Saramdaum Education*, 12(3), 145-156.
- Phenix, P. H. (1964). *Realms of Meaning*. New York: McGraw-Hill.
- Phenix, P. H. (1966). *Philosophy of Education*. New York: Henry Holt & Co.
- Phenix, P. H. (1971). Transcendence and the Curriculum. Pinar, W. (Ed.) (1975). *Curriculum theorizing: The reconceptualists*(pp. 323-340). New York: McGraw-Hill Publishing

Corporation.

Schwab, K. Shaping the Fourth Industrial Revolution, 김민주, 이엽 옮김 (2020). 클라우드 슈밥의 제4차 산업혁명 더 넥스트. 서울: 메가스터디북스.

Son, S. N. (2010). Sustainable Future, Quality of Life and Ecological Education, *Theory and Practice of Education*, 15(2), 93-115.

Vitale, J. & Hew Len. *Zero Limits*. 황소연 옮김 (2008). 호오포노포노의 비밀. 파주: 눈과 마음.

Wiedemann, F. F. (1986). *Between Two Worlds: the Riddle Wholeness*, IL: Theosophical Publishing House.

Wilber, K. (1980). *The Atman Project*. Wheaton, III.: the Theosophical Publication House.

Wilber, K. (1986). *Transformation of Consciousness: Conventional and Contemplative Perspectives on Development*. Boston & London: Shambhala.

Wilber, K. (1997). *The Eye of Spirit: An Integral Vision of a World Gone Slightly Mad*. Boston & London: Shambhala.

Wilber, K. *No Boundary: Eastern and Western Approaches to Personal Growth*. 김철수 옮김 (2005). 무경계: 자기성장을 위한 동서양의 통합접근. 서울: 무우수.

Wilber, K. *The Spectrum of Consciousness*. 박정숙 옮김 (2006). 의식의 스펙트럼. 서울: 범양사.

Yoo, M. B. (2007). An Examination of Educational Thoughts of Parker Palmer. *Korea Society for Christian Education & Information Technology*, 16, 89-108.