

행화주의 마음치유: 시론*

이기흥**

주제분류 인지과학, 심리치료

주요어 행화주의, 체화인지, 바렐라, 오토포이에시스, 치유

요약문

오늘날 실천적으로는 삶의 질, 행복, 힐링 등이 화두고 그리고 이론적으로는 마음을 다양한 방식으로 이해하고 드러내고 변화시키는 방법이 화두다. 후자와 관련해서는 전일주의적 시각이 형성되면서, 마음 개념의 외연이 몸, 마음, 행위, 환경, 영성 등, 여러 방향으로 확장되고 있으며 그리고 그에 따라 마음의 변화나 조작 가능성 또한 다방면에서 타진되고 있다. 이 와중에 인문치유, 종교치유, 영성치유 등의 대두가 두드러진다.

저러한 흐름이 심리학계에서는 ‘인지행동치료 제3 흐름’이라는 개념 틀 안에서 논의되고는 있다. 하지만 그러한 명명법을 통해서 현대적 마음연구의 흐름이 제대로 포착될 수 있는지는 의문이다. 필자는 그보다는 ‘행화주의 마음치유’라는 개념이 더욱 적합하다고 보고, ‘행화주의’를 자가생산 체계론, 현상학, 체화인지, 확장인지 등과의 관계에서 밝히고자 하였고 그리고 마음, 마음병, 마음치유를 몸-마음-환경/타자-메타활동 등의 복합적인 구조적 접촉의 측면에서 설명할 수 있음을 보이고자 하였다.

행화주의의 마음치유는 마음병을 상향식만이 아니라 하향식으로도 분석, 진단, 치유하고자 한다. 달리 말해, 행화주의 마음치유는 기존의 분석주의적, 환원주의적, 자연(과학)주의적 접근법에 대해 전일론적, 문화주의적, 인문치료적 대안을 상대적으로 더 선호한다. 필자는 이러한 측면들을 조현병, 자폐, 중독 등의 경험적 사례들에 비추어 설명하면서 행화주의 마음치유의 정체성을 제한적이나마 경험적 측면에서도 보강하고자 하였다.

* 이 논문은 2014년도 정부재원(교육과학기술부 학술조성사업비)으로 한국연구재단의 지원을 받아 연구되었음(2014-S1A5A2A03-066121).

** 원광대학교

1. 들어가기

존음을 다투어가며 창조되고 업데이트 되는 현대 과학기술, 지구촌이 비좁을 정도로 가상공간까지 창출해가며 번식하는 자본주의 물질문명, 일신우일신(日新又日新) 새로워지는 정보기술에 기반한 광속도의 접속과 연결 혹은 소통과 교류, 그리고 상호 다투아하면서 갱신하는 소비와 생산의 유행, 이 와중에서 가해지는 적응의 압박 그리고 그에 대한 반응으로서의 무한경쟁과 약육강식의 승패 그리고 대를 잇는 신분의 고착. 이런 인간 삶의 이면, 인간 마음의 안쪽에서 축적되는 긴장과 내파의 징후로서의 스트레스, 정신질환, 우울 그리고 피부 밖으로 터져 나오는 분노, 폭력, 살인, 자살 등등. 현대사회, 현대인의 한 자화상이다.

인간의 삶과 내면이 피폐해져 갈수록 그에 대한 (자기)구제담론이나 운동도 무성해지기 마련이다. 삶의 현장에서 울려 퍼지는 웰빙, 행복, 힐링, 슬로우 라이프, 슬로우 푸드(slow food), 생태운동 등만 그런 것이 아니라, 마음건강과 관련한 담론과 실천에서도 마찬가지여서, 거기에서는 기존의 정신의학이나 심리학만이 아니라, 인문학, 종교 등도 마음치유의 실천에 새롭게 가담하고 있다. 근래에는 특히 철학치유, 인문치유, 종교치유, 영성심리학이나 초월심리학, 명상심리학 등의 약진이 괄목할 만하다.

마음치유의 문제는 오늘날 몸, 마음(지·정·의), 행위, 환경, 영성 등 여러 측면에서 다루어진다. 즉 마음현상이나 정신/심리문제와 관련해서 설명대상(explandum)에 대한 설명항(explanans)이 매우 다채롭고 광범위해지고 있는 것이 한 두드러진 특징이다. 이러한 경향은 현재 심리학계에서는 ‘인지행동치료 제3 흐름’이라는 이름으로 명명되기도 하지만,¹⁾ 사람

1) 이에 대해서는 이기홍, 「인지행동치료 제3 흐름의 철학사상적 특성 고찰」, 『대동철학』 제 75집, 2016, 참조.

들이 이 명칭을 가지고 과연 해당 흐름의 특징을 제대로 포착할 수 있는지는 의문이다. 좀더 나은 명칭을 부여하기 위해서는 인지과학에서 관철되고 있는 사상적 흐름을 고려하는 것이 더 나아 보인다는 것이 필자의 생각이다. 이의 배경에서 필자는 최근에 인지과학(그리고 다른 여타)의 영역에서 대두하고 있는 ‘행화주의’(enactivism)에 주목하고자 한다. 그리고 나서 그 사상을 오늘날 진행되고 있는 정신치료 내지 마음치유의 주제 영역에 적용해 ‘행화주의 마음치유론’(enactive therapy of mind)의 개념적 열개를 제시하고자 한다.

논의는 다음과 같은 순서로 전개된다. 필자는 우선 최근에 등장하고 있는 ‘행화주의’ 인지과학의 핵심 아이디어를 필자의 시각에서 재구성해 소개한다. 물론 한국에서는 ‘행화주의’(enactivism; enactive approach)가 무엇인지에 대한 개념적 합의조차 아직 제대로 이뤄지지 않은 상태인데다가, 해당 용어인 ‘enactive’에 대한 번역어조차 일괄적이지 못하고 여러 용어들이 난무하고 있는 실정이다.²⁾ 그만큼 행화주의에 대한 논의가 학술적으로는 초보적인 수준에 머물러 있다는 얘기일 것이다. 사정이 그렇기는 하지만 필자는 행화주의의 철학사상적 이념을 규정하는 일이 ‘enactivism’이라는 용어의 한국어 번역문제와도 긴밀하게 연결되어 있다는 생각 하에, ‘enactivism’에 대한 한국어 번역어를 제시하는 일과 연동해서 행화주의의 정체성을 규정하는 작업을 시도해 보도록 하겠다.

본 글의 최종 목적은 행화주의의 개념 규정을 너머 행화주의 정신치료 내지 마음치유의 개념을, 시론적인 수준에서나마, 제시하는 데 있다. 현재 상태에서 행화주의 정신치료나 마음치유라는 영역이 따로 정립되어 존재하고 있는 것은 아니지만, 그럼에도 불구하고 그러한 식의 명칭을

2) 배문정(「Enactivism을 Enact하기: 번역의 문제를 중심으로」, 『인지과학』 제 25권 제4호, 2014)에 의하면, 국내에서 ‘enact’ 혹은 그와 관련된 영어단어들은 ‘발제’, ‘구성’, ‘행위화’, ‘실행’, ‘수행’, ‘작동’ 등 다양하게 번역되고 있다. 그 외에 ‘제정’, ‘생성’, ‘산출’, ‘창출’, ‘제작’ 등의 의미로 사용되고 있다고 한다.

부여받을 만한 몇몇 논의들이 산재해 있다는 것이 필자의 판단이다. 이는 특히 정신의학 분야에서 그러한데, 가령 조현병, 자폐, 중독 등에 대한 기존과는 다른 대안적인 해석들에서 그러하다. 현재로선 자료가 풍부한 것도 아닌데다가, 본고의 주목적이 행화주의 마음치유론을 경험적으로 논증하는 자리도 아니어서, 저러한 자료들만 가지고도 행화주의 마음치유론의 (경험)이론적 가능성을 예시적으로 보이는 데는 크게 부족함이 없을 것으로 본다. 논의의 주안점은 행화주의 마음치유론의 개념적 열개를 제시하는 데 두겠다.

2. ‘행화주의’란?

‘행화주의’(enactivism; 行化主義). 한국에서 이 명칭은 비교적 낯설다. 이 용어가 국내 해당 분야의 학자들 사이에서조차 아직 공인된 용어가 아닐 뿐더러, 그 단어의 영어명인 ‘enactivism’이라는 용어 자체가 서구에서도 비교적 최근에 형성되어 사용되기 시작했기 때문이다. 본고에서 필자는 ‘enact’, ‘enactment’, ‘enactive’, ‘enactivism’ 등의 용어들에 대한 번역문제 자체를 가지고 치밀한 논증이나 논쟁을 벌이고 싶지는 않다. 다만 필자는 그 용어에 반영되어 있는 ‘행위하다’(en-act)의 의미와 ‘제정하다’, ‘산출하다’(bring forth) 등의 의미를 종합해 ‘주어진 대상, 사태, 세계, 자신 등을 행위를 통해 특정의 방식으로 변화시켜 세상에 (내외적으로) 변화를 초래하다’라는 의미로, 혹은 좀더 간단하게는 ‘행위를 통해 변화시키다 혹은 변화를 가하다’라는 정도의 의미로³⁾ 축약함과 동시에

3) 이를 ‘행위화’의 약자로 사용하는 경우도 있지만(가령 이영의, 「체화된 인지의 개념 지도: 두뇌의 경계를 넘어서」, 『Trans-Humanities』 제 8권 제2호, 2015, 참조), 필자의 생각으로는 이 용어를 여기에서 제안된 의미로 사용할 때, 그 용어의 사용맥락이 좀더 충실하게 반영될 수 있을 것으로 본다.

그에 해당하는 한국어 번역어로 ‘행화하다’(enact), ‘행화’(enactment), ‘행화(주의)적’(enactive), ‘행화주의’(enactivism) 등을 제안하고자 한다.

‘행화(적)’(enaction, enactive)라는 용어 자체는 바텔라가 자신의 스승이자 동료인 마투라나와 함께 저술한 Maturana and Varela⁴⁾에서 지식의 행위적 성격(“knowing is doing”) 및 구성적 제정(bring forth: “what is known is brought forth.”)의 성격을 나타내기 위해 처음으로 사용한 개념으로 알려져 있다. 그리고 그것이 본격적으로 사용되기 시작한 것은 Varela, Thompson, Rosch⁵⁾에 와서인데, 여기서 그것은 “인지에 대한 행화주의적 접근”(‘enactive approach to cognition’)이라는 제하에 인지의 문제를 다루는 일종의 철학적 입장을 나타내는 용어로 사용되기 시작했다. 그러면 행화주의는 어떤 입장을 견지하고 있는가?

행화주의는 영미권 분석철학적 전통에서 나온 인지과학인 계산주의(computationalism) 인지과학에 대한 대안으로 유럽대륙 전통에서 나온 현상학적 철학사상과 친화적이다. 현상학적 사상의 형성에는 다른 누구보다도 후설, 하이데거, 메를로-퐁티 등이 기여한 것으로 여겨지곤 한다.⁶⁾

4) Maturana & Varela, *Der Baum der Erkenntnis*, 1987, 『삶의 나무』, 최호영 옮김, 갈무리, 2007, 287쪽 참조. 번역자는 ‘enactive’를, 필자와는 다르게, ‘제정적’으로 번역하고 있다.

