

서평

## 마이클 워시번 저, 『에고와 역동적 바탕』

(Michael Washburn, *The Ego and the Dynamic Ground: A Transpersonal Theory of Human Development*, 1st edition, 1988/2nd edition, 1995)

박성현

서울불교대학원대학교 상담심리학과 교수

gchio@hanmail.net

이 책의 저자 마이클 워시번은 인디애나 대학 철학과에서 심리철학과 종교 심리학을 가르쳤으며, 젊은 시절부터 요가와 명상에 심취하여 동양 비전 전통에 대해 해박한 지식과 수행 체험을 가진 인물이다. 그의 저작들은 정신역동 전통의 관점에서 인간의 의식 발달 모델을 제시하였다는 점에서 자아초월심리학 분야에 매우 중요한 공헌을 했다. 정신역동 전통에는 프로이드의 고전적 정신분석, 자아심리학, 자기심리학, 대상관계이론 및 융의 분석심리학 등이 포함된다. 그의 대표 저서는 본고에서 다룬 『에고와 역동적 바탕』 외에도 1994년 발간된 『정신분석 관점에서의 자아초월심리학, Transpersonal psychology in psychoanalytic perspective』과 2004년에 나온 『신성한 세계에 구현된 영성, Embodied Spirituality in a Sacred World』 삼부작이라고 할 수 있다.

『에고와 역동적 바탕』은 워시번 특유의 나선형(spiral) 의식 발달 경로를 크게는 3단계(전에고, 에고, 초에고), 세부적으로는 7단계로 구분하여 제시하고

있으며, 이러한 주요 발달 경로는 나머지 두 책에서도 일관되게 적용된다. 『정신분석 관점에서의 자아초월심리학』은 정신분석적 자아심리학과 대상관계 이론을 적용하여 발달의 각 단계에서 전개되는 대인관계(interpersonal) 양상을 분석하였으며, 『신성한 세계에 구현된 영성』은 초개인 수준의 영적 의식 발달이 세속의 삶에서 어떻게 구현되는가에 초점을 둔 저술이라고 할 수 있다.

본고에서는 정신내적(intrapsychic) 측면에서 인간 의식 발달을 기술한 『에고와 역동적 바탕』을 중심으로 위시번의 기본 모델을 소개하고, 특히 정신역동적 맥락에서 명상 수행이 초에고 수준의 의식 발달과 어떻게 연관되는가를 설명하고자 한다. 위시번의 모델에서 정신 세계의 두 축은 에고와 역동적 바탕이다. 여기서 에고는 조작적 인지를 통해 세계를 인식하며 충동을 통제하고 환경의 자극을 조직하는 개인적인 의식의 중심이다. 이에 비해 역동적 바탕은 정신의 비에고적 축으로서 개별성을 넘어서는 근원의 생명력인 본능, 리비도, 에너지이며 언어와 개념적 인지 이전의 심상, 자동상징적 인지, 신체감각적 경험, 정서와 정동, 집단 무의식의 원형 등으로 표현된다.

위시번은 인간의 심리-영적 의식 발달을 전에고-에고-초에고 단계로 구분한다. 전에고 단계에는 최초 매몰(original embedment) 단계와 신체 에고(body-ego) 단계가, 에고 단계에는 원초적 억압(primal repression)과 정신적 에고(mental ego) 단계가, 초에고 단계에는 초월을 위한 퇴행(regression in the service of transcendence), 영안에서의 재탄생(regeneration in spirit), 통합(integration)의 세 하부 단계가 포함된다.

최초 매몰 단계에서 에고는 역동적 바탕에 융합된 상태로서 에고의 씨앗은 바탕에 묻혀있다. 이때의 신생아는 자신과 세계를 구분하지 못하며 무의식적 합일상태에 놓여있다. 신체 에고 단계는 유아가 자신을 세계와 분리된 존재로 경험하기 시작하는 단계이다. 그러나 이 때의 분리 경험은 신체적 감각 수준의 분리에 머무를 뿐 유아의 에고는 여전히 역동적 바탕의 비에고적인 힘에 종속되어 있다.

유아가 자신의 독립적인 개별성을 정신적으로 지각하는 계기는 원초적 억

압을 통해서이다. 에고는 원초적 억압을 통해 비에고적인 역동적 바탕의 에너지를 무의식으로 밀어내고 언어와 개념으로서의 정신적 에고를 구축하기 시작한다. 이 단계에서 특기할 만한 변화는 전에고 단계에서 인간 유아의 신체 전반을 생명력으로 충전했던 역동적 바탕의 에너지가 억압되면서 골반 아래의 생식기 주변으로 몰리게 되어 에로틱한 성적 색채를 띠게 된다는 점이다. 골반 아래에 묶인 성적 에너지는 사춘기와 청소년기를 통해 일시적으로 강렬한 발산을 하게 되지만, 이 에너지를 가두어 두었던 원초적 억압이 풀어지기 전까지는 정신적 에고와 갈등하는 무의식적 충동의 근원으로 작용하게 된다. 정신적 에고 단계에서 에고는 정체성 프로젝트(identity project)를 통해 세계 내에서 자신의 존재감과 가치를 확보하기 위해 노력한다. 에고는 외부 세계에 대한 적응력과 고유한 정체성을 확립함으로써 독립적이며 사회적인 개인으로 기능할 수 있게 된다.

