

메타영성(Meta-Spirituality)과 지속 가능한 미래

- 디지털 시대 영성의 새로운 패러다임 -

지성용

(가톨릭관동대학교 · 중독재활상담학과 · 초빙교수)

- I. 서론 (Introduction)
 1. 연구 배경과 목적
 2. 연구의 중요성과 필요성
 3. 메타영성의 정의와 기존 영성개념과의 차별성
- II. 자아초월 심리학에 대한 기존 연구
 1. 초월적 경험의 심리적 효과
 2. 메타영성의 학문적 기초
 3. 상대적 주관성(relative subjectivity)의 개념
 4. 메타인지와 메타영성의 관계
- III. 메타영성의 주요 구성 요소
 1. 임사체험(Near-Death Experience, NDE)
 2. 빙의 및 무속 경험
 3. 엑스타시(Ecstasy) 및 신비주의 체험
 4. 종교적 신비주의와 탈자아(Beyond Ego) 체험
- IV. 메타영성과 디지털 시대의 윤리적 의사결정
 1. 디지털 사회에서의 윤리적 도전과 메타영성의 역할
 2. 디지털 미디어와 가상현실의 경험, 메타영성의 역할
 3. 몰입형 자기 탐색을 통한 메타영성 경험
- V. 메타영성과 AI의 융합적 전망

I. 서론 (Introduction)

1. 연구 배경과 목적

현대 인류는 디지털 전환과 기술발전으로 인해 개인의 삶과 사회구조 전반에 걸쳐 급격한 변화를 경험하고 있다. 디지털 기술의 확산은 사회 연결성을 강화하는 긍정적인 효과를 가져오는 동시에 익명성, 정보 과부하, 그리고 사회단절과 같은 새로운 윤리적 문제들을 야기했다.¹⁾ 특히, 알고리즘 편향과 같은 구조적 문제는 사회 불평등을 심화시키고, 개인은 디지털 환경에서 윤리적 딜레마와 가치 갈등에 직면하게 되었다.²⁾

이러한 환경 변화는 개인의 내적 성찰과 사회연대의 중요성을 재조명하게 했다. 기존 ‘영성’ 개념은 종교적 교리나 초월적 경험에 주로 초점을 맞추었으나, 복잡한 현대적 문제를 효과적으로 접근하고, 해결하는 데는 한계가 있었던 것이 사실이다. 이러한 맥락에서, ‘메타영성 (meta-spirituality)’은 전통적인 영성의 초월적, 종교적, 심리적 측면을 융합하며 현대적 맥락에 적합한 새로운 내적 성찰과 혁신의 접근법으로 제시하고자 하는 것이다. 메타영성은 인간의 내적 성찰을 통해 자아를 초월하는 경험을 강조하며, 이를 사회책임과 윤리적 실천으로 연결하려는 특징을 지닌다.

본 연구는 메타영성이 디지털 사회, 인공지능 시대를 살아가는 우리

1) Sherry Turkle, *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other* (New York: Basic Books, 2011), p. 45.

2) Luciano Floridi, *The Ethics of Information* (Oxford: Oxford University Press, 2013), p. 150.

가 직면한 윤리적, 사회적, 그리고 개인적 문제 해결에 어떻게 기여할 수 있는지를 탐구하는 것을 주요 목적으로 한다. 이를 위해 메타영성의 주요 개념과 구성 요소를 분석하고, 윤리적 의사결정과 사회연대, 지속 가능한 미래를 위한 실천적 가능성을 구체적으로 논의한다. 궁극적으로 본 연구는 메타영성이 디지털 사회의 도전 과제를 해결하는 데 있어 중요한 도구로 기능할 수 있음을 입증하고자 한다.³⁾

2. 연구의 중요성과 필요성

디지털 전환은 개인과 사회의 관계를 재구성하며, 현대사회에 독특한 윤리적, 사회적, 그리고 정서적 문제를 제기하였다. 익명성을 기반으로 한 디지털 상호작용은 개인 간의 신뢰와 사회연대를 약화시키는 동시에, 알고리즘과 빅데이터의 영향력은 개인의 선택과 행동을 통제하는 새로운 구조적 불평등을 초래하였다.⁴⁾ 더불어 정보 과부하와 즉각적 만족을 추구하는 디지털 환경은 개인의 내적 성찰을 저해하고, 깊은 자기 이해와 지속 가능한 관계 형성을 방해하고 있다.⁵⁾ 이러한 상황에서 기존의 ‘영성’ 개념은 주로 종교적 교리, 초월적 경험, 또는 심리적 치유에 초점을 맞추고 있어 복잡다단한 현대 문제를 해결하는 데 한계를 드러내고 있다.

3) Richard A. Emmons, *The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality* (New York: The Guilford Press, 1999), p. 115. Luciano Floridi, *The Ethics of Information* (Oxford: Oxford University Press, 2013), p.150. Sherry Turkle, *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other* (New York: Basic Books, 2011), p.89.

4) Floridi, *op.cit.*, p. 200.

5) Sherry Turkle, *op. cit.*, p. 280.

메타영성은 전통적인 영성의 종교적이고 초월적인 측면을 포함하면서도, 이를 넘어서는 현대적이고 실용적인 요구를 반영하는 새로운 패러다임으로 자리매김하고자 한다. 특히, 메타영성은 개인의 내적 성찰을 통해 자기 이해를 심화시키고, 이를 바탕으로 윤리적 의사결정과 사회책임을 수행하도록 유도한다. 이는 다양화된 사회구조 속에서 발생하는 가치 갈등을 완화하고, 디지털 시대에 맞는 새로운 형태의 사회 연대를 구축하는 데 기여할 수 있다.

본 연구가 다루고자 하는 메타영성은 단순히 기존 영성의 확장이 아니라, 디지털 시대의 특징적 문제들을 해결하기 위한 독창적인 접근법으로서의 중요성을 지닌다. 특히, 메타영성은 개인적 차원에서 자기성찰과 내적 평화를 도모하는 동시에, 사회 차원에서는 지속 가능한 관계와 연대를 강화함으로써 디지털 시대의 윤리적 선택을 위한 효과적인 대안을 제시할 수 있다. 이러한 관점에서 메타영성의 학문적, 실천적 연구는 개인과 사회의 조화를 이루는 데 필수적인 토대를 마련한다는 점에서 매우 중요한 의미를 가진다.

3. 메타영성의 정의와 기존 영성개념과의 차별성

1) 메타영성의 정의

메타영성(meta-spirituality)은 전통적 영성의 초월적, 종교적, 심리적 측면을 포함하면서 이를 초월하여 현대사회의 다양하고 복합적인 요구에 부응하기 위한 포괄적 접근법으로 정의된다. 이 개념은 개인의 내적 성찰과 사회책임을 연결하며, ‘메타인지적 사고’를 통해 자신의 행동과 선택을 객관적으로 평가하고, 윤리적 의사결정을 내리는 과정을

중심으로 한다.

메타영성은 인간의 초월적 경험과 심리적 성장만을 강조하는 데 그치지 않고, 사회연대, 윤리적 실천, 그리고 환경 지속 가능성을 동시에 고려하는 통합적 ‘프레임워크(Frame work)’를 제시한다. 이를 통해 개인은 자신의 내적 성장과 더불어 사회맥락에서의 역할을 재정립하고, 디지털 시대의 복잡한 윤리적 문제들에 대해 실질적이고 실행 가능한 대안을 모색할 수 있다.

2) 영성개념의 성장과 확장

영성(spirituality)의 개념은 역사적으로 종교적 맥락에서 출발하였다. 특히 초기 그리스도교 시대(1세기부터 4세기까지) 영성은 특정한 종교적 교리를 따르는 금욕과 묵상의 실천으로 이해되었으며, 신적 존재와의 교감을 통해 초월적 경험을 추구하는 것으로 정의되었다. 이러한 초기 영성은 사막 교부들(Desert Fathers)의 금욕적 전통과 수도원 운동을 통해 제도화되었으며, 이후 중세에 이르러 점차 다양한 신비주의적 체험과 실천으로 확장되어 나갔다.⁶⁾ 고대 종교 전통에서는 영성을 인간이 신과의 관계를 맺고 내적 성찰을 통해 구원을 추구하는 과정으로 보았다. 그리스도교에서는 초기 교부들이 영성을 신과의 직접적인 관계 속에서 이해하며, 금욕적 실천과 기도를 통해 신성과의 합일을 이루고자 했다. 불교에서도 영성은 해탈(nirvana)을 향한 수행과 명상을 통해 인간의 본질적 깨달음을 추구하는 과정으로 자리 잡았다. 근대 이후에는 영성개념이 점차 세속화되면서, 종교적 교리를 초월하여 개

6) Bernard McGinn, *The Foundations of Mysticism: Origins to the Fifth Century*, vol. 1 (New York: Crossroad Publishing, 1991), p. 23.

인의 내적 탐색과 의미 추구를 강조하는 방향으로 확장되었다.