5) Varela, F., Thompson, E., & Rosch, E., *The embodied mind: Cognitive science and human experience*, Cambridge, MA: MIT Press, 1991, 『몸의 인지과학』, 석봉래 옮김, 김영사, 2013.

6) Jaspers도 환자의 정신상태의 연구에 현상학적 방법을 적용하였다(Jaspers, K., *General Psychopathology*, Baltimore and London, Johns Hopkins University Press, 1913/1997). 이후 빈스방어(Binswanger), 민코브스키(Minkowski), 스트라우스(Straus) 등이 이 방법을 적용하였다. 이에 대한 역사적 조망을 위해서는 Spiegelberg, H., *Phenomenology in Psychology and Psychiatry: a Historical Introduction*, Evanston: Northwestern University Press, 1972, 참조. 그리고 최근에는 Gallagher, S., *How the body shapes the mind*, Oxford: Clarendon, 2005, Mullen, P. E., “A modest proposal for another phenomenological approach to psychopathology”, in: *Schizophrenia Bulletin*, 33: 113-121쪽, 2007 그리고 Sass, L. A., Parnas J., and Zahavi, D., “Phenomenological psychopathology and

그리고 또 20세기 중반 당시만 해도 분석철학 일변도의 철학정신에 기반한 인지과학에 저러한 현상학적 아이디어를 도입해 인지과학에 새로운 사상적 지류를 형성하는 데 기여했던 Dreyfus⁷⁾와 그리고 ‘행위유발/행위 유도성/어포던스’(affordance) 개념에 기반한 생태심리학을 제시했던 Gibson⁸⁾, 인지에 있어 환경이 하는 역할의 중요성을 ‘역동성’의 개념에 녹여 새로운 형태의 발달심리학이론을 창안했던 Thelen & Smith⁹⁾ 또한 저러한 행화주의 인지과학의 태동에 기여한 인물로 꼽힐 수 있다. 그리고 근래에는 Gallagher¹⁰⁾의 기여도 괄목할만하다.

그러나 행화주의의 태동에 다른 어느 누구보다 커다란 독창적인 기여를 했던 이는, ‘행화주의’라는 용어가 처음으로 등장했던 책의 공저자 중 한 명이었던 F. 바렐라 자신이었다. 사실 행화주의 아이디어의 기본 골격의 주요 부분이, 필자가 보기에, 행화주의의 아이디어가 제시되기 이전에 발표되었던 ‘자가생산체계론’(theory of autopoietic system)에 상당 부분 선취되어 있는 것으로 보인다. ‘행화주의’의 핵심 아이디어를 추적하기 위해서는 그래서 자가생산이론의 열개를 먼저 살펴보는 것이 도움이 될 수 있을 것으로 보인다. 다만 앞서 언급했던 현상학적 이념이 추가로 부연설명 될 수 있을 때, 행화주의의 기본 아이디어가 좀더 선명하게 드러날 수 있을 것으로 보여지는 만큼, 자가생산체계론과의 관계에서 현상학의 몇몇 핵심적인 아이디어도 함께 언급해 보기로 한다.

schizophrenia: contemporary approaches and misunderstandings”, in: *Philosophy, Psychiatry, & Psychology* 18: 1-23쪽, 2011, 등이 이를 선호하고 있다.

7) Dreyfus, H. L., *What Computers Can't Do: a Critique of Artificial Reason*, New York: Harper and Row, 1972.

8) Gibson, J. J., “The Theory of Affordances”, in: R. Shaw and J. Bransford (Ed.), *Perceiving, Acting, and Knowing*, Lawrence Erlbaum, 67-82쪽, 1979.

9) Thelen, E., and Smith, L. B., *A Dynamic Systems Approach to the Development of Cognition and Action*, Cambridge, MA: MIT Press, 1994.

10) Gallagher, op. cit.

1) 자가생산체계론과 현상학과의 관계에서

‘행화주의’의 아이디어는 기본적으로 “인지 혹은 마음(작용) = 행위 혹은 삶(혹은 생명)”이라는 입장을 가지고 출발한다. 그러다보니 인지나 마음의 문제를 다루는데 있어서 삶 내지 생명작용을 다루지 않을 수가 없다. 특히 마투라나와 바렐라는 인지시스템을 모델링하기 위해 살아있는 생명시스템의 특징을 연구했던 생물학자들이었다. 그들에게 있어 살아있는 생명이 있는 시스템과 그렇지 못한 시스템을 구별하는 기준으로는 “자가생산”(autopoiesis)이라는 개념이 사용되었다. ‘auto(self)’와 ‘poiesis (creation, production)’로 이루어진 ‘autopoiesis’라는 단어가 의미하는 것처럼, ‘자가생산체계’란 자신을 구성하는 요소들을 자기 스스로 직접 생산해 내는 시스템을 말한다. 자가생산체계의 좀더 상세한 정의를 마투라나와 바렐라는 다음과 같이, 유기체를 기계의 일종으로 상정하는 가운데, 제시한다.

자가생산기계(autopoietic machine)란 자신의 구성요소들을 생산(변형 및 파괴)하는 프로세스의 네트워크로 조직된 (하나의 통일적인 단일체로 정의된) 기계로서, 그 구성요소들은 (i) 자신들의 상호작용과 변형을 통해 자신을 구성하는 요소들을 생산하는 프로세스(관계들)의 네트워크를 지속적으로 재생하고 실현하며 그리고 또 (ii) 그것(기계)을 그것들(기계의 구성요소들)이 존재하는 공간에서 하나의 구체적인 단일체로 구성하는데, 그 기계는 자신이 실현되는 위상적 영역을 하나의 네트워크로 명시해줌으로써 그렇게 한다.¹¹⁾

모든 시스템은 뭔가를 결과로 생산해낸다. 자가생산계 역시 예외가 아니다. 하지만 자가생산계가 생산하는 그 뭔가는 특별하다. 자가생산계에

11) Maturana, U., and Varela, F., “Autopoiesis and Cognition: The Realization of the Living”, in: *Boston Studies in the Philosophy of Science*, vol.42. Dordrecht: D. Reidel, 1980, 78-79쪽, 필자의 번역.

서 특징적인 것은, 그 시스템이 생산하는 결과물이 다른 아닌, 자기 자신을 구성하는 요소들이라는 점이다. 시스템은 일반적으로 자신을 구성하는 요소들을 갖추고 있는데, 그것들이 서로 상호작용해 특정의 결과들을 생산해낸다. 그런데 시스템의 구성요소들이 상호작용의 과정을 밟으면서 뭔가를 생산해낼 때, 그 구성요소들은 다른 한편으로는 변이를 겪거나 소모되기에 그것의 별충을 위해 재생이 필요하다. 그래서 해당 시스템의 입장에서는 지속적인 생존을 위해서는 자신의 구성요소들을 재생하지 않을 수 없다. 즉 자기가 필요로 하는 구성요소를 자기 스스로 생산하는 시스템이 ‘자가생산체계’(autopoietic system)인 것이다.

그런데 자가생산체계가 자가생산을 할 수 있으려면, 마치 동물들이 자신의 생명을 유지하기 위해 자연에서 먹이를 구하는 활동을 하는 것처럼, 자신의 환경과 그 어떤 방식으로든 교류하거나 상호작용할 수 있어야만 할 것이다. 마투라나와 바렐라는 이를 ‘구조적 접속/결합’(structural coupling; 이하 ‘구조적 접속’으로 통일)이라는 개념으로 설명한다. 마치 한 쌍의 댄서가 함께 호흡을 맞춰 조화롭게 춤을 출 때가 그렇듯이, 유기체와 환경이 서로 조화롭게 상호작용할 때, 둘은 구조적으로 서로 잘 접속된다. 그런데 이때의 상호작용은 일방통행 식, 인과적인 성격의 것이 아니라, 환경요소와 시스템 자체의 내적 특성 모두에 영향을 받는 중층적인 상호작용이다. 자가생산체계론의 표현법을 사용해 말하자면, 시스템은 자기관계에 기반해서 외부환경을 대한다. 즉 자기관계(self-reference)¹²⁾에 기반해 타자관계(other-reference)를 실천한다. 이 경우 환경자극들이 유기체에게 미치는 영향은 직접적이고 인과적인 영향보다는 간접적인 영향만 행

12) 여기서 ‘자기관계’라는 표현 대신 흔히 사용되는 ‘자기지시’라는 표현을 고려해 볼 수도 있겠으나, 자기 자신과 비개념적인 성질의 관계를 갖는 것을 의미하는 전자와 달리, 후자는 개념적인 성질의 지시관계를 표현하는 의미가 강해, 여기서 설명하고자 하는 시스템의 행동 특성을 기술하는 데 적합해 보이지 않아 필자는 후자가 아닌 전자의 표현을 사용한다.

사할 수 있을 뿐이다. 그것은 거의 교란(perturbation) 혹은 잡음(noise)의 일종이다.

이쯤에서 자가생산체계의 특성을 간략히 정리해 보도록 하자. 자가생산체계는 우선 자율적이다. 그것은 다른 무엇보다도 자기 자신의 힘으로 스스로 작동한다. 그리고 또 자신이 필요로 하는 것을 자기 스스로 공급하는 자급자족체계의 일종이다. 즉 시스템의 유지 및 재생산에 필요한 조작들은 해당 시스템 내부에서 모두 진행된다. 이러한 의미에서 해당 시스템은 조작적으로 폐쇄된(operationally closed) 시스템이다. 다만 시스템이 성취해 내는 것은 시스템 혼자서 만들어내는 성취가 아니라, 환경과의 접촉을 통해서 만들어내는 성취다. 이러한 의미에서 시스템은 구조적으로는 환경으로 열려져 있는 시스템이다. 그리고 시스템과 환경 혹은 또 다른 시스템과의 상호작용은 자기관계에 기반한 타자관계로 특징지어진다. 저러한 특성이 자가생산체계의 일차적인 특성인 동안, 자가생산체계는 보통 저러한 특성을 갖는 시스템이 해당 시스템 내외 하위 혹은 상위단위에서 중층적으로 연결되어 있다. 이러한 복잡한 시스템이 미시적, 거시적 차원에서 서로 정합적으로 자가생산하게 되면, 해당 시스템은 생명을 지속적으로 유지, 재생해 나갈 수 있게 된다.

상기한 것과 같은 자가생산체계론은 원래 생명 현상을 이해하는 생물학적 성격의 이론으로 개발된 것이었다. 하지만 자가생산체계론은, 이것이 원래 마투라나나 바렐라 자신의 입장은 아니었을지라도, 살아있는 생물의 생명 현상을 설명하는 수준을 넘어 다른 비생물학적 영역으로까지 확대 적용되기에 이른다. 이른바 급진적 구성주의(radical constructivism)라고 하는 철학적 입장을 공유하는 일군의 학자들은 자가생산체계론을 생물학 밖의 여러 분야들에다 다방면으로 적용하는 시도를 전개하였다. 그것은 가령 커뮤니케이션 같은 사회적 과정을 설명하는 데 적용되기도 하였고, 교육(학습)현상을 설명하는 데 적용되기도 하였으며, 신경망이나 복잡계의 설명 등에도 적용되기도 하였다. 이러한 시도들에서 찾아볼 수

있는 공통점이 있다면 그것은 자가생산체계의 자가생존적 측면에 초점을 맞추고는, 특정의 체계가 와해되지 않고 자신의 ‘생명’을 존속해 나가는 현상에 초점을 맞추고 있다는 점이다. 거기서 자가생산체계가 물질적 시스템이나 추상적 시스템이냐는 하등 중요하지 않다. 그래서 또한 그 이론이 다방면에 적용될 수 있었던 것이다.

