

제10강 자살, 재앙을 부른다 4

B 최면치료 사례

이제 최면치료 자료를 살펴보면, 죽음을 자연스럽게 맞이했을 때는 곧바로 ‘빛’들이 맞으러 오기도 하고 자신이 눈부시고 따뜻한 빛에 싸여 가기도 하지만¹⁾, 자살한 사람의 경우 “육체에서 떠난 후 아무도 맞이해 주러 오지 않아 캄캄한 암흑 속에서 울고 있었다”는 증언이 있어서 차이가 난다.

의사 : 그러면 죽음의 순간으로 진행해 주세요. 어떤 죽음을 맞이했습니까?

환자 : 자살했습니다. 빌딩 위에서 뛰어내렸습니다.....절망을 느꼈기 때문입니다.

의사 : 죽은 후에 어떤 기분이 들었습니까?

환자: 얼마 동안은 뭐가 뭔지 잘 몰랐습니다. 빛을 찾아서 소용돌이 속을 빙빙 돌고 있는 기분이었습니다. 내 스스로 목숨을 끊은 것을 매우 후회하고 있었습니다.

의사 : 어떻게 그 혼란에서 빠져나왔습니까?

환자 : 이미 돌아가신 부모의 모습을 보았기 때문입니다.....

의사 : 어떻게 부모를 만나고 혼란에서 빠져나왔습니까?

환자 : 부모를 만나고 나서 겨우 알게 되었기 때문입니다..... 내가 무엇을 했는지..... 비로소 나는 내가 여행을 계속하고 있는 의식체라는 것을 이해한 것입니다. 게 확대로 잘 이루어지지 못한 것을 이해한 것입니다.

의사 : 자살한 사람은 죽음 후에 누구나 같은 느낌을 가질까요?

환자 : 인간은 자살해서는 안 됩니다. 자살자는 자신이 얼마나 어리석은 행위를 하고 자 하는지 알지 못합니다.

의사 : 어떤 경우에도 절대로 자살해서는 안되는 것입니까?

1) 오진탁 <마지막 선물> 124-125쪽

환자 : 대부분의 사람들은 동요나 후회, 그리고 텅빈 무상감, 절망감으로 인해 목숨을 끊어 버립니다. 그러한 죽음으로는 아무것도 얻어지지 않습니다.....인생을 도중에서 포기하면 자신이 선택한 그 교훈을 얻을 수가 없게 되는 것입니다. 인생에서 도망친다고 하여 아무것도 해결되지는 않습니다. 2)

자살한 경우 인용문과 같이 “빛을 찾아서 소용돌이 속을 빙빙 돌고 있는 느낌”이 되어 버린다. 에도 시대에 무사로서 활복 자살한 기억을 가진 일본인은 최면 상태에서 그것을 기억해냈을 때, 자기 시체에서 빠져나온 순간에 “이런 일로 목숨을 끊다니 정말 바보스런 짓을 했어. 정말 아깝다”라며 크게 후회한 것을 기억하고 있다. 비록 정상참작의 여지가 있는 자살이라고 할지라도 자살 그 자체가 ‘잘못된 일’이라는 점에는 변함이 없다.3) 따라서 왜 자살해서는 안되는지, 죽는다고 모든 게 왜 끝나는 게 아닌지, 죽음을 제대로 이해해 삶을 보다 의미있게 영위하다가 죽음이 찾아오면 편안하고 여유있게 죽을 수 있도록 철저하게 준비해야 하는 이유가 바로 여기에 있다.