빅터 프랭클(Viktor Frankl)은 인간이 궁극적인 의미를 찾고자 하는 본질적 욕구를 강조하면서, 영성이 단순한 종교적 믿음이 아니라 인간실존의 근본적인 요소임을 주장하였다. 그는 인간이 극한의 상황에서도 삶의 의미를 찾으려는 의지가 있으며, 이러한 의미 탐색이 궁극적으로 영적인 차원과 연결된다고 보았다.⁷⁾

여기에서의 ‘초월’은 단순한 초감각적 경험을 의미하는 것이 아니라, 현존하는 세계를 넘어선 보다 높은 차원의 실재를 탐색하고자 하는 인간의 본능적 갈망을 의미했다. 이는 지금 우리가 살고 있는 ‘여기’가 아닌, ‘피안(彼岸, the other shore)’의 세계를 향한 내적 경험과 연결되었으며, 종교적 전통 속에서 신성과의 합일, 궁극적 깨달음, 혹은 존재의 의미를 찾는 과정으로 이해되었다. 이후 심리학이 발전하면서 영성의 개념은 점차 종교적 교리를 초월하여 개인의 내적 성장과 심리적 통합을 강조하는 방향으로 확장되었다. 아브라함 매슬로우(Abraham Maslow)는 인간의 동기와 성장에 관한 연구에서 자아실현(self-actualization)의 개념을 제시하며, 인간의 최상위 욕구로서 ‘자아초월적 경험(transcendent experience)’을 강조했다. 그는 개인이 깊은 몰입 상태에서 초월적 통찰을 경험할 수 있으며, 이러한 경험이 심리적 건강과 자아 통합을 이루는 핵심 요소라고 주장했다. 이러한 관점에서 영성은 특정한 종교적 신념에 국한되지 않고, 인간이 자신의 존재를 보다 깊이 탐색하고 내적 조화를 이루며 궁극적인 의미를 발견하는 과정으로 이해되었다.⁸⁾

7) Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning* (New York: Simon & Schuster, 1985), pp. 102-104.

8) Abraham H. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature* (New York: Viking Press,

자아초월심리학(transpersonal psychology)은 현대 심리학의 틀 안에서 영성을 인간의 심리적, 정서적 성장의 핵심 요소로 통합하려는 대표적인 시도이다. 이는 1960년대 이후 등장한 영성 이해의 확장을 보여준다. 그러나 이러한 시도 이전에 지배적이었던 전통적 영성 개념, 즉 종교 제도 중심, 개인의 내면 수양과 구원에 집중된 형태의 영성은 사회 구조적 문제나 공동체적 갈등 해결에는 실질적 개입이 어려웠다. 특히 디지털 전환과 다원화된 현대사회에서 발생하는 윤리적·사회적 복합 문제를 다루기 위해서는, 개인 구원 중심의 영성 개념을 넘어서는 새로운 통합적 접근이 요구된다.⁹⁾ 그래서 먼저, 전통적인 영성개념이 어떻게 형성되었고, 시대적 맥락에 따라 변화해 온 과정을 분석해야 한다. 이를 통해 메타영성이 기존의 ‘영성’ 개념과 어떤 차별적 특성을 가지며, 현대 사회에 필요한 이유를 설명해야 한다.

고대의 영성은 우주와 자연과의 조화를 통해 인간이 신성에 접근하는 개념에 집중했다. 인간은 자연 현상을 통해 신의 존재를 경험했고, 우주와 인간의 내적 조화를 추구하며, 초월적인 신과의 일치를 강조했다. 중세는 신학적 사상과 구원의 개념이 영성의 중심이 되었고, 신과의 관계가 영성의 핵심이었다. 교회의 권위 아래에서 신앙과 구원, 그리고 내면(영신) 수련이 강조되었으며, 신(神)과의 깊은 일치와 헌신을 통해 영혼의 구원을 추구했다. 근대의 이성주의와 과학적 혁명이 영성의 틀을 바꾸었고, 인간 중심의 자율적 영성과 자기 탐구가 등장했다. 과학과 철학의 발전이 신(神)중심적 시각에서 벗어나 자기성찰과 내적

1969), pp. 35-40, 45.

9) Thomas Hart, "The Integration of the Spiritual and the Psychological: Toward a Psycho-Spiritual Model of Human Development," *Journal of Humanistic Psychology* 40, no. 1 (2000), pp. 45-63. Ken Wilber, *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy* (Boston: Shambhala, 2000), pp. 5-20.

성장에 대한 개념을 부각시켰으며, 합리적이고 개인적인 신념이 강조되었다. 최근에 이르러 현대 영성은 자아실현과 초월적 경험, 개별적 탐구와 통합적 접근을 통해 내적 평화를 추구한다. 심리학, 특히 자아초월심리학(Transpersonal Psychology)이 영성의 영역에 영향을 미치면서, 개별적이고 다양한 영성 추구 방식이 나타났고, 초월적 경험과 ‘자아실현’을 넘어서는 ‘자아초월’이 중요한 주제로 자리 잡았다.

3) 메타영성과 기존 영성개념과의 차별성

영성은 인간의 내면적 성찰과 삶의 목적을 탐구하는 데 핵심적인 역할을 해왔다. 그러나 현대사회의 다원적이고 기술 중심적인 변화 속에서 기존 영성의 한계가 드러나고 있다. 본고는 메타영성과 기존 영성을 비교 분석하여 그 차별성을 논의한다. 메타영성은 초월적 경험의 윤리적 실천화, 개인 성장의 사회연대 확장, 메타인지적 사고 통합, 다원적 관점과 지속 가능성 추구를 통해 기존 영성개념을 확장하고 보완한다. 이를 통해 메타영성이 현대 사회에서 영성의 새로운 패러다임으로 자리 잡을 가능성을 제시한다. 영성은 전통적으로 종교적 신념과 내적 성장에 초점을 맞추며, 인간 경험의 초월적 측면을 탐구해왔다.¹⁰⁾ 그러나 21세기에 접어들면서 디지털화와 글로벌화가 가속화됨에 따라, 기존의 영성개념은 한계를 드러내고 있다. 특히, 단일 종교 중심의 접근법은 다원화된 사회에서 실천적 적용 가능성이 제한적이며, 개인 중심의 영성은 사회책임과 공동체 연대를 간과한다는 비판을 받고 있다.¹¹⁾

10) Charles Taylor, *A Secular Age* (Cambridge, MA: Belknap Press of Harvard University Press, 2007), p. 423.

11) David Tacey, *The Spirituality Revolution: The Emergence of Contemporary Spirituality* (Hove: Brunner-Routledge, 2004), p. 112.

이러한 문제의식을 바탕으로, 본 연구는 메타영성을 새로운 영성 모델로 제안하고, 기존 영성과의 차별점을 심도 있게 논의하고자 한다.

(1) 종교적 초월에서 윤리적 실천으로의 전환

기존의 영성 개념은 종교적 교리와 신성한 존재와의 관계를 중심으로 형성되었으며, 초월적 체험과 내면적 성찰을 중요한 요소로 삼는다. 그러나 이러한 영성 전통에서도 아빌라의 데레사가 『영혼의 성』(*The Interior Castle*)에서 강조하듯, 깊은 내적 합일은 타인을 향한 사랑과 실천으로 나아가는 것을 필수적으로 포함한다.¹²⁾ 그럼에도 불구하고 현대사회의 복잡한 윤리적·사회적 문제들 앞에서는 기존 영성 전통이 제도나 신비체험에 머무르며 사회적 실천의 구조화에는 상대적으로 한계를 보였다는 지적이 있다.¹³⁾ 이에 따라 메타영성은 초월적 체험을 개인 차원에 머무르지 않고, 윤리적 책임과 사회적 실천으로 확장하려는 시도로 등장하였다. 이는 단순한 명상과 내적 성장에 국한되지 않고, 자연에 대한 감수성을 증진시키고, 환경보호, 사회 약자에 대한 지지, 윤리적 소비 및 지속 가능한 삶의 방식 채택과 같은 구체적인 윤리적 행동을 강조한다.¹⁴⁾ 이러한 접근은 영성을 개인적 차원이 아닌 사회연대와 공동체적 가치 속에서 실현하는 방향으로 나아가게 한다.¹⁵⁾ 기존 영성에서는 기도나 전례, 종교적인 의례, 명상을 통해 내적 평화를 추구했

12) Teresa of Ávila, *The Interior Castle*, trans. E. Allison Peers (New York: Image Books, 1961), pp. 210-215. 특히 7th Mansion에서 '하느님과의 합일은 마르타처럼 봉사하는 삶으로 드러나야 한다'라고 강조한다.

13) William Schweiker, *Theological Ethics and Global Dynamics: In the Time of Many Worlds* (Oxford: Blackwell, 2005), p. 78; Charles Taylor, *A Secular Age* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2007), p. 425.

14) *Ibid.*, p. 81.

15) *Ibid.*, p. 85.

다면, 메타영성은 그러한 영적 활동의 결과를 사회 행동으로 전환하여 인간의 존엄과 가치를 제고하는 실천, 기후위기나 환경을 지켜내려는 운동, 공동선을 향한 구체적인 일상의 실천 등을 모색한다.

(2) 개인적 성장에서 사회연대로의 확대

기존의 영성개념은 주로 자기실현, 심리적 성장, 그리고 내적 평화를 핵심 목표로 삼았다. 이러한 접근은 개인의 내면적 탐구와 정서적 안정을 강조하며, 초월적 경험을 통한 자기 변화와 심리적 통합을 중시했다. 그러나 이러한 영성은 개인의 내적 상태에 초점을 맞추면서 외부 세계와의 연계는 상대적으로 배제하거나, 최소한의 관심만을 두는 경향이 있었다. 종교적 전통에서 영성은 신과의 관계를 통해 개인이 영적 완성을 이루는 과정으로 이해되었으며, 현대 심리학적 영성 역시 주로 개인의 심리적 성장과 자기계발에 집중하는 모습을 보였다. 그 결과, 기존의 영성개념은 사회책임이나 공동체적 실천에 대한 구체적인 논의를 충분히 포함하지 못했으며, 외부 세계와의 연관성을 모호하게 다루거나 제한적인 방식으로 제시하는 한계를 드러냈다.¹⁶⁾

그러나 진일보한 메타영성의 체계 안에서는 개인의 성장을 공동체 의식과 사회연대로 확장한다. 메타영성은 인간이 서로 연결된 존재임을 강조하며, 사회문제 해결을 위한 협력과 연대를 중요한 목표로 삼는다. 곧, 전통적 영성에서는 자기성찰과 치유를 강조했다면, 메타영성은 이를 기반으로 공동체 문제 해결에 기여하는 실천적 접근을 요구한다.