행화주의 인지과학 역시 자가생산체계론이 인지/마음작용의 설명에 유용하게 적용될 수 있다고 본다. 하지만 자가생산체계의 구조 및 작동 논리에 대한 이해만으로는 행화주의 마음이론의 핵심을 온전히 잡아챌 수가 없다는 것이 필자의 생각이다. 행화주의 인지과학에는 그 외에도 현상학적 아이디어가 채용되어 사용되고 있기 때문이다. 둘의 관계는 뼈와 살의 관계로 이해해 볼 수 있다. 즉 자가생산체계의 논리가 행화주의(인지과학)의 논리적 뼈대를 형성하고 있다면, 현상학적 행화주의는 그것의 내적 측면, 즉 살을 이루고 있다고 할 수 있다. 이 관계를 이해하기 위해 먼저 현상학에 대해 간단한 해설을 덧붙여 보기로 한다.

유럽대륙, 특히 독일어권에서 태동한 현상학은 고대로, 3인칭 관찰자 시각을 선호하는 영미권의 분석철학과 달리, 1인칭 당사자 혹은 참여자 시각을 강조해 온 철학적 입장이다. 그래서 현상학에서 말하는 ‘현상’이란 객관적 시각에서 지칭되는 현상이 아니라, 인간의 체험, 경험, 활동 속에서 드러나는 (체험 속에 구성된) 현상으로 이해되거나 혹은 그러한 식으로 해석된다. 다만 체험이나 ‘현상’이 어느 차원에서 얘기되는 것이냐에 따라서 서로 다른 종류의 현상학이 개발되어 나왔다. 현상학을 창시했던 (전기) 후설은 체험이 일어나거나 현상의 구성과정이 정신적 의식의 영역에서 진행되는 것으로 이해하고는 ‘의식-현상학’을 개진한 바 있다. 하지만 현상이 구성되는 차원은 그 이후 하이데거, 메를로-퐁티, 하버마스 등을 거치면서 점차 의식 이외 혹은 너머의 영역, 가령 몸, 실천, 생활세계 등으로 이동 혹은 바뀌면서, 현상학은 점차 내재주의적 형태의 현상학(혹은 미시현상학)에서 외재주의적 형태의 현상학(혹은 거시현상학)

으로 변모하게 된다. 필자가 이해하는 바로는 행화주의와 밀접하게 관련이 있는 현상학이 바로 이러한 외재주의적 형태의 현상학이다.

그런데 외재주의적 형태의 현상학이 행화주의와 어떻게 연관하고 있는 것인가? 우선 위에 언급한 외재주의적 현상학의 이념을 따라, 좀더 수월한 이해를 위해서, 일상 삶의 과정에 참여해 있는 우리 자신을 한번 고려해 논의를 진행해 보자. 통상적으로 사람들은 삶의 내밀한 과정에 참여해 다양한 활동들을 벌인다. 이때 우리들은 암묵적이든 명시적이든 특정한 삶의 목표나 이상을 미시적 및 거시적 수준에서 세우고는 그 배경에서 한편으로는 우리 주변의 모든 것들에 대해 그리고 다른 한편으로는 우리 자신들이 개인적으로 혹은 타인들과 함께 실천하는 다양한 활동들과 관련해서 의미로운 것과 의미롭지 않은 것들을 구분한다. 그리고 마음과 몸 혹은 도구들을 사용해 놀이를 하고 노동을 하고 그리고 그 결과를 소기의 목적이나 이상에 비추어 즐기거나 평가하는 등의 활동들을 다양한 기회에서 벌인다. 상기한 실존과정 속에서 인간과 세계는 다양한 방식으로 서로 얽혀 상호작용한다. 사람들은 의미를 창출해내고, 생각을 하고, 몸을 움직여 행동하고, 주변의 다양한 환경들과 상호작용한다.

바로 이 지점에서 우리는 자가생산체계론을 불러들일 수 있다. 상기한 과정들을 자가생산체계론의 구조에다 비교해 볼 수 있기 때문이다. 우리 자신이 펼치는 삶의 과정들 자체를 우리는 한번 자가생산체계의 일종으로 여겨볼 수 있다. 그리고 그 체계의 구성요소들로는 ‘나’, 타자, 환경 등이 있고 그리고 좀더 세분하면, 마음, 몸 그리고 그 수준에서의 세분된 환경요소들이 있다. 각 개체들은 자신의 환경과 구조적 접촉을 하고 그리고 이 과정은 다양한 차원에서 진행된다. 가령 나는 타자와, 나의 마음은 나의 몸과 그리고 내 몸은 다시 내 몸의 환경과 구조적 접촉을 한다. 이 구조적 접촉은 자기에 기반한 타자와의 관계로서 나와 타자는 서로 간접적인 영향을 미치고 그리고 다시 이를 계기로 해서 자신의 구조를 재조절한다. 그리고 이 모든 과정을 우리는 당사자로서 체험할 수도 있

지만, 또한 제3자로서 관찰할 수도 있다. 가령 체험하는 나를 타자가 관찰할 수 있는 것처럼, 나 자신 스스로 관찰할 수 있고(자기성찰의 경우), 체험하는 타자를 내가 관찰할 수 있는 것처럼, 타자 자신도 관찰할 수 있다. 이러한 시선의 교차를 통해 나는 나 자신 및 타자와 타자는 자기 자신 및 또 다른 타자와 구조적으로 접속하는 가운데 일종의 자가생산의 활동을 실행한다.

이렇게 삶의 (참여자의 시각에서 볼 수 있는) 안쪽 측면의 얘기를 현상학이 기술해 줄 수 있다면, 그것의 (관찰자의 시각에서 볼 수 있는) 바깥쪽 측면의 얘기는 자가생산체계론의 언어로 설명될 수 있다. 유기체와 환경의 구조적 접속의 결과로 유기체가 재생산된다는 자가생산체계론의 논리(혹은 형식) 그리고 인간 실존의 내적 측면에 대한 충실한 묘사(내용), 행화주의는 바로 이 둘의 종합, 즉 두 이론의 구조적 접속의 결과물이라고 할 수 있다.

2) 행화주의의 주요 테제들과의 관계에서

앞서 밝힌 것처럼, 행화주의가 이해하는 인지 혹은 마음작용은 우선 개인의 내적 세계에서 혹은 두뇌 안에서 벌어지는 미시적인 현상 내지 과정이 아니다. 행화주의자들은 그것을 개인의 경계 혹은 두개골의 경계 너머 저 밖 실존의 영역에서, 즉 두뇌, 몸, 환경(타자 포함)에 두루 분산되어 진행되는 현상으로 이해한다.¹³⁾ 즉 두뇌, 몸, 환경이 서로 유기적으로 접속해 인지를 산출해낸다. 이를 좀더 세분해서 논의하자면, 한편으로는 지각-운동 연결(sensor-motor loop) 그리고 다른 하나는 유기체/개체-환경 연결(organism-environment loop)이 구분될 수 있다.¹⁴⁾ 먼저 지각-운

13) Röhricht, F., Gallagher, S., Geuter, U., Hutto, D., “Embodied cognition and body psychotherapy: The construction of new therapeutic environments”, in: *Sensoria: A Journal of Mind, Brain & Culture* 56: 11-20쪽, 2014, 13쪽.

14) Torrance, S. and Froese, T. (“An Inter-Enactive Approach to Agency: Participatory

동 연결부터 살펴보자.

행화주의자들은 두뇌가 몸과 연결되어 있고 그리고 이에 따라 또한 인지가 행동과 하나의 통일적인 단위로 작동한다고 생각한다. 그런데 이때 말하는 ‘연결’(혹은 접속)은 그냥 단순히 물리적으로 연결되어 있다는 것을 의미하지 않는다. 그러한 의미에서의 연결이라면 인지론적으로 특별한 의미를 갖지 못할 것이다. 그것이 특별한 의미를 갖는 것은, 그 둘이 순차적인 직렬연결이 아닌 동시적인 병렬연결이라는 사실에 있다. 행화주의자들은 인지와 행위/운동 간에 아무 조건 없이 우선순위를 상정하지 않는다. 상황에 따라서 그것들의 상호작용은 순방향일 수도 있고, 역방향일 수도 있고, 동시적 과정일 수도 있다. 행화주의자들은 그 둘의 동시다발적 작용을 중시한다. 이는 가령 어떤 사물을 지각한다는 것은 그것을 (사지를 사용해) 다룰 줄 안다는 것을 함축한다는 것에서 드러난다. 달리 말해, 행화주의자들은 대상을 인지한다는 것이 몸을 갖는 것에 상당한 정도로 의존해 있는 것으로 본다. 이 말은 지각은 행위를 위한 것이거나 혹은 그와는 반대로 신체운동, 자세, 표현, 몸짓 등으로부터 영향을 받는다는 말과 다르지 않다.¹⁵⁾

삶이 지각-운동 연결 하에 진행되는 동안, 삶은 또한 인간 개체와 환

Sense-Making, Dynamics, and Sociality”, in: *Human Mente* 15: 21-53쪽, 2011.)도 인지행위체를 다음과 같이 다섯 가지로 특징짓는다. 1. 생물학적으로 자율적이거나 자가생산적이다. 시스템의 구조 및 행동은 그것을 구성하는 다양한 구성요소들 간의 상호적인 영향들로부터 나온다(자기조직(self-organization)을 통한 자기규정(self-determining). 2. 외부세계에 대한 업데이트된 내적 재현을 통해서 행동하기 보다는 오히려 자기 자신에 기반해서 중요하거나 의미 있는 것을 산출한다. 3. 환경과의 역동적인 접속을 통해서 의미를 산출한다. 4. 유기체는 자신에 의해 행화된 세계와 상호 공동결정을 통해서 의미의 세계를 산출한다(‘enact’ 혹은 ‘bring forth’). 5. 몸을 사용하는 세계참여를 통해 체험적인 자각에 이른다.

- 15) Held, R. and Hein, A. (“Movement-produced stimulation in the development of visually guided behavior”, in: *J Comp Physiol Psychol* 56: 872-876쪽, 1963.)은 새로 태어난 고양이 새끼들이 직접 자기 발로 돌아다니지 않고 수레에 태워져 돌아다니게 되면 공간지각이 발달하지 않는다는 보고를 한 적이 있다.

경과의 연결 하에 진행된다. 사실 인간 삶의 현실을 살펴보면, 인간은 세계 밖에 존재하는 것이 아니라, 혹은 세계 밖에서 세계를 관찰하는 자가 아니라, 늘 세계 내에서 세계와 함께 존재한다. 그래서 인간은 환경과 함께 할 수밖에 없는 운명을 지니고 있다. (자연)환경과의 연결에서 특히 신체가 하는 역할이 크다. 신체는 종종 두뇌작용을 거치지 않고 환경과 직접 (소)통하는 경향이 있다. 달리 말해, 환경세계에 있는 대상이 굳이 인지적으로 재현되어 인코딩(incoding)과 디코딩(decoding) 과정을 거쳐 운동기관으로 이어지는 ‘긴’ 과정을 거칠 필요 없이, 신체가 그것을 ‘직접’ 자신의 방식으로 처리해 나갈 수 있다. 가령 근접한 거리에 망치가 놓여 있거나, 컴퓨터 자판이 놓여 있으면, 사람들은 이를 굳이 심적으로 표상 내지 재현하지 않고도, 그것을 직접 손으로 움켜쥐거나 조작할 수 있다.¹⁶⁾ 즉 사람은 몸을 가지고 환경과 직접 소통할 수 있는 것이다.