최면치료 과정에서 환자들이 떠올리는 죽음의 기억 중에는 자살로 삶을 마감한 경우가 적지 않은데, 그 경험은 예외 없이 깊은 상처가 되어 현재의 삶에도 큰 영향을 주는 것으로 확인되고 있다. 원인을 알 수 없는 막연한 우울증과 고독감, 위축감과 죄책감은 자살 경험이 있는 환자들이 가장 흔히 호소하는 정신증세들이다. 특히 두 번 이상의 자살 기억을 가진 환자들은 이런 경향을 더 뚜렷이 보여준다. 각자의 삶에 주어진 책임을 참을성 없이 벗어던진 환자들은 그로 인해 씻을 수 없는 아픈 기억을 품게 되고, 자살을 선택한 그 순간부터 그 행위를 후회하게 된다. 살아가면서 배우고 인내해야 할 여러 어려움을 피해 스스로 목숨을 끊게 되면, 바로 그 순간부터 영혼은 후회와 죄책감에 빠지게 된다. 그리고 새로운 삶에서는 원래 감당해야 했던 과제와 함께 ‘자살’이라는 어리석은 선택에 대한 책임까지도 짊어져야 하는 것이다.

이씨는 30세의 가정주부다. 결혼해서 딸 하나를 두고 살고 있지만 어릴 때부터 찾아오곤 하던 원인을 알 수 없는 고독감과 우울감, 어둠에 대한 공포는 그를 편하게 해주지 않았다. “아마 태어날 때부터 우울했던 것 같아요.” 정신과 전문의에게 상담도 받고 약도 먹어봤지만 우울증 해소에는 도움이 되지 않았다며 언제나 마음 한 구석에 있는 자살 충동에 대해 얘기했다. “너무 괴롭고 가족들에게도 미안해서 죽고 싶어요. 제가 이 정도로 힘든지는 아무도 모를 거예요.” 최면치료 상태에서 그의 내면의식은 우울과 공포의 원인이 과거 삶의 기억 속에 있다고 대답했고, 그 기억들을 찾아내고 이해하면 나올 수 있다고 했다. 이후 세 번의 전생퇴행을 통해 떠올린 세 가지 삶의 모습 속에서 그는 두 번의 자살 경험을 기억해냈다.

2) 이이다 후미히코 <사는 보람의 창조> 375-376쪽

3) 이이다 후미히코 <사는 보람의 창조> 376-377쪽

첫 번째의 자살은 중세기 유럽남자로서의 삶이었는데, 전쟁에서 한쪽 다리를 잃고 돌아오니 가족들은 멀리 피난을 가버려 낯선 도시에서 결식을 하며 살 수밖에 없었다. 배고프고 비참한 불구자로서의 삶은 그를 절망과 외로움에 빠지게 해, 결국 근처 호수 속으로 걸어 들어가 스스로 목숨을 끊게 되었다. 그 삶에서의 절망감에 대해 그는 이렇게 말했다. “제가 혼자 있으면 언제나 느끼는 막막하고 답답한 절망감이 그 삶에서 죽기 전에 느꼈던 것과 똑같아요. 사실 저는 물에 대한 심한 두려움도 있어요. 그것 때문에 수영을 배울 수 없었고 물가에 가면 마음이 편치 않아요.”

두 번째의 자살은 조선시대 처녀로서의 살았을 때, 임신을 했고 어머니의 혹독한 꾸중과 질책을 견디지 못해 벼랑에서 떨어져 죽었다. “그때도 제 성격은 지금과 비슷했던 것 같아요. 아마 우울증도 있었을 거예요. 벼랑에서 뛰어내리기 전에 느꼈던 슬픔과 답답함도 지금 느끼는 것과 완전히 같아요. 어머니에게 한마디도 못하고 처음부터 죽음을 생각했었거든요.” 그 뒤 두어 번의 치료 과정 속에서 그는 삶의 의미와 생명의 소중함에 대해 어렵듯이 깨닫게 되었다고 하며, 그 두 번의 자살 기억은 자신의 전생임이 틀림없다고 주장했다. 이 치료의 결과로 고질적이던 우울증은 거의 사라졌고, 불을 끄고는 자지 못하던 어둠에 대한 공포증도 없어졌다. 대인관계에서도 여유가 생겨 남편과 아이가 처음으로 가깝고 다정하게 느껴진다고 말했다. 4)