초에고 단계는 초월을 향한 퇴행을 통해 시작된다. 그러나 모든 사람들이 이와 같은 단계를 겪는 것은 아니다. 초월을 향한 퇴행의 전조는 에고의 실존적 위기이다. 정체성 프로젝트를 통해 안정적인 정신적 에고를 성취했다하더라도 대부분의 사람들은 인생의 중반기 무렵 소위, 실존적 사막의 체험을 하게 된다. 자신이 힘들게 쌓아올린 정체성의 가치가 무의미해지며 세계 또한 활기를 잃고 공허한 회색지대로 변한다. 정신적 에고는 소외와 고립, 실존적 불안과 죄책감, 자아의 죽음이라는 소멸의 공포에 시달린다. 외부 세계로 향해있던 정신 에너지는 내면 세계로 급격히 방향을 선회한다.

실존적 위기는 초에고 단계로 나아가는 갈림길이다. 많은 사람들은 실존적 위기에 기인한 불안이나 우울을 중년의 혼한 정신병리로 치부하고 약물이나 심리치료의 도움을 받아 이전 단계의(그렇지만 완전히 같지는 않은) 정체성 프로젝트로 되돌아간다. 그러나 일부의 사람들은 정신적 에고가 구축한 정체성으로 되돌아갈 수 없는 깊은 실존적 절망 상태에 빠진다. 이런 상태에서 역동적 바탕의 에너지를 지하 세계에 가두어두었던 억압의 방벽이 느슨해지며 에고는 역동적 바탕의 비에고적 힘에 다시 노출되기 시작한다. 의식하

지 못하는 비에고적 힘에 무방비로 휩쓸릴 경우 에고는 심각한 혼란에 빠지며 의식의 조명을 받지 않는 비에고적 힘의 유입은 심각한 정신적 문제를 일으킬 수 있다.

워시번은 역동적 바탕의 비에고적 에너지의 유입을 조절하는 정신 기제로 의식의 두 가지 양식인 활동성 양식(active mode)와 수용성 양식(receptive mode)을 들고 있다. 활동성 의식은 외부 세계에 대해 자아의 목표 성취를 지향하는 태도로 언어적, 행동적 체계가 관여된다. 반면, 수용성 의식은 내부 세계로 지향된 내성적, 반성적 태도로 비언어적, 비행동적인 지각적 수용의 특성을 가진다. 무의식에 억압된 비에고적인 힘들은 본능적 충동, 정동, 이미지와 상징, 콤플렉스와 같은 비언어적인 방식으로 자신을 표현한다. 실존적 위기의 갈림길에서 내면 세계로 정신 에너지의 방향을 선회한 에고는 수용성 의식의 훈련을 통해 유입되는 비에고적인 힘들을 다룰 수 있게 된다.

수용성 의식을 계발하는 방법의 하나로 워시번은 명상을 제시하고 있다. 그에 따르면 명상은 활동성 양식을 주된 의식 기능으로 사용하는 정신적 에고의 작용을 멈추게 하여 명상자를 판단하지 않고 경험을 바라보게 하는 ‘아무것도 안하기’의 의식 상태로 변화시킨다. 이러한 명상자의 비방어적이고 수용적인 의식 상태가 깊어지고 강력해지면서 원초적인 억압의 방벽은 더욱 느슨해지고 무의식의 보다 깊은 층에 억압되어있던 초자연적인 역동적 바탕의 비에고적 에너지들이 의식으로 대량 유입된다. 하지만 명상적 의식의 빛에 비추어진 무의식의 잠재력들은 더 이상 에고를 혼란에 빠뜨리지 않고 정신적인 변용을 일으키는 신성한 에너지가 된다. 에고는 비에고적 힘에 압도되는 것이 아니라 비에고적 에너지로부터 힘을 얻기 시작하며 영안에서 재탄생의 단계에 진입하게 된다. 에고는 이질적이고 두려운 힘으로 경험했던 역동적 바탕이야말로 자신의 근원이자 뿌리임을 인식하게 되며 점차 의식의 주권을 역동적 바탕에 양도함으로써 정신의 두 양극은 조화로운 통합의 일치에 도달한다.

워시번의 의식 발달 모형을 나선형이라고 말하는 이유는 역동적 바탕으로부터 분리, 개별화된 에고가 초에고 수준의 발달을 이루기 위해서는 다시 역동

적 바탕의 비에고적 잠재력으로 회귀해야 하기 때문이다. 에고는 자신의 근본 바탕으로 되돌아가 바탕의 비에고적인 힘을 통해 초월적인 변용을 이루고 궁극에는 에고-역동적 바탕의 전체 정신의 통합으로 나아간다.