두뇌, 몸, 환경이 서로 연결되어 상호작용할 때, 그 상호작용은, 행화주의자들이 보기에는, 일방통행식 방식이기보다는 다이내믹하게 상호작용하는 병렬적인 형태의 접속이다. 이는 이미 앞서 ‘구조적 접속’이라는 용어로 설명된 바 있다. 구조적 접속이라 함은, 앞서 이미 자가생산체계론에서 언급된 것처럼, 자기관계에 기반한 타자관계라는 이중적인 관계에 기반해 있는 상호작용의 일종이다. 이는 유기체가 자신의 생물학적, 신체운동적 조건에 기반해서 대상 혹은 환경과 연결된다는 것, 유기체가 자신의 내재적 구조에 기반해서 환경을 선택적으로 의미화 한다 (sense-making)는 것을 말한다. 이때 유기체의 지각 및 운동 관련 신체적 조건들은 한편으로는 지각에 영향을 미칠 수 있고 그리고 다른 한편으로

16) 이러한 경우들에서 사람들은 이미 손을 사용할 준비가 되어 있을 것이다. 그래서 하이데거는 이러한 사태관계를 지칭하기 위해 ‘ready to hand’(Zuhandensein)라는 표현을 사용한다. 이 표현은 ‘present at hand’(Vorhandensein)와 대별된다. 이를 볼 때, 하이데거에게서도 이미 지각-운동 접속이라는 아이디어가 개진되고 있었다고 할 수 있다.

는 환경을 다루는 방식이나 환경구성의 방식에 영향을 미칠 수 있다. 이러한 의미에서 ‘체화’는 다차원적인 의미화의 기반이 된다.¹⁷⁾

인간 현상은 이렇게 두뇌(지각 및 인지), 몸(운동), 환경의 종합적인 연합작용으로 구성되고 그리고 그 종합작용은 그것들 간의 구조적 접속을 매개로 해서 진행된다. 그리고 이는 동시에 자신을 구성하는 요소들을 생산하기 위한 과정들이기도 하다. 이는 유기체가 일종의 자급자족체계라는 것을 의미하고 그리고 그러한 식의 활동들을 벌일 필요성을 자신의 내부에 구비하고 있다는 것을 의미한다. 그래서 ‘자가생산’ 개념은 이후 행화주의자들이 선호하는 ‘자율성’(autonomy) 개념으로 발전되어 나간다. ‘자율적/자율성’ 개념은 자신의 존재 이유부터 그리고 그러한 것을 해결할 능력을 자기 자신의 내부에 구비하고 있다는 의미로 이해할 수 있다.

유기체는 자신의 활동 기반을, 그것이 동기가 되었든 실행의 수단이 되었든, 자신의 내부, 즉 신체적 조건에 두고 있다. 다만 실제에 있어서 유기체는 자기관계에 기반한 타자관계를 통해서 자신의 정체성을 유지하고 그리고 재생산한다. 이때 유기체가 타자(환경)와 맺는 관계는 환경이 무엇이나에 따라 서로 다른 결과를 가져올 수 있다. 유기체가 상대하는 환경은 통상적으로 이해되는 1차적인 환경만은 아니다. 경우에 따라서 그것은 도출된 제2, 제3의 체계 혹은 타자, 환경일 수 있다. 이 경우 유기체가 환경과의 관계에서 구성하는 조작작용들은 두 개의 자율체계가 구조적 접속을 통해서 창출해내는 것으로서, De Jaegher & Di Paolo¹⁸⁾의 용어로, ‘참여를 통한 의미구성’(participatory sense-making)이라 불린다.¹⁹⁾ 이를 통해 공유 가능한 공동의 환경이 구성되면, 사람들이 다시 이

17) 구성의 주체를 주로 인식주체에서 찾는 인지주의적 구성주의와 달리 행화주의가 말하는 구성은 지각-운동 능력에 기반한 환경과의 접속의 측면에서 논해지고 있다.

18) De Jaegher, H. and Di Paolo, E., “Participatory Sense-Making: An Enactive Approach to Social Cognition”, in: *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 6(4): 485-507쪽, 2007.

19) ‘면 대 면’(face to face) 혹은 ‘몸 대 몸’(body to body) 상호작용 같은 비언어적

것과 구조적으로 접속하게 되고 그리고 이를 통해서 이제는 사적인 삶을 넘어서 사회적 삶의 수준에서 자가생산의 활동이 일어나게 된다. 그리고 이와 함께 인간의 삶에 복잡도가 상승하면서 인간현상의 분석과 이해도 그만큼 복잡해진다.

3) 확장인지 테제와의 관계에서

앞서와는 또 다른 각도에서 행화주의를 조명해 볼 수 있다. 이번에는 최근 인지과학에서 활발하게 논의되고 있는 다양한 형태의 ‘확장인지’ 테제와의 관계에서 행화인지의 위상을 논의해 보도록 하자. 인지과학이 처음 출현한 것은 20세기 중반이었다. 그 이후 인지과학의 연구패러다임은 몇 차례 변모를 겪었다. 계산주의 정보처리모델로 출발한 인지과학은 이후 대안적인 계산방식인 병렬분산식 정보처리, 즉 신경망식 연결주의 모델의 도래와 함께 연결주의적 인지과학이 힘을 받게 된다. 하지만 그 도전도 잠시, 그 이후 얼마 되지 않아 이번에는, ‘인지는 두뇌 사건’으로 이해할 수 있다는 인지주의 인지과학 자체가 전면적으로 도전받게 된다. 그 도전의 주체가, 인지가 두뇌 너머 몸과 환경으로 확장되어 진행된다고 하는 확장주의적 인지론이었다.²⁰⁾ 다만 확장인지 테제의 형태는 다양

소통방식이 포함되어 있는 참여를 통한 의미구성의 활동에서는 흉내내기, 시선 따라가기, 공동 주의(joint attention), 공동 행동 등, Trevarthen, C. (“Communication and cooperation in early infancy: a description of primary intersubjectivity”, in: M. Bullowa (ed.), *Before Speech: The Beginning of Interpersonal Communication*, Cambridge: Cambridge University Press, 321-347쪽, 1979.)이 말하는 ‘일차 및 이차 상호주관성’(primary and secondary intersubjectivity)이라고 하는 체화된 의사소통의 다양한 형태들이 의식의 저변에서 사람들의 의사소통에 중요한 기여를 한다.

- 20) 여기서는 ‘확장’의 의미를 광의적 의미로 사용한다. 인지과학 내에서 ‘확장인지’는 보통, 인지가 두뇌 너머 환경으로 뻗쳐 일어난다는 입장을 지칭하지만, 필자는 여기서 그 용어를 일종의 마음의 환경인 ‘몸’까지도 포함해 넓은 의미로 사용한다.

한 형태를 띠고 나타났다. 근래 이를 형용하는 용어로는 체화된(embodied), 부속된/구현된(embedded), 확장된(extended), 분산된(distributed), 상황지어진(situated), 역동적인(dynamical), 행화적(enactive) 등²¹⁾ 다양하다. 이들을 간단하게 설명해 보도록 하자.

체화(embodied)인지는 인지작용에서 몸이 차지하는 역할을 특히 강조한다. 즉 인지를 해명하는 데 있어서 몸을 고려하지 않고는 인지를 제대로 이해하고 설명할 수 없다는 입장이 체화인지다. 몸의 적극적, 능동적 측면을 강조하는 이 입장은 세계의 기호적 재현을 강조하는 기존의 계산주의 및 연결주의 인지과학에 대립각을 세운다. 그 외 부속인지, 확장인지, 분산인지, 상황인지, 역동인지 등은 모두 하나같이 인지에 환경이 적지 않은 역할을 한다는 점을 인정한다. 하지만 인지에 대한 환경의 유관성은 각 경우에서 서로 다르게 파악되고 있다. 부속인지는 인지계가 환경에 부속되어 있다는 것을 강조하는 입장으로, 핵심 인지작용은 두뇌에서 일어나지만, 두뇌를 가진 유기체 자체가 환경에 부속되어 있는 관계로, 인지적 성취가 환경의 사정에 따라서 변할 수 있다는 입장을 취한다. 이 입장은 마음작용에서 두뇌가 중심적인 역할을 하는 대신, 환경은 단지 부수적인 역할만 하는 것으로 이해한다. 부속인지에 비해 환경의 역할을 좀더 적극적으로 강조하는 입장이 확장인지 혹은 분산인지다. 이들은 모두 인지가 두뇌 너머 환경에까지 뻗쳐 진행된다는 점을 강조한다. 그리고 인지작용에 환경이 두뇌의 기능을 대체할 수 있을 정도로 적극적인 역할을 할 수 있다고 본다. 환경의 의미를 상황성의 의미로 이해하고 있는 상황인지는 유기체가 처해 있는 상황에 인지가 크게 영향 받는다는 입장을 견지한다. 그리고 역동인지는 인간과 환경과의 관계를 인과론적 시각에서 바라보는 것이 아니라, 상호작용의 시각에서 그리고 그것도 시간에 따라 역동적으로/변증법적으로 발전해 가는 상호작용의 측면에서

21) 이 중 머리글자가 ‘e’로 시작하는 embodied, embedded, extended, enactive를 축약해 ‘4e’로 표현하기도 한다.

바라본다.

필자가 보기에, 행화인지는 상기한 다양한 확장인지론들의 시각으로부터 재조명될 수 있다. 가령 행화인지론은 인지가 신체/몸, 환경, 상황 등에 두루 분산되어 진행될 뿐 아니라, 그러한 요소들의 상호작용으로부터 인지가 구성된다고 본다. 이러한 의미에서 행화인지는 상기한 여러 종류의 (광의의) 확장인지 테제들과 전반적으로 정합적인 셈이다. 다만 여기서 환경은 유기체에 대해 단순한 확장(extention)보다는 병합(incorporation)이라는 시각에서 조명될 필요가 있다고 본다.²²⁾ 이러한 시각에서 몸, 환경, 상황 등은 인지에 일방적인 방식으로 영향력을 행사하기보다는 오히려 쌍방향에서 역동적으로 상호작용한다고 할 수 있다. 이러한 의미에서 행화인지는 역동인지와도 정합적이다. 짧게 말해, 행화인지를 묘사하는 데는 체화, 부속, 확장, 상황, 역동성 등 모든 용어들이 활용될 수 있다. 다만 그것들을 서로 유기적으로 종합하기 위해서는 생명, 삶, 실천, 행위 등의 용어들이 추가로 필요하다는 것이 필자의 생각이다.