이 환자처럼 최면 치료 후 자신의 삶과 어려움을 대하는 태도가 달라지는 경우는 무척 흔하다. 이들이 떠올리는 기억이 실제 전생의 기억이라는 사실을 객관적으로 증명할 수는 없지만, 그 내용 속에 현재의 증상과 어려움을 이해하고 풀 수 있는 중요한 실마리가 들어 있는 것은 분명하다. 그렇기 때문에 환자 자신도 반신반의하면서 영혼의 존재와 ‘자신의 모든 행동에는 끝까지 책임이 따른다’는 원인과 결과의 법칙을 사실로 받아들여지게 된다. 자신의 자살로 피해를 입힌 가족들을 다시 만나 보상을 해나가는 경우도 있고, 같은 잘못을 거듭하여 더 어려운 상황에 빠져 있는 경우도 있다.

최면치료 사례 : 여교사 강씨

최면치료를 통해 죽은 사람의 영혼을 만날 수 있는지 직접 카메라에 담기로 했다. 강 선생은 최근 남편이 불행하게 삶을 마감했다. 아직도 남편의 죽음을 안타깝게 생각하고 있는 그는 남편의 죽음을 받아들이지 못하고 있다. 그래서 본인의 희망에 따라 최면을 통해 남편의 영혼을 불러 만나기로 했다.

4) 오진탁 <마지막 선물> 188-190쪽

오진탁 <자살, 세상에서 가장 불행한 죽음> 41-42쪽에 인용된 또 다른 사례 참조

의사 : 죽은 남편에게 하고 싶은 얘기 다 하세요. 그가 듣고 있고 앞에 있다고 생각하면서, 마음에 쌓아 놓은 이야기를 토해놓으세요. 그에게 다 전달이 됩니다.

A: (울면서)정말 남편을 성실하게 사랑했다. 지독하게 너무 사랑했고, 내가 지혜롭지 못해서 당신에게 상처준 거 너무 미안하고 당신이 아빠 때문에 얼마나 힘들어 했는지 내가 충분히 이해할 수 있어. 성숙하게 다시 만나서 정말 큰 사람으로 살아갈 수 있을 거라고 생각했는데 너무 젊은 나이에 너를 보내서 내가 너무 힘들어. 이 세상에 당신처럼 나를 돌봐줄 사람이 없다. 당신은 정말 책임감 있었고, 아이들을 위해서 최선을 다했어. 당신이 괴롭지 않았으면, 아프지 않았으면 좋겠어. 정말 편안한 곳에 있었으면 좋겠다.

의사 : 죽은 남편이 당신에게 하는 얘기를 들어보세요. 느낄 수 있을 겁니다.

A: 남편이 미안하다 그러는 것 같아요. 모든 게 잘될 거라고 나를 위로하는 것 같아요.

의사 : 왜 그런 식으로 갔냐고 물어보세요. 그가 대답할 겁니다.

A: 정말 도망가고 싶었을 거 같아요.

의사 : 그가 짐이 많았던 모양이죠? 지금은 그 어느 때보다 편안할 것 같아요?

A: 이젠, 모든 게 자유로워졌을 거라고 생각해요.

의사 : 앞으로도 마음 편히 갖고, 정말 건강하고 맑고 깨끗하게 내면을 다져 나가세요. 5)

최면치료 받은 강씨(동국대 강사) 인터뷰

최면치료를 통해 지난 과거의 삶에서 자살한 장면을 본 사람으로, 이미 치료가 끝난 사람을 소개해 달라고 해서 만나게 된 사람이다. 다른 사람들과 마찬가지로 안 좋은 일들이 그에게 있었다. 시험에 계속 떨어졌고, 아버지도 돌아가시고, 남자친구와도 헤어졌다. 실망도 컸고, 그래서 우울증이 왔다. 스트레스도 많이 받았다. 죽는 것 보다 사는 게 힘들다는 고통을 그는 많이 느꼈다. 불안, 초조, 우울한 느낌이 있었다. 한 순간도 편하지 않는 왔다. 죽는다고 편하게 될까, 의문도 그는 지니고 있었다. 그래서 이러지도 못하고 저러지도 못하는 상황을 겪게 되니까, 최면치료를 받게 되었다.