16) David Tacey, *The Spirituality Revolution: The Emergence of Contemporary Spirituality* (Hove: Brunner-Routledge, 2004), pp. 45, 48, 52, 55, 60.

(3) 메타인지적 사고의 통합

기존의 영성개념은 감정과 직관 중심의 체험적 요소를 강조하며, 종교적 신념과 도그마적 교리에 대한 의존성이 강한 경향을 보였다.¹⁷⁾ 이러한 영성은 신앙적 확신과 개인적인 영적 체험을 중시하면서도, 신념과 행동을 비판적으로 검토하거나 수정하는 능력에는 상대적으로 관심을 덜 기울였다.¹⁸⁾ 이에 반해, 메타영성은 메타인지적 사고를 기반으로 개인이 자신의 신념과 행동을 객관적으로 평가하고 조정할 수 있는 능력을 강조한다. 메타영성은 디지털 시대의 복잡한 윤리적 딜레마와 가치 갈등 속에서 단순한 신념 체계가 아닌 체계적 사고를 요구한다. 기존의 영성이 개인의 신앙적 확신을 강화하는 데 초점을 맞추었다면, 메타영성은 자신의 신념과 행동이 사회적, 윤리적으로 어떤 영향을 미치는지를 성찰하도록 유도하는 방향으로 나아간다. 이는 개인의 영적 경험을 사회책임과 연결하고, 신념이 단순한 확신이 아니라 지속적인 성찰과 조정을 거쳐야 함을 강조하는 접근 방식이라 할 수 있다.

(4) 다양한 관점과 지속 가능성 추구

기존 영성의 개념 안에서는 단일 종교적 세계관에 기반하며, 다양한 관점을 수용하는 데 한계가 있었다. 환경이나 지속 가능성 문제는 종교적 교리의 부차적인 요소로 다뤄졌고¹⁹⁾ 특히나 유일신론의 프레임을 가진 큰 종교의 영역에서는 다양한 관점을 수용하기가 어렵다. 그러나 메타영성의 시스템은 특정 종교에 제한되지 않고 다양하고 포용적인

17) John H. Flavell, *Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive-Developmental Inquiry* (American Psychologist, 1979), p. 907.

18) *Ibid.*, 910.

19) Brian Swimme and Thomas Berry, *The Universe Story: From the Primordial Flaring Forth to the Ecozoic Era* (San Francisco: HarperSanFrancisco, 1992), p. 27.

접근을 취한다. 또한, 환경 지속 가능성과 같은 글로벌 문제 해결에 적극적으로 기여한다. 기존 영성이 특정 종교적 전통에서 윤리를 논의했다면, 메타영성은 종교적 경계를 넘어 과학적 생태학, 윤리적 가치, 종교적 지혜를 통합하고자 한다.

정리하자면, 메타영성은 기존 영성이 간과했던 사회책임, 다양한 포용력, 환경 지속 가능성을 새로운 핵심가치로 제시하며, 다양한 사회에서의 융합 능력을 가지려고 하는 노력이다. 이제 보편적인 영성은 특정 종교나 신념체계에 구속되지 않으면서, 다양한 문화와 가치체계를 통합할 수 있어야 한다. 동시에 디지털 시대의 적응성을 가지며 메타인지적 사고를 통해 디지털 환경에서의 윤리적 문제를 해결하는 데 기여해야 한다. 개인 중심의 영성을 공동체 중심의 실천으로 확장하여 현대 사회의 고립 문제를 해결할 수 있는 사회연대를 강화하는 역할을 하게 될 것이다. 이미 그러한 많은 시대적 징표들이 도처에 등장하기 시작했다. 기존의 기성종교의 활력이 떨어지는 모습, 기성종교의 구성원들이 이탈하는 통계들, 코로나19 이후 거세어진 비대면 문화와 선택적 대면 문화의 확산이 기존의 종교적 집합과 역동을 만들어내기에는 실질적인 동력을 잃어버리기 시작했고, 작은 영성공동체들과 동호(同好) 조합들의 출현이 새로운 영적 공동체의 맹아를 틔우며 성장하기 시작했다.

메타영성은 초월적 경험을 윤리적 실천으로 전환하고, 개인적 성장을 사회연대로 확장하며, 메타인지적 사고와 다양한 관점을 통합한다. 이러한 특성은 현대사회의 복잡한 문제에 대한 통합적이고 실천적인 대안을 제시할 것이다. 본 연구는 메타영성을 구체적으로 구현할 수 있는 방법과 다양한 사례 연구를 통해 이론을 실천적으로 확장하는 데 초점을 맞추어 나가려고 한다.

4) 연구의 목적

본 연구는 메타영성의 개념을 심도 있게 분석하고, 디지털 사회에서 메타영성이 윤리적, 사회적, 개인적 문제 해결에 어떻게 기여할 수 있는지를 탐구하는 데 목적을 둔다. 이를 위해 기존 영성개념의 발전 과정을 살펴보고, 메타영성의 구성 요소와 특징을 명확히 규정하며, 이를 디지털 환경에서 실질적으로 적용할 수 있는 방안을 제시하고자 한다.

II. 자아초월 심리학에 대한 기존 연구

자아초월심리학(transpersonal psychology)은 인간의 내적 성장과 초월적 경험을 통합적으로 다루며, 심리적 치유와 도덕적 실천, 사회 연결성을 강조하는 학문 분야로 발전해왔다. 기존 연구들은 자아초월의 다양한 효과와 그것이 개인과 사회에 미치는 영향을 분석하며, 이를 구체적인 적용 가능성을 가진 도구로 제시한다.

자아초월심리학에 기여한 주요 연구자들의 연구성과는 먼저 윌리엄 제임스(William James)가 지적한바, 개인의 주관적 경험이 자아 초월에 필수적이라고 주장했으며, 영적 경험이 인간의 심리적 발전에 기여한다는 경험의 중요성에 대한 강조였다. 반면 칼 구스타프 융(Carl, G. Jung)은 자아 초월이 개인의 무의식과 집단 무의식과의 관계를 통해 이루어진다고 강조하며, 자기실현(Self-Actualization)의 중요성을 논의했다. 융은 자아초월을 자기(Self)의 실현 과정으로 설명했다. 그는 무의식의 상징과 원형을 탐구하여 자아가 개인적인 한계를 넘어 보편적 의식과 통합되는 것을 강조했다. 융에게 자아초월은 전체성을 이

루는 과정의 핵심이었다.²⁰⁾ 로베르토 아사지올리(Roberto Assagioli)는 구체적으로 자아 초월을 위해 심리적 갈등을 극복하고, 인간의 잠재력을 실현하는 과정을 통해 개인의 통합을 추구해야 한다고 주장했다. 그리고, 아브라함 머슬로우(Abraham Maslow)는 자아실현과 초월적 경험을 화두로 삼았고, 자아실현을 인간 삶의 최종 목표로 보았으며, 초월적 경험(peak experiences)을 통해 개인이 자신의 한계를 넘어설 수 있다고 설명한다.²¹⁾

자아초월(self-transcendence)은 개인의 이기적이고 제한적인 자아를 초월하여 더 큰 가치, 타인, 우주적 실재, 혹은 초월적인 존재와 연결되려는 심리적, 영적 경향성을 말한다. 이는 인간이 삶의 의미를 찾고, 더 높은 수준의 통합과 성숙을 이루는 과정으로 이해되며, 심리학, 철학, 종교학, 영성학 등의 다양한 분야에서 논의되었다. 특히 인간의 자기실현과 초월적 경험을 다룰 때 주요 개념으로 등장했다.

자아초월심리학의 맹아를 틔운 앞선 학자들의 의견들을 토대로 머슬로우의 자아초월 개념은 이전과는 다른 차원으로 도약한다. 아브라함 머슬로우(Abraham Maslow)는 자아초월을 자기실현(Self-actualization) 이후의 단계로 보았다. 그는 자아초월을 개인의 욕구를 넘어선 타인과의 연대, 초월적 경험, 그리고 궁극적 진리를 추구하는 것으로 정의했

20) C. G. Jung, *The Archetypes and the Collective Unconscious*, Princeton: Princeton University Press, 1959, pp. 275-292.

21) 언급된 연구자는 모두 인본주의 심리학의 전개로써 인간의 잠재력과 성장 가능성을 강조하며, 자아 초월이 개인의 정신적, 정서적 복지를 증진하는 데 중요한 역할을 한다고 바라보았다. 참조: William James, 『종교적 경험의 다양성: 인간 본성에 대한 연구』, trans. 김재영 (파주: 한길사, 2000), 45쪽. Carl G. Jung, 『원형과 집단 무의식』, trans. 김전환 (서울: 열린책들, 2007), 120쪽. Abraham H. Maslow, 『존재의 심리학을 향하여』, trans. 최인철 (서울: 부키, 2013), 78쪽. Abraham H. Maslow, 『동기와 성격』, trans. 최인철 (서울: 부키, 2014), 95쪽. Roberto Assagioli, *Psycho-synthesis: A Collection of Basic Writings* (New York: Hobbs, Dorman & Company, 1973), p. 132.