4) 인지주의와의 관계에서

행화주의의 정체성을 선명하게 만드는 또 다른 하나의 방법은 그것을 인지주의와 대조해 보는 것이다. 여러 면에서 행화주의가 인지주의와 대립각을 세우고 있는 입장이기 때문이다. 서구의 전통에서 철학적 인식론이나 경험과학적 인지론의 전통이 늘 그래왔던 것처럼, 마음의 문제를 다루는 데 있어서 인지주의적 입장은 늘 주류의 위치를 점해 왔다. 인지과학의 태동 초기에도 예외는 아니어서, 인지과학의 토대를 제공했던 철학적 입장은, 인지의 문제를 두뇌에서 진행되는 추상적인 정보처리과정으로 이해하는 입장이었다. 다만 당시 막 출현한 컴퓨터가 인지과정을 모

22) 전자는 관찰자의 시각에서 본 환경이고 후자는 당사자, 참여자의 시각에서 대하는 환경이다.

텔링하는 하나의 유용한 도구로 활용되면서 인간의 인지과정은 일종의 기호계산의 과정으로 이해되었다. 그래서 인지과학 초기의 인지주의는 계산주의 인지론의 형태를 띠고 있었다.

계산주의인지론은 우선 정보가 인지계의 외부 환경에 일종의 기성품(ready made)의 형태로 존재하고 있는 것으로 이해하고는, 마음이 그것을 자신의 언어로 재현시킨 후 내재된 기체에 기반해 처리/계산한 후 운동기관으로 내 보내는 일련의 정보처리과정으로 이해한다. 이러한 입장에는 나와 세계 혹은 환경을 서로 분리되어 각각 존재하는 것으로 이해하는 주-객 이원론, 인지는 신체와는 별개의 수준에서 일어난다는 심-신 이원론 및 인지주의, 인지는 두뇌 안에서 일어난다는 두뇌 중심주의, 외부 세계는 두뇌 안에서 기호적으로 재현된다는 기호 재현주의, 지각/인지과정과 신체활동은 서로 분리되어 있다는 지각(인지)-운동 이원론 혹은 인지작용의 핵심은 사고작용이고, 사고작용은 지각과 운동 사이에서 일종의 매개의 역할을 한다는 샌드위치 가설²³⁾ 그리고 이 모든 과정이 선형적, 순차적으로 진행된다는 혹은 후속하는 결과는 선행하는 과정의 함수로 이해할 수 있다는 선형주의적/기능주의적 사고 등이 엮여있다. 그리고 또 결과에 대한 이해는 그에 선행하는 요인이나 원인을 보면 이해할 수 있다고 보는 분석주의적, 환원주의적, 인과주의적 입장을 취한다. 이러한 입장에서는 마음의 문제를 객관적 시각으로 접근해 물질적 관계를 고려해 해명할 수 있다고 보는 객관주의적 시각과 유물론적, 미시적 접근법이 두드러진다.

행화주의는 상기한 인지주의적 입장에 대립각을 세운다. 잠시 행화주의 아이디어를 제시했던 바렐라와 동료들의 말에 귀 기울여 보자.

23) Hurley, S., *Consciousness in action*, Cambridge, MA: Harvard University Press, 1998, 참조.

미리 주어진 세계를 미리 주어진 마음을 이용해 재현하는 것이 인지가 아니라, 오히려 세계 내 존재가 수행하는 다양한 행위의 역사에 기반해서 행해지는 세계와 마음의 ‘행화(enactment)’가 인지라고 하는 점증하는 신념을 강조하기 위해서 우리는 ‘행화주의(enactive)’라는 새로운 용어를 제안한다.²⁴⁾

‘미리 주어진 세계’, ‘미리 주어진 마음’, ‘재현’ 등은 앞에서 설명한 인지주의적/계산주의적 마음 이해의 방식에서 견지되고 있는 입장들이다. 거기서 마음이나 세계 혹은 정보는 인간의 개입 없이 미리 완성되어 있고 그리고 마음작용도 인간의 노력 없이 선천적으로 주어진 특정 기제의 작용방식이 만들어내는 노선을 따라서 진행되는, 매우 기계적이고 정적인 과정으로 이해된다. 그러나 행화주의는 ‘인지’를 그러한 식으로 이해하지 않는다. 행화주의자들의 눈에 인지는 행위자에 의해서 구성된다. 그리고 그것도 마음-몸-환경의 역동적인 상호작용의 결과로 구성된다. 우선 인간은 세계 밖에 위치해 세계를 관찰하는 아웃사이더(outsider)가 아니라, 세계적 과정에 실천적으로 참여해 그 속에서 세계와 함께 역사를 구성해 나가는 인사이더(insider)이다. 인지는 이 과정에서 마음-몸-환경의 상호작용을 통해서 구성된다. 이때 마음, 몸, 환경의 관계방식은 수직적 혹은 순차적인 선형적인 관계가 아니라, 수평적, 동시적, 병렬적인 관계이다. 그렇다보니 인지에 대한 설명은 환원주의적/인과적/정적/미시적이기보다는 비환원주의적/(역)동적이며, 기계(론)적이기보다는 유기체적/체계론적/거시적이다. 그리고 이 모든 특성들의 저변에는 인간을 타율적, 피동적/수동적 존재가 아니라, 자율적이고 능동적인 존재로 보는 인간관이 깔려 있다.

요약하자면, 행화주의는 인지주의가 선호하는 두뇌 중심주의, 주-객 이원론, 외부세계를 우선시 하는 (정보적) 재현주의, 심-신이원론 혹은 지각

24) Varela, Thompson, Rosch, op. cit., 9쪽.

-운동 이론론, 환원주의/기계주의/기능주의 등을 배격하고, 실천(행위)중심주의, 주-객 일원론, 내적 활동성을 우선시 하는 (의미적) 구성주의, 심신 일원론 혹은 지각-운동 접속 및 역동적인 유기체-유기체 접속을 강조하는 입장이라 할 수 있다.²⁵⁾

그런데 여기서 언급하고 넘어가야 할 것이 있다. 행화인지가 확장인지와 정합적이라고 해서 인지주의가 확장인지와 정합적이지 말란 법 또한 없다는 사실이다. 그렇지 않아도 인지주의적 입장을 옹호하는 이들 중에서도 확장인지를 옹호하는 이들도 있는데, 가령 기능주의적 확장인지를 표방하는 이들이 그렇다. 이 입장은 인지가 두뇌 안에서만 일어나는 사건이 아니며, 인지의 구성에 환경, 수단/비계 등이 여러 모로 기여할 수 있음을 인정한다. 가령 Clark & Chalmers²⁶⁾의 확장인지, 부속인지, 분산인지 테제 등은 환경을 인지기능의 향상을 위한 수단 내지 대체물로 여기는 경향이 있다. 다만 그들이 확장인지의 가능성을 정당화하는 논리는 행화주의의 그것과 구분된다. 상기한 기능주의적 확장인지에서는 인지계와 환경 간의 관계가, 인지계가 주된 역할을 맡고 환경이 부차적인 역할을 떠맡는다는 점에 있어서, 여전히 비대칭적, 일방통행적인 성격을 띠고 있다. 이러한 세계관은 마음-몸-환경을 일종의 수평적이고, 대칭적, 병렬적인 관계로 보는 행화주의와 구분된다. 환경의 인지 유관성을 이렇게 서로 다른 논리로 정당화하고 있는 이상, 인지주의가 확장인지를 주장할 때조차 그것은 행화주의와 근본적으로 구분된다고 할 수 있다.

25) 인간이 자신의 환경과 구조적으로 접속되어 있다는 아이디어를 극단적으로 확대할 경우 우리는 이를 불교의 연기론과 연결지어 생각해 볼 수도 있을 것이다.

26) Clark, A. and Chalmers, D., "The Extended Mind", in: *Analysis* 58: 7-19쪽, 1998.

3. 행화주의 마음치유론: 시론

1) 행화주의적 마음병의 진단과 처방의 기본 방향

행화주의 마음이론은 정신병, 마음병, 실존적 고통/괴로움 등의 정신심리적 장애나 문제들을 어떻게 이해하거나 설명하고 그리고 어떤 방식으로 처방을 내릴까? 온전한 마음작용이 일어나는 경로를 설명할 줄 아는 이론이라면, 온전하지 못한 마음작용이 일어나는 경로 또한 설명할 줄 알아야 할 것이고 그리고 경우에 따라서는 그에 대한 처방법도 제시할 줄 알아야 할 것이다. 이에 답하기 위해 먼저 앞서의 논의를 재정리해 보자.

앞서 소개한 행화주의 마음이론의 주된 특징 중 하나는 그것이 인간들이 (뇌가 아니라) 삶 실천의 영역을 인간 및 마음 이해의 좌표축으로 삼고 있다는 점이다. 다만 이 영역을 분석적 시각에서 볼 때, 거기에는 두 뇌, 몸, (다양한 수준의) 환경, 상황, 타자 등이 공존 혹은 병존하고 그리고 상호작용한다. 그리고 그 상호작용은 선형적, 일방적, 직접적인 인과관계라기보다는 자기관계 기반 타자관계, 병렬적, 쌍방적, 간접적인 상호작용이다. 그리고 이 상호작용은 상호순환의 일종으로서, 다음과 같은 다양한 층위의 사이클로 재기술될 수 있다.²⁷⁾

- i. (유기체의) 부분-전체 사이클
- ii. 지각-운동 사이클
- iii. 개체-환경 사이클

27) Fuchs("Embodied cognitive neuroscience and its consequences for psychiatry", in: *Poiesis & Praxis* 6(3-4): 219-233쪽, 2009.)는 개체수준에서의 'cycles of organismic self-regulation', 개체와 환경 간에 존재하는 'cycles of sensorimotor coupling' 그리고 개체 간에 존재하는 'cycles of intersubjective interaction' 등 세 가지 종류의 순환모델을 제시하고 있다. 여기에서 필자는 이보다 좀 더 나아가 간 분류를 하고 있다.

- iv. 나-타자 사이클
- v. 1차 질서의 과정-2차 질서의 과정 사이클.

유기체의 구성인자-유기체, 지각(인지)기관-운동기관, 개체-환경, 나-타자, 자기-(메타)자기 혹은 1차 질서의 고정-2차 질서의 메타과정 관계의 사이클은 세계 내 존재로서의 인간과 세계 내 요소들 간의 다양한 관계양상들과 그러한 관계들의 자기관계적 측면들을 망라한다.

그런데 저러한 관계들 혹은 사이클들 또한 서로 독립해 있는 것들이 아니고, 하나의 전체 과정의 각 부분들로서 그것들 자체가 일종의 거시적 사이클을 형성하고 있다. 이는 상기한 다양한 요인들이나 사이클들이, 마치 뫼비우스(Möbius)의 띠의 안과 밖이 서로 떨어져 구분되어 있지 않고 동일한 위상공간에 위치해 있는 것처럼, 위상학적으로(topological) 동일한 차원 위, 서로 다른 위치에 자리만 점유하고 있을 뿐임을 말해준다. 행화주의자들은 이로써 세계과정을 근본적으로는 이원적이지 아니라, 불이적(不二的), 일원적으로 그리고 분석적이지 아니라 전일적 시각에서 바라본다.