Q. 전생경험에 대해서?

A: 최면상태에서 목을 매서 자살했던 장면이 떠올랐다.

5) 위성방송 MBC넷 '자살, 한국사회를 말하다' 2부작 2011. 6. 21.

Q. 임사체험 때 자신의 죽음에 대해서 느낄 수 있나?

A: 내가 죽었는지 안 죽었는지는 알 수 있다. 죽어있는 모습도 볼 수 있다.

Q. 영혼이 있다고 믿는 편인가?

A: 죽음에 대한 막연한 생각을 가지는 것 보다, 영혼이 있어서 죽음이 다른 세상으로 간다고 생각하는 게 보다 합리적이라고 생각한다. 치료를 통해 영혼이 있다고 생각한다.

Q. 자살을 생각하는 사람들에게 하고 싶은 말은?

A: 자살하고 싶은 사람들은, 마음이 아프기 때문이다. 마음이 아픈 것도 몸이 아픈 것만큼이나 고통스러운 것이다. 꼭 나올 수 있다는 생각을 가졌으면 좋겠다. 나 같은 경우에 우울할 때는 혼자 힘으로 해결해 보려고 책도 읽고, 이것도 해보고 저것도 해봤다. 그런 노력이 자신에게 도움도 별로 되지 않으니까, 주변 사람들에게 도움을 구하는 것이 좋을 것 같다. 병원을 가거나 주위 사람과 얘기를 해서 문제를 해결하려고 하는 것이 좋겠다. 일단 자기가 아프다는 것을 인정해야 한다. 치료를 위해 노력하는 것이 제일 중요하다. 최면치료 통해 느낀 사실이 있다. 지금 삶에서 해결하지 못한 것은 나중에 꼭 책임져야 하기 때문에, 지금의 삶이 끝이 아니기 때문에 다음 삶에서 지금 행동에 대해 책임을 져야한다는 것이다. 더 나은 삶을 살기 위해서 지금 삶을 살고 있는 것이다. 앞으로 더 많은 일들이 남아 있기 때문에 지금 삶이 끝이 아니다, 절대 끝이 아니라고 나는 생각한다. 죽음은 삶의 과정에 있는 것이다. 우리가 이 세상에 온 것은 어떤 목적이 있는 것이다. 우리가 태어난 첫 번째 목적은 영혼의 성숙을 위해 이 삶에 힘든 일을 겪고 있는 것이다. 6)

지금도 가끔은 우울해질 때가 있기는 한데, 예전에는 감당하기 힘든 우울함이었다면, 지금은 감당할 수 있는 정도의 상태라고 그는 답했다.

최면치료 사례자 김씨 인터뷰

또 다른 사례자, 김씨는 현재 전업주부로 종교가 없다. 이공계 엔지니어 직업을 갖고 있었고 이성적이고 과학적인 사고를 중시하는 집안에서 살아온 사람으로, 어릴 때부터 악몽에 시달려서 견딜 수 없었다. 그러한 상황이 고통스러울 정도로 자주 반복되다 보니 이 병원을 찾게 되었다. 세 가지 정도 특정한 유형의 악몽이 반복되는데 하나는 계속 도망 다니는 꿈이고, 또 캄캄한 공간에서 말 할 수 없는 공포를 느끼는 꿈, 마지막으로 몸을 일으키고 싶은데 일으킬 수 없는 꿈이다. 최면치료를 받으면서 이러한 꿈을 꾸는 원인에 대해 알게 되었다. 최근에 그녀는 꿈을 전혀 꾸지 않는다. 더 이상 병원에서 치료받을 필요는 없다고 한다.

6) 위성방송 MBC넷 '자살, 한국사회를 말하다' 2부작 2011. 6. 21.