다. 곧, 자아초월적 경험이 인간의 본질적인 욕구이며, 이를 통해 인간은 자신의 한계를 넘어서 더 큰 우주적 질서와 연결된다고 주장한 것이다.²²⁾

〈죽음의 수용소〉로 널리 알려진 빅터 프랭클(Viktor Frankl)은 자아초월을 인간 존재의 본질적인 부분으로 보고, 삶의 의미를 찾는 과정에서 자아를 초월하는 것이 중요하다고 강조했다. 그는 자아초월을 “의미를 찾기 위한 인간의 내재적 동기”로 설명하며, 고통 속에서도 초월적 목적을 발견할 수 있다고 보았다.²³⁾

동시대를 살아가는 켄 윌버(Ken Wilber)는 인간의 성장과 통합을 설명하는 통합이론(Integral Theory)에서 자아초월을 핵심개념으로 다뤘다. 그는 자아초월이 개체적 자아를 넘어 전체와 연결되는 과정이며, 이는 영적 성장을 통해 가능하다고 보았다. 또한, 자아초월을 의식의 고차원적 발달과정으로 설명했다.²⁴⁾

장 폴 사르트르(Jean-Paul Sartre)는 자아초월을 실존적 관점에서 자유의지와 선택의 문제로 접근했다. 그는 인간이 자신의 실존적 한계를 초월하려는 시도가 본질적인 자유를 찾는 과정이라고 주장했다.²⁵⁾

22) A. H. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature*. New York: Viking Press, pp. 259-276.

23) V. E. Frankl, *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 1984, pp. 133-145.

24) K. Wilber, *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy*. Boston: Shambhala, 2000, pp. 112-130.

25) J. P. Sartre, *Being and Nothingness*. New York: Philosophical Library, 1943, pp. 568-584.

1. 초월적 경험의 심리적 효과

초월적 경험은 인간이 자신의 자아 경계를 넘어 더 큰 존재나 세계와 연결됨을 느끼는 경험으로, 정서적 안정과 심리적 치유, 삶의 의미 추구에 중요한 역할을 한다.

1) 정서적 안정

초월적 경험은 개인이 자신의 문제를 더 큰 맥락에서 바라보도록 돕는다. 예를 들어, 종교적 명상, 자연 속의 몰입 경험, 예술적 창작 과정에서의 몰입 상태는 불안과 스트레스를 완화하고, 내적 평화를 제공한다. 종교적 명상이나 자연과의 조화로운 상호작용은 개인이 불안을 줄이고 감정적 균형을 회복하도록 돕는다. 예를 들어, ‘mindfulness(마음챙김)’와 같은 명상은 개인이 자신의 내면을 깊이 성찰할 수 있도록 하며, 이를 통해 심리적 불편함을 줄이고 자아 수용을 향상시킨다.²⁶⁾ 이러한 자기 통찰 과정은 감정 조절 능력을 높이고, 개인이 자신의 경험을 보다 객관적으로 이해하도록 돕는다.²⁷⁾ 또한, 자연 속에서의 몰입 경험은 심리적 복지(well-being)를 증가시키는 중요한 요소로 작용한다.²⁸⁾ 자연과의 조화로운 상호작용은 스트레스를 감소시키고 정서적 균형을 회복시키며, 환경 요소가 주는 안정감이 개인의 심리적 안정을 촉진하는 것으로 나타났다. 마찬가지로, 예술적 창작 과정에서 경험하는 ‘몰입(flow)’ 상태는 개인에게 심리적 회복과 긍정적 정서를 제공한다. 창작

26) Roger Walsh and Frances Vaughan, *Paths Beyond Ego: The Transpersonal Vision* (New York: Tarcher/Putnam, 1993), p. 56.

27) *Ibid.*, p. 60.

28) *Ibid.*, pp. 72-78.

활동을 통해 깊은 몰입 상태에 이르면, 개인은 자기표현을 극대화하면서 동시에 내적 평화를 경험하게 된다. 초월적 경험은 문제를 보다 거시적인 관점에서 바라볼 수 있도록 하여, 개인이 자신을 초월적인 질서나 우주적 체계의 일부로 느끼게 만든다.²⁹⁾ 이는 개인이 자기중심적 사고에서 벗어나 세계와의 연결성을 인식하는 데 기여하며, 자신이 겪는 문제의 상대성을 깨닫게 하는 역할을 한다. 이를 통해 개인은 심리적 안정감을 얻을 뿐만 아니라, 삶의 의미와 방향성을 보다 명확하게 설정할 수 있다. 초월적 경험은 단순히 스트레스를 해소하는 것을 넘어, 개인의 심리적 성장(psychological growth)을 촉진하는 중요한 과정이다. 이러한 경험은 자기 정체성을 확장하고, 공감 능력과 타인과의 연대감을 증진시키는 데 기여한다. 궁극적으로, 이는 자아실현의 과정에서 중요한 단계로 작용하며, 개인의 삶의 질을 높이는 데 중요한 요소가 된다.³⁰⁾

2) 심리적 치유

초월적 경험은 심리적 외상(trauma)이나 내적 갈등을 해소하는 데 중요한 역할을 한다. 이는 개인이 자신의 고통을 보다 넓은 맥락에서 이해하도록 도와주며, 궁극적으로 정서적 회복과 심리적 통합을 촉진한다. 특히, 심각한 질병이나 생사의 경계를 경험하는 개인들에게 초월적 경험은 삶의 의미를 새롭게 발견하는 기회를 제공할 수 있다. 한 연구에서는 암 환자가 초월적 명상 프로그램(transcendental meditation program)에 참여한 후, 자신의 질병을 단순한 고통의 과정이 아니라

29) *Ibid.*, pp. 85-95.

30) *Ibid.*, pp. 102-118.

더 깊은 영적 성장과 의미 발견의 기회로 인식하게 된 사례가 보고되었다.³¹⁾ 이 과정에서 환자들은 내면의 평화를 경험하고, 불안과 우울의 감소뿐만 아니라 삶에 대한 태도 변화까지 경험했다. 즉, 초월적 경험은 단순히 스트레스를 완화하는 수준을 넘어, 심리적 치유(psychological healing)와 자아 통합(self-integration)에 기여하는 중요한 요소로 작용한다. 이러한 연구 결과는 종교적 혹은 비종교적 맥락을 떠나, 초월적 경험이 개인의 정서적 안정과 정신 건강에 미치는 긍정적 영향을 강조한다. 이는 심리치료와 영성(spirituality)의 접점을 탐색하는 연구에서도 중요한 주제로 다루어지고 있으며, 초월적 경험이 심리적 회복력을 높이는 데 있어 실질적인 효과를 지닌다는 점을 시사한다.³²⁾

초월적 경험은 개인이 자신을 더 큰 맥락에서 바라보게 함으로써 삶의 의미를 재구성하고, 내적 갈등을 치유할 수 있도록 돕는다. 이는 인간이 고통을 단순히 제거해야 할 대상으로 보지 않고, 성장의 도구로 인식하게 함으로써 치유를 촉진한다. 메타영성은 인간의 치유를 단순히 신체적 건강으로 제한하지 않고, 심리적 및 영적 통합을 포함한 전인적 치유를 목표로 한다. 초월적 경험은 의학적 치료가 다룰 수 없는 차원 — 특히 삶의 목적, 관계, 정서적 안정과 관련된 문제 — 에서 심리적 해방과 성장의 기회를 제공한다. 암 환자 사례에서 볼 수 있듯이, 초월적 경험은 환자가 자신의 상황을 받아들이고, 고통 속에서도 의미를 발견

31) David Shapiro, "Adverse Effects of Meditation: A Preliminary Investigation of Long-Term Meditators," *International Journal of Psychosomatics* 39, no. 1-4 (1992): pp. 62-67; Michael J. Levin, "Spirituality and Quality of Life in Cancer Survivorship," *Psycho-Oncology* 11, no. 6 (2002): pp. 493-500. 이 논문에서는 명상 및 영적 개입이 암 생존자의 삶의 질 향상, 영적 의미 인식, 심리적 회복력 증가 등에 긍정적 영향을 미쳤음을 보여준다.

32) Kenneth I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, and Practice* (New York: Guilford Press, 1997), pp. 210-245

할 수 있도록 돕는다. 이를 통해 메타영성은 단순히 기존 의료 체계를 보완하는 수준을 넘어, 인간 경험의 통합적 치유를 목표로 하며, 이는 현대의학의 한계를 넘어서는 강력한 도구로 작용할 수 있는 가능성을 말해주고 있다.³³⁾

3) 삶의 의미 추구

초월적 경험은 개인이 자신의 삶에 새로운 의미를 부여하고, 자기초월적 목표를 설정하도록 유도한다. 이는 삶의 만족도를 높이고, 회복탄력성을 강화하는 데 기여한다. 초월적 경험은 인간의 심리적 성장과 삶의 의미를 재구성하는 데 중요한 역할을 한다. 이는 개인이 일상적 고민을 초월하여 더 높은 수준의 목표를 설정하도록 유도하며, 궁극적으로 삶의 만족도와 회복탄력성을 강화하는 데 기여한다.³⁴⁾

빅터 프랭클(Frankl, 1905-1997)은 인간의 영성을 실존적 차원에서 이해하고자 하였으며, 고통 속에서도 삶의 의미를 발견하려는 존재로 인간을 보았다. 그의 연구에 따르면, 극한의 고통 속에서도 의미를 발견한 사람들은 더 높은 회복력을 보여준다. 초월적 경험은 개인이 자신을 더 큰 맥락에서 이해하고, 자기초월적 목표를 설정하도록 돕는다. 예를 들어, 자연 속 몰입 경험이나 종교적 명상은 개인이 삶에 새로운 통찰을 얻고, 자기 존재의 목적을 재정립하도록 촉진한다. Frankl은 이를 “의미를 통한 치유”라고 표현하며, 이는 단순한 심리적 안정 이상으로 인간의 근원적 욕구를 충족한다고 설명한다.³⁵⁾ 초월적 경험은 개인

33) *Ibid.*, pp. 245.

34) Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning*, rev. ed. (Boston: Beacon Press, 1985), p. 85.

35) *Ibid.*, p. 108

이 고통이나 스트레스를 더 큰 관점에서 바라보게 하여 회복탄력성을 강화한다. 회복탄력성은 어려움 속에서도 적응하고 성장할 수 있는 능력으로 정의되며, 이는 삶의 의미와 직결된다. 연구에 따르면, 자기초월적 목표를 가진 사람들은, 보다 높은 수준의 삶의 만족도를 경험하며, 이는 스트레스와 불안에 대한 내성을 증가시킨다.³⁶⁾

메타영성은 초월적 경험을 삶의 의미를 재발견하고, 더 높은 차원의 목적을 추구하는 과정으로 본다. 이는 단순히 개인적 성장에 국한되지 않고, 사회연대와 공존을 강화하는 데 기여한다. 초월적 경험은 개인이 자신을 초월적 질서나 우주적 체계의 일부로 인식하게 하여, 삶의 목적과 방향성을 명확히 설정하도록 돕는다. 이러한 과정은 회복탄력성을 강화할 뿐만 아니라, 삶의 질을 전반적으로 향상시키는 데 중요한 역할을 한다.³⁷⁾

2. 메타영성의 학문적 기초

메타영성은 인간의 내적 성찰, 초월적 경험, 그리고 사회실천을 통합하려는 현대적 접근법으로, 다양한 학문적 기반에서 그 이론적 틀을 형성한다. 이는 영성학, 신경과학, 윤리학, 그리고 사회학의 통찰을 통합하여 개인의 내적 성숙과 사회책임을 조화롭게 연결하고자 한다.

영성은 전달되거나 가르쳐지는 것이 아니라, 개인에 의해서 탐구되고, 체험되며, 경험되어야 한다. 영적 지식은 개인적 지식이며, 새로운 경험을 향해 자신을 더 개방할수록, 내적 성찰이 더 깊어질수록 영적 지

36) *Ibid.*, pp. 113-117.

37) *Ibid.*, p. 130.

식에 그만큼 더 쉽게 다가갈 수 있다. 그래서 인본주의 심리학자들과 자아초월심리학자들은 영성의 심리학적 이해와 융합적 이해를 위해 많은 도움을 주었다. 인본주의 심리학(humanistic psychology)의 대표 주자 A. 매슬로우, E. 프롬, R. 아사지올리 그리고, 네 번째 큰 흐름인 자아초월심리학(trans-personality Psychology)에서는 타르트, 윌버, 그로프 등이 대표적인 학자로 거론될 수 있다. 정신분석, 행동주의, 인본주의 심리학에 이어 네 번째 큰 흐름은 객관적이라는 표현으로 담아 내기가 어려웠다. 자아초월심리학은 내면의 의식 상태에 집중하는데, 그 의식 상태 안에서 인간은 스스로를 초월하여 다른 사람에게로 향하거나, 또는 자연이나 우주로 향한다. 그러나 ‘내면의 법정(inner tribunal)’에서 이루어지는 일들을 우리는 객관성(objectivity)이라는 그릇으로 담아낼 수는 없다. 그래서 메타영성(meta-spirituality)은 근자의 ‘상대적 주관성(relative subjectivity)’이라는 개념 안에서 ‘내면의 법정’에서 발생하는 많은 것들을 설명하려고 하는 것이다.

3. 상대적 주관성(relative subjectivity)의 개념

‘상대적 주관성(relative subjectivity)’이라는 개념은 인간의 심리적, 영성적, 종교적 경험에서 주관성과 객관성의 경계가 모호하게 얹혀 있음을 설명하는 데 유용한 프레임이 될 수 있다. 인간의 내면 경험은 단순히 주관적이거나 객관적인 것이 아니라, 상황과 맥락에 따라 유동적으로 변하는 성질을 지닌다. 이 개념은 개인이 스스로를 주체로서 인식하면서도, 동시에 외부 세계와 자신을 객관적으로 바라보는 역동을 포괄한다. 이러한 상호작용은 종교적 체험이나 영적 깨달음에서 자주 나

타나는 현상으로, 인간 내면에서 주관과 객관이 공존하고 융합되는 양상을 설명할 수 있다.

1) 현상학적 관점과 체험의 상대성

에드문트 후설과 같은 현상학자들은 인간의 모든 경험이 ‘의식의 흐름’을 통해 주관적으로 구성되며, 주체와 객체 간의 관계가 경험의 본질을 규정한다고 주장한다. 주관적 경험은 개별적이고 고유하지만, 이를 통해 우리는 객관적 진리에 접근하려는 경향, 방향을 가진다. 종교적 경험 또한 이러한 상대적 주관성에서 이해할 수 있으며, 이는 개인의 심리적·영적 성장 과정에서 중요한 요소가 된다.³⁸⁾

2) 심리학적 투사(projection)와 내면적 투영

칼 융은 투사를 통해 개인이 자신의 내면적 경험을 외부로 투영하는 과정을 설명했다. 이 과정은 주관과 객관의 경계가 흐려지는 ‘상대적 주관성’을 잘 보여주는 예시이다. 예를 들어, 종교적 경험에서 사람들은 자신의 내면적 갈등이나 욕망을 신적 존재에 투사할 수 있으며, 이를 통해 심리적 안정을 찾고 내면의 조화를 이루게 된다.³⁹⁾

38) E. Husserl, *Ideas: General Introduction to Pure Phenomenology*. Allen & Unwin, 1931 pp. 45-52; D. Zahavi, *Subjectivity and Selfhood: Investigating the First-Person Perspective*. MIT Press, (MIT Press 판), 2005년, pp. 102-108.

39) C. G. Jung, *Psychology and Alchemy*, trans. R. F. C. Hull (Princeton: Princeton University Press, 1968), p. 37; Murray Stein, *Jung's Map of the Soul: An Introduction* (Chicago: Open Court Publishing, 1998), p. 52.

3) 내러티브 정체성과 의미 구성

폴 리코르(Paul Ricoeur)와 같은 학자들은 인간 경험의 내러티브가 주관성과 객관성의 경계를 융합한다고 주장한다. 개인은 자신의 삶의 경험을 해석하고 이야기로 재구성하며, 이를 통해 존재의 의미를 구성한다. 리코르는 이러한 과정을 ‘미메시스(mimesis)’ 개념을 통해 설명하는데, 이는 경험이 시간적 흐름 속에서 내러티브로 변형되는 세 가지 단계(미메시스 I, II, III)를 포함한다. 첫 번째 단계(미메시스 I)에서는 인간의 삶이 이미 내러티브적 구조를 가지고 있으며, 두 번째 단계(미메시스 II)에서는 이를 해석하여 이야기로 구성한다. 마지막으로 세 번째 단계(미메시스 III)에서는 구성된 이야기가 다시 삶에 영향을 미치며, 개인과 사회의 정체성 형성에 기여한다. 이러한 내러티브적 정체성(narrative identity) 개념은 종교적, 영적 경험에서도 중요하게 작용하며, 개인의 주관적 체험이 어떻게 상대적 객관성을 획득하는지를 설명하는 틀이 된다.⁴⁰⁾

심리학자 댄 맥아담스(Dan P. McAdams) 또한 인간이 자신의 인생을 스토리텔링 방식으로 해석하고, 이를 통해 자아 정체성을 구축하는 과정을 연구했다. 그는 “삶의 이야기(life story)” 개념을 통해 인간이 자신의 경험을 특정한 내러티브 패턴으로 구성함으로써 자아의 일관성과 의미를 찾는다고 보았다. 이 과정은 단순한 회고적 기술이 아니라, 인간이 자신의 삶을 지속적으로 재해석하며 성장하는 중요한 심리적 메커니즘을 제공한다.⁴¹⁾

40) Paul Ricoeur, *Time and Narrative*, trans. Kathleen McLaughlin and David Pellauer (Chicago: University of Chicago Press, 1984), pp. 52-57.

41) Dan P. McAdams, *The Person: An Introduction to the Science of Personality Psychology* (Hoboken, NJ: Wiley, 2008), pp. 214-220.

4) 상징적 상호작용과 자아 정체성의 사회형성

조지 허버트 미드(George Herbert Mead)는 자아가 사회상호작용을 통해 형성된다고 주장하면서, 인간의 경험이 사회구성물임을 강조했다. 그의 이론에 따르면, 개인의 정체성은 타인과의 상호작용 속에서 점진적으로 형성되며, 자아는 단순한 내적 실체가 아니라 사회관계를 통해 구성되는 동적인 개념이다. 이러한 관점은 종교적·영적 경험에도 적용될 수 있으며, 상대적 주관성을 통해 개인이 사회적·문화적 맥락 안에서 자신의 경험을 해석하면서도 일정한 객관성을 유지하는 과정을 설명한다.⁴²⁾ 어빙 고프먼(Erving Goffman) 또한 인간이 일상생활에서 사회역할을 수행하며 자신의 자아를 구성한다고 보았다. 그는 개인이 특정한 사회맥락에서 자아를 연출하는 방식(The Presentation of Self in Everyday Life)을 분석하며, 자아가 고정된 실체가 아니라 상호작용 속에서 변화하는 퍼포먼스적 성격을 지닌다고 주장했다. 이는 종교적 경험에서도 동일하게 나타나며, 개인이 사회구조 안에서 영적 정체성을 형성하는 과정을 설명하는 데 중요한 틀이 된다.⁴³⁾

5) 정신적 초월과 주관·객관의 융합

켄 윌버(Ken Wilber)는 정신적 초월(transcendence) 경험에서 주체와 객체의 경계가 사라지며, 개인이 더 큰 존재와 연결되는 경험을 하게 된다고 설명한다. 그는 인간 의식의 발달단계를 설명하며, 궁극적으로 개인이 자아를 초월하여 더 높은 차원의 보편적 의식과 합일하는 경

42) George H. Mead, *Mind, Self, and Society*, ed. Charles W. Morris (Chicago: University of Chicago Press, 1934), pp. 135-140.