필자가 보기에는 위에 기술한 다양한 관계들이 전체적으로 온전할 때, 혹은 조화를 잘 이룰 때, 인간의 개인적 사회적 삶, 신체, 마음 등이 건강하지만, 그렇지 못할 때는 온갖 종류의 신체적, 심리적, 정신적, 실존적, 사회문화적인 병이나 장애가 생겨날 수 있다. 그래서 정신병, 마음병의 원인과 처방은 저러한 상관관계들이 전체적으로 그리고 국지적으로 서로 얼마나 조화와 균형을 이루고 있느냐 혹은 그렇지 못하느냐와의 관계에서 진행될 수 있을 것이다.²⁸⁾

28) 이 경우 두뇌는 일종의 매개하고, 번역하고 그리고 증폭시키는 “중개국(relay station)”의 역할을 담당하는 것이지, “독자적 원인(the monolinear cause)”의 역할을 담당하는 것이 아니다. 즉 두뇌는 상기한 사이클들을 조절(modulation), 변환(transformation)의 기관일 뿐이어서(Fuchs, T., “The Brain—A mediating Organ”, in: *Journal of Consciousness Studies* 18, no.7-8: 196-221쪽, 2001.) 거기서 정신병, 마음병의 좀더 직접적인 원인들을 모두 발견할 수는 없다. 행화주의 마음치유가 두뇌를 너

예를 들어, 두뇌에서 일어나는 인지과정들은 환경과의 체화된 상호작용의 배후에서 형성되고 진행되는 과정으로 이해해 볼 수 있다. 그러면 정신병이나 마음병은 뇌나 심리적인 마음의 수준에서만 아니라, 신체 움직임, 자세, 표현, 몸짓, 적극적 활동 등과 같은 몸의 수준에서조차 찾을 수 있을 것이다. 그렇지 않아도 정신병, 마음병은 체화장애 혹은 탈신체화에서 기인한다는 입장이 있다.²⁹⁾ 물론 이때 몸이나 신체적 동작/운동만을 고려해야 하는 것은 아니다. Colombetti³⁰⁾가 강조하고 있듯이, 정서적 요소나 감정적 요소도 고려해 볼 수 있을 것이고 그리고 또 환경 내지 환경을 대하는 태도 내지 관계의 질적 측면(what이 아닌 how의 측면)을 고려해 볼 수도 있을 것이다.³¹⁾ 그리고 문제의 해법은 또한 환경특성을 고려해서 구해볼 수도 있고 그리고 경우에 따라서는 자기관계의 방식과 관련해서 구해볼 수도 있다.

행화주의적 시각에서는 이렇게 부분의 (미시적) 문제는 그것 자체의 수준에서만 바라보는 것이 아니라, 그것이 접해 있는 이웃이나 전체의(거시적) 문제로부터도 바라본다. 다른 여타의 접근법, 가령 환원주의적 접근법과 비교할 때, 병인의 분석에서 이 거시적인 측면에 대한 강조는 행화주의에서 두드러진다. 즉 행화주의자들은 다른 어떠한 정신치료적, 마음치유론적 입장들보다도 (실천의 영역을 중심으로 해서) 전체를 부분에 상대적으로 우선시하는 치유법을 강조한다. 즉 정신치료, 마음치유가 인지치유 같은 부분치유에 머물러서는 곤란하다는 것이 행화주의 마음치유

머 몸, 환경에서 마음치유의 한 가능성을 찾는 것은 바로 이러한 이유 때문이기도 하다.

- 29) Drayson, Z., "Embodied cognitive science and its implications for psychopathology", in: *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 16, 329-340쪽, 2009, 참조.
- 30) Colombetti, G., "Psychopathology and the enactive mind", in: K. W. M. Fulford, M. Davies, G. Graham, J. Z. Sadler, G. Stanghellini, R. G. T. Gipps, & T. Thornton (Eds.), *The oxford handbook of philosophy and psychiatry*, 1083 - 1102쪽, Oxford: Oxford University Press, 2013.
- 31) Röhrich, Gallagher, Geuter, Hutto, op. cit., 12쪽.

의 기본방향 중 하나라 할 수 있다. 그럼에도 행화주의 마음치유의 기본 방향은 다른 어떤 입장보다도 상실된 마음-몸-환경 통합적 삶 그리고 내적으로 정합적인 마음작용을 되찾아주는 것, 온전한 실존을 되찾아주는 것에 정향되어 있다.

다른 한편, 마음치유 접근법의 측면에서도 저러한 전일주의적 시각은 여전히 견지된다. 행화주의 마음치유는 치료/치유의 과정에서, 바렐라의 신경현상학적(Neurophenomenology) 연구방법이 주장하고 있는 것처럼,³²⁾ 자연과학적/신경과학적 연구에서 선호되는 3인칭/객관적 시각과 현상학적 방법에서 선호되는 1인칭/주관적 시각의 교차 혹은 상호보완을 강조한다. 이는 가령 치료의 과정에서 인간/몸을 안으로부터만이 아니라 밖으로부터도 이해하고 설명하고자 할 때, 3인칭 시각을 선호하는 치료자의 시각과 1인칭 시각을 선호하는 내담자의 시각을 치료과정에 적극적으로 도입하고자 할 때, 그리고 3인칭의 객관적 시각을 선호하는 자연과학적 마음치유법과 1인칭의 주관적 시각을 선호하는 해석학적 마음치유법을 치료과정에 공히 도입하고자 할 때 적용될 수 있는 시선이다.

앞서 상술한 전일주의적 시각은 또한 마음치유의 이론과 실천 간의 관에서도 견지된다. 가령 상술한 것과 같은 행화주의 마음치유의 전일주의적 시각은 하나의 객관적인 치유원리로서 뿐만이 아니라, 마음치유의 현장에서 마음치유의 실천에서 관철되어야 할 하나의 실천적 원리로 기능한다. 행화주의 마음치유의 이념에 따르고자 한다면, 치료자/상담자와 내담자/환자는 치료의 현장 ‘자체’를 일단 삶의 현장, 인간 실존의 현장으로 이해하는 가운데, 관찰자 아닌 참여자의 시각에서, 소극적이고 기계적인 소통이 아닌, 적극적이고 능동적인 상호작용을 한다. 즉 치료자와 환자/내담자 모두 치료과정 자체가 온전한 삶의 과정, 실존의 과정이 될 수 있도록 노력할 필요가 있다. 그럴 때 마음치유의 효과가 좋을 수 있지만,

32) Varela, F., “Neurophenomenology: a methodological remedy for the hard problem”, in: *Journal of Consciousness Studies* 3: 330-350쪽, 1996.

그렇지 못할 때는 마음치유의 효과가 떨어질 수 있다. 치유이론과 실천은 이렇게 분리 아닌 하나가 되어야 한다.

2) 사례를 통한 설명

행화주의 마음치유의 몇 가지 중요한 특징들을 나열해 보았다. 그것을 경험적으로 세세하게 논증하는 것은 본 논문의 범위를 넘어선다. 본고는 행화주의 마음치유의 ‘개념’을 개략적으로나마 제시하는 데 초점을 맞추고 있기 때문이다. 다만 행화주의 마음치유론을, 제한된 논의이긴 하지만, 실제 경험적인 사례들에 비추어 설명하는 것은 해당 이론의 개념을 이해하는 데 도움이 될 수 있을 것이다. 이하에서 필자는 몇 가지 정신질환 사례들의 병리적, 치유론적 해석문제에 비추어 행화주의적 마음치유의 개념을 좀더 구체화시켜 보도록 하겠다.

(1) 조현병

필자가 보기에는 오늘날 정신의학의 분야가 행화주의 마음치유를 선도하고 있는 것으로 보인다. 거기에서 다양한 정신병적인 증상들이 위에서 언급한 행화주의적 시각에서 해석, 진단, 처방되고 있기 때문이다. 특히 조현병(attunement disorder), 자폐(autism), 중독(addiction), 트라우마(trauma) 등에 대한 해석, 진단, 처방이 대표적인 사례에 속한다.

우선 정신분열의 새로운 명칭인 ‘조현병’의 경우부터 살펴보도록 하자. 먼저 조현병의 증상으로는 현존감 저하, 망상, 환각, 사고혼란, 현실감 결여,³³⁾ 약한 현실 접촉감, 자폐적 철수, 자아와 비-자아의 경계 상실, 자신의 삶을 일관성 있는 이야기로 구성해 내지 못하는 어려움,³⁴⁾ 상호신체

33) 정성훈, 손정우, 김용식, 「정신의학 문헌에서 살펴본 “조현(Attunement)”의 의미 : 현상학적·인류학적 시각에서 바라본 조현병」, in: *J Korean Neuropsychiatr Assoc* 52, 2013, 287쪽.

34) *ibid.*, 286-287쪽.

성의 결여, 과다성찰(hyperreflectivity), 약한 자아감 내지 약한 자기 통제감, 자동행동 혹은 주도감각의 부재(hyperautomaticity), 내재적 신체기능 방해 등 다양한 증상들이 언급되곤 한다.

실존주의 철학자 Jaspers³⁵⁾는 한때 정신분열/조현병을 자아장애(Ich-Störungen)로 이해한 바 있다. 조현병에 대한 이러한 이해방식은 행화주의적 이해와는 다소 거리가 있는 이해방식이다. 이와 달리, 행화주의는 정신병의 문제를 환자 자신의 내적인 문제, 예고 내적인 문제, 신경학적 수준에서의 역기능/기능장애 혹은 뇌병변의 일종으로 이해하기 보다는, 세계 및 자기 자신과의 조율 실패 내지 불협화음(통합장애)로 인해 생겨나는 증상으로 이해하거나, 사회적으로 구성되는 자기-조직의 한 특수한 형식 내지 세계-내-존재 장애의 일종으로 이해하기도 한다.³⁶⁾ 좀더 포괄적으로 말해, 조현병은 체화의 상실, 세계로부터의 이탈, 상호주관성의 붕괴, 상식의 상실 등으로부터 온다고 한다.³⁷⁾ 앞서 기술한 도식의 형식으로 표현하자면, 행화주의는 조현병을 세계, 타자, 자기 자신, 자신의 몸 등과의 부조화 내지 불협화음 내지 분열로부터 생겨나는 정신질환 내지 실존질환의 일종으로 이해한다.

소위 현상학적-인류학적 정신의학이라고 하는 학파를 이루고 정신의학자들은 상호주관성의 붕괴로부터 발단된 셀프의 장애가 조현병의 근간을 이루며 망상, 환청 등의 외적 증상들은 셀프의 장애로부터 파생된 이차적인 증상일 뿐이라고 주장한다.³⁸⁾

35) Jaspers, op. cit.

36) Kyselo, M., "The enactive approach and disorders of the self— the case of schizophrenia", in: *Phenom Cogn Sci*, doi:10.1007/s11097-015-9441-z, 2015.

37) Martin, L., Pohlmann, V., Koch, S. C., Fuchs, T., "Back into Life: Effects of embodied therapies on patients with schizophrenia", in: *European Psychotherapy 2016/2017: Embodiment in Psychotherapy*, 13권/European Psychotherapy, Gernot Hauke (ed.), BoD(Books on Demand), 179-194쪽, 2016, 182쪽.

38) 정성훈 · 손정우 · 김용식, op. cit., 280쪽.