흥미롭게도 위시번은 자신의 나선형 의식 발달 모델을 통해 동서양의 비전 (esoteric) 전통의 수행 원리를 설명한다. 예를 들어, 쿤달리니는 인간에 내재된 우주적인 생명력이지만 대부분의 사람들에게 이 에너지는 또아리를 튼 뱀처럼 골반 아래 물라다라 차크라에 응축되어 있으며 성적인 색채를 띤다. 요가 수행을 통해 쿤달리니 에너지는 신성한 삭티로 변용되어 에너지 통로인 나디를 통해 상승하며 정수리의 사하스라라의 시바와 통합된다. 위시번의 체계에서 역동적 바탕의 비에고적 힘은 쿤달리니에 비견되며, 근원의 생명력인 비에고적인 에너지는 원초적 억압에 의해 생식기 주위로 내몰려 성적 에너지의 색채를 띠게 된다. 초월을 위한 퇴행의 단계에서 원초적 억압에서 풀려난 비에고적 에너지는 처음에는 이질적인 본능적, 성적 에너지로 경험되지만 명상 수행을 통해 계발된 자각의 빛을 통해 신성한 에너지로 변용된다. 성적 에너지를 신성한 생명 에너지로 변용시킨다는 점에서 탄트리즘 또한 위시번의 정신역동적 개념으로 새롭게 설명될 수 있다. 위시번의 나선형 발달 모델은 인간 발달 초기에 상실했던 근원으로의 회귀라는 모티프를 담고 있는 서양 신비주의의 연금술적 융합(coniunctio)이나 신성한 합체(hieros gamos)의 경로를 설명하는데도 적합하다.

위시번의 모델에서 역동적 바탕은 에고의 발달 단계에 따라 다른 모습으로 에고에게 경험된다. 전에고 단계에서 에고를 지배하는 비에고적인 힘이었던 역동적 바탕은, 에고 단계에서는 억압된 무의식적 리비도로, 초에고 단계에서는 신성한 영(spirit)으로 변모한다. 통합 단계에서 신성한 영으로 변모한 역동적 바탕은 에고의 진정한 주인으로서 인식되지만 에고가 상실되는 것은 아니다. 위시번의 체계에서 궁극의 의식 발달의 형태는 개인의식의 주체인 에고와 신성한 영으로 경험되는 초월적 자기가 하나 안의 둘로서 공존하는 이원적 단일체이다.

정신역동이론은 인간 유아의 탄생으로부터 성인기에 이르는 자아의 발달과 병리를 무의식과의 관계를 통해 보여준다. 이에 비해 명상을 포함한 동서양의 비전 전통은 분리된 자아가 잃어버린 자신의 근원을 회복하는 영적 발달의 길을 보여준다. 워시번의 모델은 정신역동 전통의 양극적 정신구조 모델을 확장하여, 에고-역동적 바탕의 상호작용을 통해 영적 수준을 포함한 인간 의식 발달의 전 과정을 통합적으로 제시하고 있다. 말할 것도 없이 어떤 이론이든 그것이 보다 잘 설명하는 현상과 그렇지 못한 현상이 있다. 워시번 모델의 경우 비이원적 의식의 계발을 통해 에고 의식이 사라진 일원적 단일체의 양태를 보이는 동양 수행 전통을 설명하는데는 한계가 있다. 비이원적 의식의 발달에 대한 설명은 워시번 보다는 켄 월버의 의식 발달 이론이 더 적절할 것이다. 그럼에도 불구하고, 워시번은 역동적 바탕, 원초적 억압, 수용성 의식, 초월을 위한 퇴행과 같은 새로운 개념을 통해 전통적인 정신역동의 발견을 더 큰 맥락에서 포괄했을 뿐 아니라 여러 신비전통의 수행 체계(특히, 생명 에너지의 변용 원리를 담은)를 현대적 시각으로 조명했다는 점에서 인간 의식 발달에 대한 일보 진전된 이론 체계로 평가받을만 하다.

켄 월버는 서양의 정신역동이론을 포함한 심리학적 지혜를 성장의 길로, 동양의 명상전통을 포함한 비전적 지혜를 깨달음의 길로 묘사했다. 21세기의 우리는 근대 이전의 의식의 탐구자들이 발견한 인간 의식의 최상의 발달에 대한 지혜와 근대 이후의 심리학자들이 과학적 관찰을 통해 발견한 자아 발달의 지혜를 아우를 수 있는 시대에 살고 있다. 프로이드와 붓다의 만남, 카우치 위와 보리수 아래에서 발견한 지혜를 통합함으로써 우리는 인류의 역사가 시작된 이래 여전히 가장 중요한 질문으로 남아있는 “나는 누구인가?” 라는 물음에 대한 해답에 더 가까이 다가갈 수 있을지 모른다. 워시번의 시도 또한 이를 위한 것일 게다.