43) Erving Goffman, *The Presentation of Self in Everyday Life* (New York: Anchor Books, 1959), pp. 28-45.

험을 할 수 있다고 보았다. 이러한 영적 경험은 상대적 주관성의 본질을 드러내며, 종교적 체험에서 개인의 주관적 경험이 어떻게 우주적 진리와 접촉하는지를 설명하는 중요한 개념이 된다.⁴⁴⁾

윌리엄 제임스(William James) 또한 『종교적 경험의 다양성(The Varieties of Religious Experience)』에서 종교적 체험이 단순한 심리적 현상이 아니라, 개인의 의식이 보다 높은 실재와 접촉하는 과정일 수 있음을 강조했다. 그는 신비적 경험이 주관과 객관의 경계를 허물고, 개인이 더 높은 존재와의 합일을 경험하게 하는 중요한 통로라고 보았다. 이는 종교적 경험이 단순한 주관적 환상이 아니라, 인간이 실재를 경험하는 하나의 방식이 될 수 있음을 시사한다.⁴⁵⁾

이와 같은 ‘상대적 주관성’ 개념은 인간 내면의 심리적·영성적 역동을 설명하는 도구가 될 수 있다. 주관적 경험이 어떻게 객관성을 추구하면서도 본질적으로 상대적일 수 있는지에 대한 이해는, 종교적·영적 경험을 보다 풍부하게 해석하며 메타영성의 근간을 이루는 사유의 핵심이다.

4. 메타인지와 메타영성의 관계

메타인지(metacognition)는 자신의 사고 과정을 인식하고 조절하는 능력으로 정의되며, 메타영성에서 핵심적인 역할을 한다. 메타영성은 메타인지적 사고를 통해 자신의 내적 경험과 외부 세계를 비판적으

44) Ken Wilber, *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy* (Boston: Shambhala Publications, 2000), p. 95.

45) William James, *The Varieties of Religious Experience* (New York: Longmans, Green, and Co., 1902), pp. 227. 250.

로 분석하고, 자신의 신념과 행동을 윤리적 관점에서 평가할 수 있도록 한다. 특히, 메타영성은 메타인지적 자기성찰을 통해 자기 이해를 심화한다. 자신의 생각과 말과 행동을 객관적으로 이해하고, 내적 성장의 기반을 마련한다. 또한, 윤리적 의사결정을 개선하여 복잡한 윤리적 딜레마를 해결하기 위한 논리적이고 통찰력 있는 접근 방식을 개발할 것이다.

메타영성은 인문학, 자연과학, 사회과학을 아우르는 통합적 시각으로 인간의 영성 이해를 다각화하고 있다. 또한, 양자물리학의 ‘얽힘(entanglement)’ 개념을 바탕으로, 개인과 타자, 우주와의 상호 연결성을 강조하며, AI와 디지털 환경에서의 상호작용을 통해 새로운 형태의 영적 탐구 방식을 제공한다. AI가 자기탐구와 성찰을 지원하며, 자아 성장에 기여하는 도구가 될 가능성을 추구하며 ‘인간에게 의미 있고 가치 있는 활용의 발견’을 건지한다. 전통적 자아초월심리학을 넘어, ‘핵개인’으로서의 더 깊은 수준의 통합적 성장과 깨달음을 강조한다. ‘핵개인’은 나아가 글로벌 공동체를 지향하며 디지털 연결을 통해 초국가적 영적 공동체와 상호작용을 가능하게 할 것이며, 새로운 형태의 연대감을 형성하게 될 것이다. 메타영성은 고정된 교리나 전통에 얽매이지 않고, 끊임없이 진화하고 적응할 수 있는 유연성을 중시한다. 전통의 구속 없이, 개인의 경험과 탐구를 바탕으로 한 맞춤형 영성 경험을 강조하는 흐름을 존중한다. 인간 내면의 복잡성과 다양한 자아 측면에 대한 깊이 있는 이해를 가능하게 하는 심층적 자아 탐구의 과정이 진행된다. 결국, 궁극에 이르러, 전체성을 깨닫게 되는 메타영성은 인간 존재를 홀리스틱한(holistic) 관점에서 이해하며, 마음, 몸, 영혼, 그리고 사회적 관계까지를 아우르는 통합적 접근을 지향한다. 관점을 융합하며, 혼(soul)과 정신(spirit)을 하나로 보는 전체적 존재의 인식을 가지게 되

고, 인간과 그들이 만든 모든 문화가 우주와의 통합된 존재와 양상, 행태임을 깨닫게 된다.

메타인지와 메타영성의 융합은 영적 성찰과 자기 인식 능력을 통해 인간의 행동과 사고를 윤리적으로 재구성하고, 이를 실천 가능한 방식으로 제시하려는 학문적 시도이다. 본 연구는 메타인지적 사고의 요소를 기반으로 초월적 경험을 분석하고, 궁극적으로 이를 실천적 윤리적 행동으로 전환하는 방법론을 탐구하고자 하는 것이다. 이를 통해 메타영성은 개인과 사회의 성장과 성숙에 기여할 수 있는 학문적 틀로 이해하게 될 것이다.⁴⁶⁾

메타인지와 영성을 융합하는 과정은 다음과 같은 학문적 기초를 통해 이루어진다. 우선, 메타인지적 사고는 초월적 경험의 해석 과정에서 감정적 반응을 객관화하고 이를 통찰로 전환할 수 있도록 돕는다.⁴⁷⁾

메타영성(meta-spirituality)은 메타인지적 사고를 윤리적 기준에 적용하여 행동의 실천 가능성을 탐구하며, 초월적 경험을 통해 사회연대와 윤리적 행동의 새로운 패러다임을 형성한다.⁴⁸⁾ 초월적 경험은 전통적으로 신비적·초자연적 차원으로 여겨졌지만, 메타인지적 사고를 통해 이를 실천적 통찰로 재구성할 수 있다. 곧, 경험의 자기반영적 분석으로 개인은 초월적 경험에서 발생한 감정을 메타인지적으로 분석하

46) 메타인지는 자신의 사고 과정을 점검하고 통제하는 능력을 의미하며, 이는 학습 과정뿐만 아니라 윤리적 판단 및 자기성찰에도 적용될 수 있다. 반면, 영성은 전통적으로 초월적 경험과 신비적 요소로 이해되었으나, 현대 학문에서는 개인적·사회성장과 관련된 실천적 틀로 확대되고 있다.

47) Peter C. Brown, Henry L. Roediger, and Mark A. McDaniel, *Make It Stick: The Science of Successful Learning* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2014), p. 174.

48) Peter M. Senge et al., *Presence: Human Purpose and the Field of the Future* (New York: Doubleday, 2004), p. 47.

고, 이를 구체적 삶의 문제와 연결한다.⁴⁹⁾ 동시에 의미를 체계화하여 초월적 경험에서 도출된 통찰을 삶의 윤리적 기준과 연결하며, 이를 체계적이고 반복 가능한 방식으로 정리한다.⁵⁰⁾ 윤리적 행동은 단순히 규범을 따르는 것이 아니라, 지속적인 자기평가와 선택의 과정을 통해 강화된다.

메타영성은 다음의 방식을 통해 이를 구현한다. 먼저 자기평가와 조정이 필요한데 메타인지적 사고를 활용하여 자신의 선택과 행동을 점검하고, 이를 윤리적 기준에 따라 조정한다.⁵¹⁾ 또한, 공동체의 윤리 실천이라는 측면에서 메타영성은 사회관계에서의 행동을 강화하며, 공통의 윤리적 기준을 기반으로 공동체적 연대를 촉진한다.⁵²⁾ 메타인지와 메타영성의 융합은 인간의 영적 경험을 윤리적 실천으로 전환할 수 있는 학문적 토대를 제공한다. 향후 연구는 이 이론적 틀을 사회맥락에서 확장하여 공동체와 개인 간의 상호작용을 심화하는 방법론을 탐구해야 한다.

III. 메타영성의 주요 구성 요소

메타영성은 인간의 내적 성찰과 초월적 경험, 사회연대, 그리고 윤

49) Jon Kabat-Zinn, *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness* (New York: Bantam Books, 1990), p. 57.

50) Howard Gardner, *Multiple Intelligences: The Theory in Practice* (New York: Basic Books, 1993), p. 98.

51) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, trans. W. D. Ross (Oxford: Oxford University Press, 1925), p. 110.

52) Antonio Damasio, *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness* (New York: Harcourt Brace, 1999), p.155.

리적 의사결정이라는 세 가지 주요 구성 요소를 중심으로 형성된다. 이는 개인의 심리적, 영적 성장과 더불어 공동체와의 연대를 강화하고, 디지털 시대의 복잡한 윤리적 딜레마를 해결하는 데 있어 실질적인 방향성을 제공한다. 초월적 경험은 인간이 자신의 일상적 자아를 넘어 더 큰 차원의 존재와 연결되거나, 자아의 경계를 초월하는 사건으로 정의된다. 이러한 경험은 개인에게 심오한 변화를 가져오며, 삶의 목적과 관계를 재정립하고, 내적 성찰과 윤리적 성숙으로 이어질 수 있다. 초월적 경험은 종교적 혹은 비종교적 맥락에서 발생하며, 다양한 문화에서 고유한 방식으로 나타난다.