환자가 정신병 증상이 있기 때문에 정신 이상 행동을 보인다고 보다는 환자가 세계와 제대로 조응하지 못함으로서 정신병을 얻게 되었다고 하는 견해는 오늘날 ‘정신분열’이라는 용어 대신 사용되고 있는 ‘조현병’(attunement disorder)이라는 용어에도 잘 드러나고 있다. ‘정신분열’이라는 표현은 기본적으로 해당 병과 관련해 있는 다양한 증상들이 자아 자신의 문제로 인해 생겨났다는 인상을 강하게 풍긴다. 그러나 ‘조현병’이라는 용어는 그러한 인상을 불식시킨다. ‘조현병’이라는 용어에는 사람이 세계와의 조율에 실패함으로서 그러한 정신질환을 앓게 되었다는 의미가 반영되어 있는 것으로 이해할 수 있기 때문이다. 이렇게 보면, ‘정신분열’이라는 용어보다는 ‘조현병’이라는 용어에 행화주의자들의 이해방식이 비교적 잘 반영되고 있는 것으로 보인다.

(2) 자폐

대상을 지각할 때, 심신이 건강한 일반인들은 자신의 이해관계에 무관한 부분은 무시하거나 간과하고 자신에게 흥미를 끄는 것들만 관찰의 대상으로 삼는 경향이 있다. 다만 그 흥미가 타자와도 공유할 수 있거나 이해를 구할 수 있는 경우들이 대부분이다. 그런데 자폐 증상을 보이는 이들은 다른 사람들은 감히 생각지도 못할 아주 특수하고 미시적인 것들에 유별나게 관심을 보이거나 집중하는 경향이 강하다. 특히 서번트(savant) 신드롬성 자폐를 앓고 있는 사람들이 그러하다. 반면 그들은 자신의 주변에서 일어나는 역동적인 변화에 제때에 반응하지 못하거나 매우 더딘 편이다. 이를 볼 때, 자폐를 앓고 있는 사람들은 공간적으로 비교적 협소한 영역 내에서 사고하고 행동하는 것을 즐길 뿐 아니라, 시간적으로도 매우 제한된 영역에서 움직이는 경향이 있는 것으로 보인다. 즉 자폐 증상이 있는 이들은 전반적으로 시공간적 삶의 공간이 일반인들에 비해 비교적 협소한 것으로 보인다.

Frith³⁹⁾는 자폐를 개체주의적 시각으로 접근한다. 그는 ‘최종적인 호문쿨로스’(final homunculus), ‘궁극적 통제자’(ultimate controller)로서의 자아의 부재(absent self)로 자폐를 이해한다. 즉 자폐의 원인이 환자 자신의 내부에 있기에 그가 세계 및 타자와의 상호작용에서 실패하고 있다는 것이다. 이로써 그는 거시적 현상의 원인은 미시적 영역에서 찾을 수 있다는 인과론적, 환원론적, 개체주의적 입장을 취한다. 행화주의 마음치유는 이러한 시각 대신 전일주의적 시각을 적용해 자폐 현상을 이해한다. 행화주의 마음치유론에 의하면, 자폐는 셀프의 부재라기보다는 유연하지 못한 지각-운동 사이클의 결함 및 제한된 시간의식 등으로 생겨나는 문제의 일종이다. Gallagher⁴⁰⁾는 자폐가, 흔히 그렇게 이해되고 있는 바와는 달리, 타자이해 시에 사용되는 ‘마음 이론’(theory of mind)의 내적 기제가 망가진 것이라기보다는, 오히려 지각-운동 협응 기제가 방해를 받거나 붕괴되었기 때문에 나타나는 현상으로 이해한다. 사실 거울신경체계(mirror neuronsystem)와 같은 것이 망가지게 되면, 타자의 행동을 흉내낼 수 없어 타자와 소통하는데 있어서 어려움을 겪는 것으로 알려져 있다. 그리고 또 Gepner & Mestre⁴¹⁾는 자폐증상을 보이는 사람들이 빠르게 움직이는 대상들을 지각하는 데 어려움을 겪는다는 실험결과를 보고하고 있다. 이에 근거해 그들은 자폐증상이 있는 이들에게 세계는 지나치게 빠르게 진행되는 것으로 보인다고 말한다. 이는 자폐증상을 보이는 사람들이 시간의식에 문제가 있어 세상에 역동적으로 제 때에 적응하는데 어려움을 겪는다는 것을 의미한다.

이렇게 보면, 자폐를 앓고 있는 사람들은 세계 내 존재 시에 시공간적인

39) Frith, U., *Autism. Explaining the Enigma*, 2nd Edn. London: Blackwell, 2003.

40) Gallagher, S., “The practice of mind: theory, simulation or primary interaction?”, in: *Journal of Consciousness Studies* 8: 83-108쪽, 2001.

41) Gepner, B. and Mestre, D., “Rapid visual-motion integration deficit in autism”, in: *Trends Cogn. Sci.* 6. (11), 2002.

행동반경을 매우 협소하게 사용하는 이들이라고 말할 수 있을 것이다. 그들은 어쩌면 소인국의 사람들 같은 사람들일 수 있다. 사태를 반대로 뒤집어 말하자면, 자폐아들에 비해 다수의 일반인들은 어쩌면 세상을 지나치게 빠르게 살아가고 있는지도 모를 일이다. 자폐아들의 시각에서 볼 때는 그럴 수 있다. 이러한 얘기들이 적어도 진실을 내포하고 있다고 한다면, 자폐아와 같은 이들과 상호작용 할 때는 느리고 미시적인 상호작용이 그들에게 적지 않은 도움이 될 것으로도 보인다. 이렇게 보면, 자폐아와의 소통에서 일어나는 문제를 해결하는 실마리가 자폐아 당사자만의 노력으로 해결되는 것 보다는 주변 사람들의 조력이 커다란 도움이 될 수도 있을 것이다. 자폐 문제가 이러한 식으로 이해될 수 있는 것이라면, 자폐 증상의 좀더 온전한 묘사를 위해서라도 ‘자폐’(autism: 이 단어도 희랍어로 ‘자신’을 뜻하는 ‘autos’에서 유래)라는 용어 역시 정비가 필요해 보인다.

(3) 중독

중독에 대한 흔한 이해방식은 그것을 (뇌의 신경화학적 고장과 같은) ‘두뇌질병(brain disease)’으로 인한 현상, 가령 “신경적 납치(neural hijacking)”로 이해하거나 혹은 그러한 증상과 관련해서 특정의 내적 기제, 가령 개인의 성격⁴²⁾ 등을 상정하는 것이다. 중독에 대한 이러한 설명 방식은, 앞서 언급한 것과 같이, 거시현상을 미시현상으로부터 설명하고자 하는 인과론적, 기계론적 설명방식, 즉 상향식 설명방식의 일종으로서 주로 현상에 대한 과학주의적 설명에서 선호되고 있다. 행화주의자들은 이러한 상향식 설명방식을 적어도 하향식 설명방식을 통해서 보완코자 한다.

중독 증상과 같은 미시적 현상을 거시적 현상에서 원인을 찾아 설명하

42) Zautra, N., “Embodiment, Interaction, and Experience: Toward a Comprehensive Model in Addiction Science”, in: *Philosophy of Science*, Vol.82, No.5: 1023-1034쪽, 2015, 1024쪽.

고자 하는 하향식 설명방식은 중독자의 내부에서 중독의 원인을 찾기보다는 중독자가 그의 환경(타자 포함)과 역동적으로 관계를 맺으면서 어떻게 그러한 결과를 체화하게 되었는가를 천착한다.⁴³⁾ 이러한 설명방식에 따르자면, 중독자들이 보이는 행동특성의 하나인 ‘갈망’ 혹은 ‘갈구’는 중독자가 자신의 외부에 있는 어떤 대상과 긴밀한 ‘관계’를 맺음으로써, 즉 구조적으로 접속함으로써 생겨난 것이다. 즉 중독은 생활습관으로부터 오는 것이라는 것이다.

중독이 일어나는 과정을 좀더 세세하게 설명하기 위해서는 앞서 행화주의를 설명하는 데 중요한 역할을 했던 체화, 지각/인지-운동 협응, 의미화하기(sense-making), 개체-환경 상호작용 등의 아이디어를 기억할 필요가 있다. 중독은 단지 사고의 수준이 아닌, 이미 몸의 수준에서 형성되는 것으로서, 그것은 고착된 지각-운동 접속의 일종이요, 그리고 또 고착된 개체-환경 구조적 접속의 일종이라고 할 수 있다. 이러한 패턴이 일단 체화되면, 어느 한쪽의 요소가 활성화되면 다른 쪽의 대응 짝도 활성화되기 마련이다. 가령 우연히 특정 대상을 보게 되거나 생각하게 되면 몸이 저절로 자동반응을 일으키는 것은, 행화주의적 시각에서 볼 때는, 중독자의 내부에 그 어떤 DNA가 내재해 있어서 생겨나는 현상이거나, 두뇌에서 그 어떤 생화학적 반응이 일어나 생겨나는 현상이기 보다는, 오히려 사람이 삶을 살아가면서 마음-몸-환경 간 구조적 접속을 후천적으로 체화하면서 생겨나는 현상이다.

중독으로부터 해방되는 일은 물론 용이한 일이 아닐 것이다. 그렇지만 해법이 없는 것은 아닐 것이다. 행화주의자들은 중독의 원인진단 및 치유의 가능성을 두뇌 내부의 생화학적 요인보다는 오히려 두뇌 바깥의 몸 및 환경과의 구조적 접속의 측면에서 찾고자 한다. 사실 행화주의적 세계관을 선호하는 중독치료자들은 약물치료 같은 물리화학적요법보다는 오

43) *ibid.*, 1025-1026쪽.

히려 가령 요가, 마음챙김명상 등을 중독을 치유하는 방안으로 선호하는 경향이 있다.⁴⁴⁾ 행화주의적 시각에서 중독의 원인은 기본적으로 환경적 자극과의 관계 맺기와 반복적인 습관이니 만큼, 중독치유를 위해서는 환경자극과의 관계 끊기 및 재조절, 재설정의 습관화가 하나의 유효한 방법일 수 있는 바, 대상에의 집착심을 내려놓는 것을 강조하는 요가나 마음챙김명상 훈련이 그 대안일 수 있는 것은 논리적인 이유에서도 타당해 보인다.⁴⁵⁾

4. 나가기

행화주의 및 행화주의 마음치유론의 시각에서 인지나 마음작용 그리고 정신병/마음병은 단순히 두뇌활동이 아닌 인격적 존재로서의 사람이 삶의 현장에서 펼치는 행위활동 내지 그것의 산물로 이해된다. 다만 그러한 현상들을 만들어내는 활동과정을 다시 분석적 시각에서 재기술 할 경우에, 마음-몸-환경(타자)-성찰 간의 관계양상 뿐 아니라, 부분(하위수준)과 전체(상위수준) 간의 상향 및 하향 방향의 영향관계를 (경우에 따라서

44) Colombetti, op. cit., 24쪽.