그녀에 따르면 최면치료를 통해 과거를 보는 패턴이 사람마다 다르다. 어떤 사람은 쉽게 최면에 걸리지만 그녀의 경우는 경계심이 많아서 쉽게 최면에 걸리지 않았다. 치료받기 전부터 꿈을 많이 꾸게 되었다. 그의 최면치료 도구(CD, 책)를 구입해 직접 최면을 시도해 본적이 있었다. 하지만 모두 실패했다. 그러다 최근에 다시 구입하여 시도를 해보았더니 갑작스럽게 과거를 경험했다. 그래서 그녀는 사람들이 이러한 저러한 경험을 통해 과거를 볼 수 있다고 믿는다. 그녀는 전생애 자살을 많이 했다고 말했다. 사람이 자살하는 데는 그럴 만한 이유가 있어서 자살을 하는 것이다. (전생애) 그러한 이유를 해결하지 않고 자살을 해서 현재의 삶에서도 자꾸 자살충동이 생겨나는 것 같다고 말했다. 자기 자신이 해결할 때까지 그러한 이유들은 생겨날 것 같다는 것.

질문: 본인은 왜 자살충동을 자주 느꼈는가?

답변: 나는 전생애 자살을 많이 한 적이 있는 것 같다. 사람이 자살하는 데는 그럴 만한 이유가 있어서 자살을 하는 것이다. (전생애) 그러한 이유를 해결하지 않고 자살을 해서 현재도 자꾸 그러한 이유들이 생겨나는 것 같다. 그 문제가 해결할 때까지 그러한 이유들은 생겨날 것 같다.

질문: 죽음이 끝이 아닌 사실을 믿는가?

답변: 다른 사람에 대한 복수로 자살을 하는 경우도 있다. 가족이 알아주지 않고 세상이 알아주지 않는다는 이유로 자살을 한다. 인생이 괴로우니 죽어서 다른 삶을 사는 게 더 좋다고 착각하는 사람도 있는 것 같다.

질문 : 본인의 전생을 얘기를 듣고 싶은 데 해줄 수 있나?

답변 : 몸을 일으키고 싶었는데 일으킬 수 없는 그런 꿈을 꾸었는데, 한번은 내가 무사의 옷을 입고 있는 것을 보았다. 금속으로 된 짧은 치마를 입고 있는 자신을 발견했다. 장승의 어린 모습도 보았고 친구와 이야기하는 모습도 보았고, 그리고 죽음의 순간도 보았다. 하얀 말을 타고 가고 있었는데 습격을 받았다. 사람들이 저를 등 뒤에서 창으로 찔렀다. 그 때 목이 잘렸다. 그 때 나는 굉장히 억울하고 분했다. 저는 장수로 적과 싸우다가 죽는 것을 용납할 수 있지만, 측근에 의해 비겁하게 아군의 의해 기습을 당한 것에 대해 분노를 느꼈다. 일어나고 싶었지만 목이 잘렸기 때문에 일어날 수가 없었다. 그런데 신기하게도 전생을 본 후 (앞서 말했던) 몸을 일으킬 수 없는 악몽을 더 이상 꾸지 않게 되었다. 사람마다 다르겠지만 전생을 '본다'는 느낌보다는 '바로 자기 자신이 직접 경험한다'는 느낌이 강하다. 나 같은 경우에는 목이 잘릴 때나 칼에 잘려 나갈 때에 고통은 느끼지 못했지만, 억울함이나 분노는 생생히 느낄 수 있었다. 하지만 가끔은 공중에서 제 3자 입장에서 전생을 볼 때도 있었다.

질문 : 사람이 육체만의 존재가 아니라 영혼도 있다는 것을 사실로 알고 있는가?

답변 : (영혼의 존재는) 마음으로 느끼는 것이다. 나는 그것을 마음으로 알고 있기에 충분히

느끼고 있기 때문에 그러한 사실을 의심하지 않는다. 내가 직접 체험하고 느꼈기 때문에 더욱 의심 할 수 없다.

질문 : 사람들이 영혼은 미신이라고 말하는데, 영혼의 존재를 믿지 않는 사람들에게 본인의 전생 체험을 어떻게 설명할 것인가?