1. 임사체험(Near-Death Experience, NDE)

임사체험은 생사의 경계에서 발생하는 초월적 경험으로, 개인이 죽음 직전 또는 임박한 상황에서 초월적 빛, 영적 존재, 또는 자신의 삶 전체를 회고하는 경험을 포함한다. 과학적 연구와 사례로 대표되는 무디의 연구는 임사체험을 “빛과의 조우”, “영적 존재와의 만남”, “삶의 회고”로 구성된 경험으로 정의하였다.⁵³⁾ 이러한 경험은 문화와 종교적 배경을 초월하여 나타나는 보편적 현상으로 보고된다. 예를 들어, 한 환자는 심정지 상태에서 밝은 빛과 따뜻한 감각을 느꼈으며, 이로 인해 삶의 목적을 재발견하고 이타적인 삶으로 전환하게 되었다. 신경과학적 관점에서, 임사체험은 산소 부족으로 인한 뇌의 특정 부분(특히 전두엽과 후두엽)의 활성화와 관련이 있다고 말하지만⁵⁴⁾ 이러한 설명은 경험

53) Raymond A. Moody, *Life After Life: The Investigation of a Phenomenon—Survival of Bodily Death* (New York: Bantam Books, 1975), p. 23.

54) Sam Parnia et al., “AWARE—Awareness during Resuscitation—A Prospective Study,”

의 주관적 심오함과 전환적 영향을 완전히 설명하지 못한다. 임사체험은 삶과 죽음에 대한 개인의 이해를 새롭게 정의하고, 자아를 넘어선 존재와의 연결성을 강화하여 심리적 성숙과 윤리적 행동을 촉진한다.

2. 빙의 및 무속 경험

빙의와 무속 경험은 특정 문화권에서 초월적 존재와의 상호작용을 통해 자아의 경계를 초월하는 현상으로 나타난다. 한국의 무속 전통에서는 신내림을 받은 무당이 초월적 존재와의 연결을 통해 공동체의 문제를 해결하거나 개인의 고통을 치유하는 역할을 한다. 이러한 경험은 단순히 개인적 사건이 아니라, 사회책임과 연대의식으로 확장된다. 빙의 경험은 개인이 자아의 해체를 통해 새로운 정체성과 역할을 수용하게 하는 전환적 사건으로 작용한다. 예를 들어, 한 무속인은 신내림 이후 공동체의 치유자로서의 삶을 받아들이며, 자신의 존재 이유를 새로운 방식으로 정의한다. 이러한 경험은 자아를 초월하여 공동체와 연결됨으로써 개인이 사회책임을 자각하도록 돕는다. 빙의 및 무속 경험은 초월적 체험이 개인의 정체성을 확장하고, 공동체와의 관계를 심화하는 중요한 도구가 될 수 있음을 보여준다.⁵⁵⁾

3. 엑스타시(Ecstasy) 및 신비주의 체험

엑스타시(Ecstasy)와 신비주의 체험은 종교적 수행, 예술적 몰입,

Resuscitation 85, no. 12 (2014), pp. 1799-1805.

55) 김명자, 『한국 무속과 신내림의 의미』(서울: 민속원, 2010), 135, 156쪽.

혹은 약물 유도적 경험을 통해 자아의 경계를 넘어서 초월적 상태를 경험하는 현상이다. 종교적 엑스타시의 경우 그리스도교의 신비주의 전통에서 자아의 완전한 해체와 신과의 합일을 경험하는 사례가 여럿 있다. 예를 들어, 아빌라의 성녀 테레사(Teresa of Avila)는 기도 중 신적 존재와의 연합을 통해 “신성의 빛”을 경험하였으며, 이를 통해 자신의 삶을 신앙과 희생으로 전환하였다.⁵⁶⁾ 또한, 예술가들이 창작 과정에서 경험하는 “몰입(flow)” 상태는 초월적 체험의 또 다른 형태로 간주된다.⁵⁷⁾ 예를 들어, 베토벤은 교향곡 작곡 중 자신의 정체성을 초월한 감각을 느꼈다고 묘사한다.⁵⁸⁾ 도덕적이거나 윤리적인 문제가 되지만 약물 유도 체험도 엑스타시, 탈자아(Beyond Ego)의 체험을 가능하게 한다는 연구 보고가 있다. 현대의 일부 연구에서는 환각제(예: 실로시빈, LSD)가 통제된 환경에서 사용될 경우, 자아의 경계를 초월하고 심리적 자유를 촉진할 수 있음을 보여준다. 이러한 경험은 자아의 경계를 허물고 더 큰 차원의 존재나 의미와 연결되며, 개인에게 새로운 창의적 통찰과 삶의 목적을 부여한다.⁵⁹⁾

56) Evelyn Underhill, *Mysticism: A Study in the Nature and Development of Spiritual Consciousness* (London: Methuen, 1911), pp. 210-218.

57) Mihaly Csikszentmihalyi, *Flow: The Psychology of Optimal Experience* (New York: Harper & Row, 1990), p. 72.

58) Lewis Lockwood, *Beethoven: The Music and the Life* (New York: W. W. Norton & Company, 2003), p. 186.

59) Roland R. Griffiths et al., “Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance,” *Psychopharmacology* 187, no. 3 (2006), p. 268.

4. 종교적 신비주의와 탈자아(Beyond Ego) 체험

종교적 신비주의 전통에서는 다양한 탈자아 체험이 등장한다. 힌두교와 요가 수행에서 삼매(Samadhi)는 자아와 세계의 경계를 넘어 브라흐만(Brahman)과 합일하는 상태로, 이는 내적 평화와 초월적 통찰로 이어진다. 불교에서 열반(Nirvana)은 모든 집착과 고통에서 해방된 상태로, 이는 자아를 초월한 궁극적 깨달음을 의미한다.⁶⁰⁾ 이슬람 신비주의 전통인 수피즘에서는 자아를 완전히 포기하고 신과의 합일 상태를 경험하는 탈자아 체험이 중시된다. 예를 들어, 루미(Rumi)의 시는 자아 해체와 초월적 사랑의 경험을 시적으로 표현한다.⁶¹⁾ 이러한 전통들은 탈자아 체험이 개인의 내적 성숙과 윤리적 실천으로 이어질 수 있음을 보여준다. 메타영성은 초월적 경험을 단순한 신비적 사건으로 간주하지 않고, 이를 개인의 윤리적 성장과 사회책임으로 연결하는 실천적 도구로 활용한다. 초월적 경험은 자아를 초월하여 타인과 세계를 새롭게 이해하도록 돕고, 이를 통해, 보다 성숙한 자아를 형성한다. 또한, 초월적 경험은 개인을 공동체와 연결시키며, 사회연대와 책임감을 강화한다. 이와 같은 메타영성의 접근은 초월적 경험을 인간의 심리적, 사회적, 윤리적 성장의 중요한 매개로 활용하며, 개인과 공동체의 성숙을 도모하는 데 핵심적인 역할을 한다.⁶²⁾

60) Susan Blackmore, *Consciousness: An Introduction*, 2nd ed. (Oxford: Oxford University Press, 2012), pp. 287-290.

61) Evelyn Underhill, *Mysticism: A Study in the Nature and Development of Spiritual Consciousness* (New York: Dutton, 1911), pp. 154-160.

62) Roland R. Griffiths et al., "Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance," *Psychopharmacology* 187, no. 3 (2006), p. 268; Sam Parnia, Kevin Spearpoint, and Peter Fenwick, "Near-Death Experiences: Real or Imagined?" *Resuscitation* 85, no. 9

IV. 메타영성과 디지털 시대의 윤리적 의사결정

디지털 시대는 정보 기술의 발전과 함께 인간의 삶 전반을 급격히 변화시키고 있다. 이러한 변동은 인간과 사회의 상호작용 방식뿐만 아니라 윤리적 의사결정의 맥락에도 깊은 영향을 미치며, 새로운 도전과 기회를 동시에 제공한다. 메타영성은 디지털 사회에서 발생하는 복잡한 윤리적 문제를 해결하는 데 있어 개인적 통찰과 사회책임을 연결하는 통합적 접근법으로 중요한 역할을 한다.

1. 디지털 사회에서의 윤리적 도전과 메타영성의 역할

이제 인공지능이 제공하는 정보의 알고리즘은 인간이 이해하지 못하는 수준으로 비약적 발전을 하고 있다. 메타인지 능력은 단순한 정보 처리에서 벗어나 문제를 분석하고 다양한 관점에서 접근할 수 있는 능력을 배양했다. 이는 인공지능이 수행하기 어려운 창의적 문제 해결 능력을 강화하는 방향으로 나아가기 시작한다. 디지털 환경에서 인간의 자기주도성 유지는 상당히 중요한 부분이다. 빅데이터가 지배하는 환경에서 자신의 감정과 행동을 스스로 통제하고 무엇인가를 이루어 나간다는 것이 쉽지 않을 수 있다. 지금도 많은 이들이 모바일에 일상의 상당 시간을 소비하고 있다. 인간의 정신(mind)이 쪼개지고(schizo) 있다. 인공지능이 우리들의 삶을 지배하는 사회환경 속에서 ‘도덕적 딜레마나 가치판단의 상황에 직면할 때 인간다움의 유지를 위해 우리는

(2014), p. 1198: 김명자, “무속과 초월적 경험의 심리적 의미,” 한국심리학회지 25, no. 3 (2010): 215쪽.

어떠한 판단의 기준을 가져야 하는가?’라는 문제가 커다란 사회 이슈로 떠오른 사건들이 있었다. 인공지능이 도덕적 딜레마와 가치판단 상황에서 인간다움을 유지하기 위한 판단 기준을 논의하는 문제는 현대 기술사회에서 점점 더 중요한 이슈로 떠오르고 있다.