45) 트라우마의 경우(Ataria, Y., “Trauma from an enactive perspective: The collapse of the knowing-how structure”, in: *Adaptive Behavior*, 23(3): 1-12쪽, 2015, 참조.)도 그렇지만, 공황장애, 갑자기 눈 앞이 캄캄해지는 경험, 걱정, 고민 등도 마음-몸-환경 사이클의 장애로부터 이해할 수 있지 않을까 한다. 저러한 증상들은, 정도의 차이가 있긴 하지만, 보통은 사람이 전혀 움짱달짝 할 수 없거나, 선택을 할 수 있는 여유 공간이 부재하거나, 주변 혹은 남으로부터 도움을 받을 수 없거나 하는 등의 상황에 처하거나 혹은 그러한 상황들을 기억하거나 생각하는 경우들에서 발생한다. 전혀 이러지도 저러지도 못하는 상황, 아무런 선택도 결정도 할 수 없는 상황, 주변으로부터 아무런 도움도 기대할 수 없는 상황, 행위 가능성이 차단되어 있는 상황 등은 사람들의 지각-운동 사이클 및 개체-환경 사이클이 정지해 있다는 말에 다름 아닐 것이다. 그리고 지각-운동-환경 사이클이 제대로 작동하지 않는 상황에서 마음이 온전할 리 만무하다.

는 중층적 차원에서) 드러낼 수 있고 그리고 이를 고려하는 가운데 정신병/마음병을 진단 및 처방할 수 있다.

다만 마음병이 몸-마음(감정-사고)-(외부)환경-영성(내부환경) 중 어느 수준에 더 근접해 있느냐에 따라서 마음의 치유를 위해 정신의학 및 심리치료 혹은 인문치유의 영역에서 사용되고 있는 여러 치유법들, 가령 약물요법, 신체요법,⁴⁶⁾ 행동치료, 인지치료, 실존주의치료, 명상치유 등을 다양한 비율과 방식으로 조합해 적용할 수 있다. 이러한 행화주의 마음치유는 마음치유에 대한 기존의 미시적, 환원주의적 접근법과 거시적, 비환원주의적 접근법의 종합이 아닐 수 없다.

다만 행화주의 마음치유의 개념도 아직은 낯설은 데다가 그리고 또 이러한 시각에서 실시되고 있는 정신치료나 마음치료도 그 사례가 풍부하지 않은 것이 현실이다. 하지만 행화주의 마음치유의 미래는 어둡지 않다는 것이 필자의 생각이다. 일단 행화주의 마음치유의 기반을 형성하고 있는 철학사상 자체가 서양의 현상학, 해석학 그리고 동양의 전일주의적 사상 속에서 이미 긴 역사를 살아왔을 뿐 아니라, 그것이 근래에, 특히 인지과학의 분야에서 성공적으로 적용되고 있음을 목격하고 있기 때문이다. 정신치료 내지 마음치유의 분야에서도 그러한 성공을 기대하지 말란 법도 없다. 물론 시간을 요하는 사안이긴 하다. 우선 필요한 것은 실험이요 모험이다. 본고의 논의를 계기로 해서 앞으로 정신병이나 마음병들에 대한 행화주의적 이해와 진단, 치유 관련 논의들이 좀더 활발하게 전개 되었으면 하는 바람이다.

46) 신체 정신치료(Body psychotherapy)를 창안한 Wilhelm Reich에 의하면, 갈등은 방어기제만 야기하는 것이 아니라, 몸체계에 저항패턴을 남기기도 하는데, 그러한 것들은 언어적 수단 외에도 (창의성이나 감정표현이나 조절을 위한) 자기/몸경험, 몸 알아차림, 신체접촉, 심리운동적 표현, 표현행동(자세취하기, 몸짓, 얼굴 표정 짓기, 움직임기) 등과 같은 몸기술을 통해서 효과적으로 다뤄질 수 있다. 몸이 자신과 타자의 탐구, 진단, 치료, 소통의 수단이 되고 있는 것이다(Röhricht, Gallagher, Geuter, Hutto, op. cit., 11-12쪽.)

참고문헌

- 배문정, 「Enactivism을 Enact하기: 번역의 문제를 중심으로」, 『인지과학』 제 25권 제4호, 2014.
- 이기홍, 「인지행동치료 제3 흐름의 철학사상적 특성 고찰」, 『대동철학』 제 75집, 2016.
- 이영의, 「체화된 인지의 개념 지도: 두뇌의 경계를 넘어서」, 『Trans-Humanities』 제 8권 제2호, 2015.
- 정성훈·손정우·김용식, 「정신의학 문헌에서 살펴본 “조현(Attunement)”의 의미 : 현상학적-인류학적 시각에서 바라본 조현병」, in: *J Korean Neuropsychiatr Assoc* 52, 2013.
- Ataria, Y., “Trauma from an enactive perspective: The collapse of the knowing-how structure”, in: *Adaptive Behavior*, 23(3): 1-12, 2015.
- Clark, A. and Chalmers, D., “The Extended Mind”, in: *Analysis* 58: 7-19, 1998.
- Colombetti, G., “Psychopathology and the enactive mind”, in: K. W. M. Fulford, M. Davies, G. Graham, J. Z. Sadler, G. Stanghellini, R. G. T. Gipps, & T. Thornton (Eds.), *The oxford handbook of philosophy and psychiatry*, 1083 - 1102, Oxford: Oxford University Press, 2013.
- De Jaegher, H. and Di Paolo, E., “Participatory Sense-Making: An Enactive Approach to Social Cognition”, in: *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 6(4): 485-507, 2007.
- Drayson, Z., “Embodied cognitive science and its implications for psychopathology”, in: *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 16, 329-340, 2009.
- Dreyfus, H. L., *What Computers Can't Do: a Critique of Artificial Reason*, New York: Harper and Row, 1972.

- Frith, U., *Autism. Explaining the Enigma*, 2nd Edn. London: Blackwell, 2003.
- Fuchs, T., “The Brain - A mediating Organ”, in: *Journal of Consciousness Studies* 18, no.7-8: 196-221, 2001.
- _____, “Embodied cognitive neuroscience and its consequences for psychiatry”, in: *Poiesis & Praxis* 6(3-4): 219-233, 2009.
- Gallagher, S., “The practice of mind: theory, simulation or primary interaction?”, in: *Journal of Consciousness Studies* 8: 83-108, 2001.
- _____, *How the body shapes the mind*, Oxford: Clarendon, 2005.
- Gepner, B. and Mestre, D., “Rapid visual-motion integration deficit in autism”, in: *Trends Cogn. Sci.* 6. (11), 2002.
- Gibson, J. J., “The Theory of Affordances”, in: R. Shaw and J. Bransford (Ed.), *Perceiving, Acting, and. Knowing*, Lawrence Erlbaum, 67-82, 1979.
- Held, R. and Hein, A., “Movement-produced stimulation in the development of visually guided behavior”, in: *J Comp Physiol Psychol* 56: 872-876, 1963.
- Hurley, S., *Consciousness in action*, Cambridge, MA: Harvard University Press, 1998.
- Jaspers, K., *General Psychopathology*, Baltimore and London, Johns Hopkins University Press, 1913/1997.
- Kyselo, M., “The enactive approach and disorders of the self - the case of schizophrenia”, in: *Phenom Cogn Sci*, doi:10.1007/s11097-015-9441-z, 2015.
- Martin, L., Pohlmann, V., Koch, S. C., Fuchs, T., “Back into Life: Effects of embodied therapies on patients with schizophrenia”, in: *European Psychotherapy 2016/2017: Embodiment in Psychotherapy*,

- 13권/European Psychotherapy, Gernot Hauke (ed.), BoD(Books on Demand), 179-194, 2016.
- Maturana, U., and Varela, F., “Autopoiesis and Cognition: The Realization of the Living”, in: *Boston Studies in the Philosophy of Science*, vol.42. Dordrecht: D. Reidel, 1980.
- _____, *Der Baum der Erkenntnis*, 1987, 『삶의 나무』, 최호영 옮김, 갈무리, 2007.
- Mullen, P. E., “A modest proposal for another phenomenological approach to psychopathology”, in: *Schizophrenia Bulletin*, 33: 113-121, 2007.
- Röhrich, F., Gallagher, S., Geuter, U., Hutto, D., “Embodied cognition and body psychotherapy: The construction of new therapeutic environments”, in: *Sensoria: A Journal of Mind, Brain & Culture* 56: 11-20, 2014.
- Sass, L. A., Parnas J., and Zahavi, D., “Phenomenological psychopathology and schizophrenia: contemporary approaches and misunderstandings”, in: *Philosophy, Psychiatry, & Psychology* 18: 1-23, 2011.
- Spiegelberg, H., *Phenomenology in Psychology and Psychiatry: a Historical Introduction*, Evanston: Northwestern University Press, 1972.
- Thelen, E., and Smith, L. B., *A Dynamic Systems Approach to the Development of Cognition and Action*, Cambridge, MA: MIT Press, 1994.
- Torrance, S. and Froese, T., “An Inter-Enactive Approach to Agency: Participatory Sense-Making, Dynamics, and Sociality”, in: *Human Mente* 15: 21-53, 2011.
- Trevarthen, C., “Communication and cooperation in early infancy: a description of primary intersubjectivity”, in: M. Bullowa (ed.). *Before Speech: The Beginning of Interpersonal Communication*,

- Cambridge: Cambridge University Press, 321-347, 1979.
- Varela, F., “Neurophenomenology: a methodological remedy for the hard problem”, in: *Journal of Consciousness Studies* 3: 330-350, 1996.
- Varela, F., Thompson, E., & Rosch, E., *The embodied mind: Cognitive science and human experience*, Cambridge, MA: MIT Press, 1991, 『몸의 인지과학』, 석봉래 옮김, 김영사, 2013.
- Zautra, N., “Embodiment, Interaction, and Experience: Toward a Comprehensive Model in Addiction Science”, in: *Philosophy of Science*, Vol.82, No.5: 1023-1034, 2015.

An Essay on Enactive Theory of Mind Therapy

Lee, Kiheung (Wonkwang Univ.)

Today, in daily practice, well-being, happiness and healing are hot topics. And theoretically, the questions of understanding and changing the mind are the big issues. Regarding these issues, we can observe that holistic views are newly in progress. The extension of the mind concept expands in different directions such as body, mind, action, environment and spirituality. Accordingly, many ways of manipulating the mind from different directions are tested. Humanities therapy, religious or spiritual healing, etc., also take part in it.

The trend of this kind is discussed, in the case of psychology, with the concept of “cognitive behavioral therapy third flow”. However, it is questionable whether the characteristics of such a trend with such a name can be well captured. Instead, I propose to reconstruct it in the concept of the enactive theory of mind therapy. Then I try to clarify the ideological characteristics of enactivism in relation to the theory of autopoiesis, phenomenology, embodied cognition, and extended cognition. And then I tried to reveal important features of the “enactive theory of mind therapy” that describe psychological problems as the effects of complex structural relationships of body-mind-environment-metamind.

It follows that the enactive theory of mind therapy attempts to analyze, diagnose and cure mental illness not only from the bottom up but also from the top down methods. Moreover, the enactive theory of mind therapy offers anthropological, cultural and spiritual sciences

행화주의 마음치유: 시론 / 이기홍

alternatives to traditional analytical, reductionist and naturalistic (scientific) approaches. I've tried to elucidate this aspect with the examples of attunement disorder, autism, addiction.

Key words: enactivism, embodied cognition, F. Varela, autopoiesis, healing

이기홍 e-mail: culturalist@gmail.com

투 고 일	2017년 10월 15일
심 사 일	2017년 10월 30일
게재확정	2017년 11월 15일