답변 : 아직 과학이 더 발전하지 못해서 믿지 않는 것이다. 예를 들어 19세기 사람들도 자신이 첨단 과학문명 속에서 살아가고 있다고 믿었을 것이다. 하지만 그들은 화상전화와 같은 것을 믿지 못했을 것이다. 저는 과학이 덜 발달했기 때문이지, 과학이 더 발달하면 이런 것에 대해서 쉽게 증거가 될 것이라 생각된다.

질문 : 최근에도 악몽을 꾸는가?

답변 : 최근엔 전혀 꾸지 않는다. 제가 말씀드리고 싶은 것은, 최면치료가 굉장히 유용한 치료이고 여러분의 문제를 해결해 줄 수 있는 방법이라는 사실이다. 하지만 자기 자신의 문제를 해결하겠다는 적극적인 의지, 자기 문제에 대해 깊이있게 고민해보는 의지가 중요하다.

질문 : 자살을 생각하는 사람들에게 하고 싶은 말은 무엇인가?

답변 : 사실, 저도 자살충동이나 살인충동을 느낀 적이 있다. 청소년기에 아주 심했다. 공부에 집중해야할 청소년 시기에 그런 충동이 더 심해지는데, 그건 사회 구조적인 문제가 있기 때문이다. 청소년의 억압된 학교생활이 폭력으로 들어난다. 학생들은 성적문제로 비인격적 경험을 겪는 일이 많다. 나도 구타를 경험한 적이 있다. 만우절 날 학생 모두가 선생님한테 간단한 장난을 쳤는데, 수업이 시작되었는데 학생 전부가 모른 척 한다든지 하는 장난, 그 때 나만 교실 밖에서 선생님께 구타를 당했다. 반 친구들은 충격을 받았고, 나는 그 때 나는 공부를 아주 잘 하는 학생이었는데, 엄청난 수치심과 분노를 느꼈다. 이 사실은 친구들에게도 말하지 않았는데, 사실 그 선생에게 2학년 때 성희롱을 당했다. 선생님이 갑자기 어깨에 손을 얹고 이상한 분위기로 인해 나는 도망갔다. 이 일로 인해 나도 불쾌했지만, 그 선생님도 날 안 좋게 보았다. 그 때부터 그 선생님에게 이유 없는 구타를 당해왔다. 청소년들은 인생의 경험이 부족하기 때문에, 저처럼 공부를 잘 하는 학생도 이성적으로 대체할 수가 없었다. 그러한 불쾌한 일을 당하면 청소년들은 살인 충동을 느낀다. 그것이 발전해서 자신의 삶도 끝내고 싶다는 자살충동에 도달하게 된다. 자살을 실행하지 않은 이유는 이제 7)와서 생각해 보면, 사실 또 다른 전생에서 나는 성적수치심을 느끼고 자살한 적이 있기 때문이 아닌가 한다. 그러한 이유로 자살하면 안 된다는 생각을 했는지도 모르겠다. 하지만 그 때 당시에는 정말 죽고 싶을 만큼 고통스러웠다. 지금 생각해보니, 그러한 사람들 때문에 자신의 인생을 망칠 필요가 있는지 다시 생각했다. 그 사람 때문에 내 인생을 아무렇게나 내팽개치는 게 의미가 있겠는가도 고민했다.

질문 : 아까 말한 전생과는 다른 이야기인데 또 다른 전생을 경험했는가?

7) 위성방송 MBC넷 '자살, 한국사회를 말하다' 2부작 2011. 6. 21.

답변 : 제가 경험한 바로는 사람마다 여러 가지 전생이 있다. 나는 무사로써 살해당했을 땐 일본인 남자였고, 마을사람들한테 성적인 폭행을 당했을 땐 한국인 여성이었다. 나는 여러 가지 전생을 보아왔다. 너무 많고 사생활이라서 일일이 말할 수 없다. 김영우 박사를 처음 만나서 최면을 경험했을 때는 프랑스 여성이었다. 주로 여성이었을 때를 경험했다가, 내 자신이 현재 과학으로써 증명되지 못한 전생까지 믿게 되면서 마음이 보다 열리면서 믿게 되면서 남성의 전생도 경험하게 되었다.