1) 자율주행 자동차 사고의 책임문제

2018년, 우버(Uber)의 자율주행 테스트 차량이 애리조나주 템피(Tempe)에서 한 보행자를 치어 사망하게 된 사건이 발생했다. 이는 최초의 자율주행 자동차의 치명적 사고로 기록되었다. 차량의 자율주행 시스템과 안전 운전자가 동시에 작동 중이었지만, 시스템은 보행자를 인지하지 못했고, 운전자는 상황에 적절히 개입하지 못했다. 이 사건은 다음과 같은 책임 주체들 간 논쟁을 불러일으켰다.

- (1) 제조사: 소프트웨어 및 하드웨어 설계 결함 책임.
- (2) 운전자(감독자): 비상 상황 시 적절한 개입 부재.
- (3) 보행자: 교통 규칙 준수 여부.
- (4) 법적체계: 자율주행 기술 관련 규제와 법적 명확성 부족.

인류학자들은 기술의 설계 단계에서 “인간다움”을 기준으로 한 윤리적 알고리즘 설계의 필요성을 강조했다. ‘기술에 윤리적 알고리즘을 부여한다는 것은 자본이 지배하는 사회에서 가능한 것인가?’라는 문제가 대두된다. 또한, 사고 발생 시 법적 책임 배분을 위한 명확한 법적 ‘가이드라인’이 마련되어야 한다는 점도 중요하게 부각되었다. 정작 핵심은 인공지능의 결정 프로세스가 투명하게 공개되어야 한다는 것인

데, 인간이 인공지능의 프로세스를 이해하는 수준을 넘어, 이제 인공지능이 독자적으로 질주한다는 것이 관련 연구자들의 한결같은 위기의식이다. 머지않아, 인공지능은 우리가 통제할 수 없는 수준으로까지 비약할 것이라는 암울한 기술자들과 학자들의 의견이 무겁게 다가온다.

2) 의료 인공지능의 오진 문제

의료 인공지능(AI)이 암 환자의 데이터를 분석해 치료 방안을 제안하는 과정에서 오진으로 인해 환자가 적절한 치료를 받지 못해 생명이 위협받은 사건들이 보고되고 있다. IBM Watson for Oncology가 환자의 상태를 잘못 판단해 부적합한 치료법을 추천한 사례가 있다. 책임 논란이 일어났는데, 의료 AI개발 기업 측에는 알고리즘의 불완전성과 데이터 편향 문제에 대한 책임 문제, 의료진에게는 AI의 판단을 무비판적으로 수용한 점이 문제라는 의견이 있었지만, 의료 AI의 오류에 따른 책임소재는 아직까지도 불명확하고, 이에 따른 법적 판단은 유보되어 있는 상태이다. 인간이 이러한 일을 통해 배운 것은 AI의 판단은 인간 전문가의 검증 및 보완적 수단으로 사용해야 한다는 점과, 의료 AI의 학습 데이터는 윤리적이고 다양하게 확보되어야 한다는 점, ‘의료 과실에 대한 책임을 명확히 할 법적 체계를 강화할 필요가 있다’라는 생각을 하게 되었다.

3) 채용 인공지능의 편향 문제

2018년 아마존의 AI 기반 채용 시스템이 남성 지원자에게 유리하게 작용해 성별 차별을 유발한 사건이 보고되었다. AI가 학습한 과거 데이터가 남성 중심적인 평가 기준을 반영한 결과였다. 기업은 편향된 데이

터 사용으로 인한 AI 시스템의 윤리적 문제에 직면했고, 개발자는 알고리즘 편향성을 사전에 검토하지 못한 책임에서 자유롭지 못했다. 또한, AI 기반 평가 기준의 투명성 및 규제 부재로 인간이 인공지능에게 평가되어 ‘인간이 고유의 존엄과 가치를 훼손당할 수 있다’라는 지점을 깨닫게 된 사건이었다. AI 알고리즘 설계 시 다양성과 공정성을 고려한 데이터 학습이 필요하다는 것과 AI가 내린 결정의 해석 가능성과 수정 가능성을 보장해야 한다는 생각, 이러한 차별적 결과로 인한 피해에 대해서 법적제재를 강화할 필요가 있다는 점을 개발자들과 기업들이 깨닫기 시작했다.⁶³⁾ 디지털 기술은 인간의 소통 방식과 의사결정 과정을 혁신적으로 변화시켰지만, 동시에 인간에게는 여러 가지 윤리적 도전이 초래했다. 특히, 소셜 미디어의 정보 왜곡과 확증 편향은 심각한 문제이다. 소셜 미디어 플랫폼의 알고리즘은 사용자의 관심사에 맞춘 콘텐츠를 제공하지만, 이는 정보 왜곡과 확증 편향을 강화하여 사회갈등을 증폭시키는 결과를 낳았다. 2016년 미국 대통령 선거에서 허위 정보가 소셜 미디어를 통해 확산되며, 정치적 양극화를 심화시킨 사건은 대표적인 사례다.⁶⁴⁾ 인공지능 알고리즘은 훈련 데이터의 편향으로 인해 특정 인종, 성별, 또는 사회그룹에 불리한 결과를 초래할 수 있다. 예를 들어, 한 연구에서는 미국의 AI 기반 채용 시스템이 여성 지원자를 차별하는 경향을 보였음을 밝혔다.⁶⁵⁾ 또한, 디지털 광고와 데이터 기반 비즈니스 모델은 개인의 데이터를 상업적 목적으로 수집, 분석하여 소비를 유도한다. 이는 개인이 자신의 행동과 선택을 외부의 통제에 맡기게

63) Michael J. Binns, “Amazon’s Sexist Hiring Algorithm: How AI Has Made Discrimination More Efficient,” *Technology and Society* 22, no. 4 (2018), pp. 17-23.

64) Soroush Vosoughi, Deb Roy, & Sinan Aral, “The Spread of True and False News Online,” *Science* 359, no. 6380 (2018), pp. 1147-1150.

65) Binns, “Amazon’s Sexist Hiring Algorithm,” p. 26.

하며, 자율성과 정체성을 약화시킨다, 인간이 이윤추구의 대상으로 객체화되는 중요한 사례로 보여진다.⁶⁶⁾ 메타영성은 이러한 디지털 시대에서 훼손되는 인간 존엄과 가치의 훼손과 다양한 도전 상황에서 개인과 사회가 직면한 윤리적 갈등을 해결하기 위한 모색을 한다.

메타영성은 개인이 메타인지적 사고를 통해 소비하는 정보의 진위와 출처를 비판적으로 분석하고, 자신의 판단을 재구성하도록 돕는다. 정보 소비에 대한 성찰은 기술 개발자들과 정보생산자들에게 윤리적 AI 설계를 촉진하도록 요구하며, 정보생산에 대한 책임성을 가지게 해야 한다. 소비하지 않으면 생산은 의미가 없다. 자본을 제압할 수 있는 방법, 지금으로서는 소비자로서 주권을 회복하는 길이다. 메타영성은 기술 개발자와 기업이 사회책임을 기반으로 한 윤리적 원칙을 채택하도록 유도해야 한다. 메타영성은 개인이 자신의 욕망과 선택을 외부적 요인으로부터 자유롭게 하고, 내적 가치를 중심으로 삶을 재구성하도록 인간의 자율성을 회복하며, 자본이 추구하고 유도하는 과도한 소비주의에 저항할 수 있는 내면의 힘을 키울 수 있도록 방향을 잡아나가야 할 것이다.

2. 디지털 미디어와 가상현실의 경험, 메타영성의 역할

디지털 미디어와 가상현실에서의 영적 경험을 고찰하고, 메타영성이 디지털 환경 속에서 어떻게 구현될 수 있는지도 중요한 의제가 될 수 있다. 주요 질문을 정리한다면 디지털 환경은 메타영성의 경험과 구현

66) Shoshana Zuboff, *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power* (New York: PublicAffairs, 2019), pp. 185-192.

에 어떤 기회를 제공하는가?

그룹 울랄라세션의 ‘임단장’ 임윤택이 위암으로 사망한 가운데 고인의 2011년 열창했던 ‘서쪽하늘’이 재조명되고 있다. 2022년 1월 28일 국내 온라인 동영상 서비스(OTT) 티빙이 공개한 ‘얼라이브’ 1회에선 임윤택이 디지털 기술로 되살아나 무대에 올랐다. 제작진은 그를 무대에 세우기 위해 1년여간 인공지능(AI), 확장현실(XR) 기술을 영상에 접목했다. 그의 목소리와 건강한 모습이 최신의 디지털 기술로 복원되어 홀로그램으로 완벽하게 무대 위에서 구현되었다. 시청자들은 AI 복원 기술로 그리워하던 가수를 만날 수 있다는 사실에 놀라움과 감동의 반응을 보였다. 티빙 유튜브 영상 댓글에서는 “기술의 발전이 사람 마음을 움직일 수 있다는 것에 감명을 받았다”라며 “건강한 모습의 임윤택 가수를 보자마자 울컥했다”라고 감동을 전한 누리꾼도 있었다.⁶⁷⁾ 그러나 세상을 떠난 인물을 디지털로 복원하는 것에 대해 우려하는 의견도 있다. 앞으로 디지털 기술이 더욱 정교하게 발달하고 죽은 사람의 존재를 (형상과 목소리 등) 기술적으로 간단하게 복원할 수 있게 되었을 때 생겨날 긍정적, 부정적 측면의 일들이 예상된다. 가령, 고인을 상업적으로 이용하려는 문제가 생길 수 있다는 경계도 있다. 그러나, 고인과 연결되지 않은 내담자의 감정을 재해석하거나 위로하는 정신치료나 상담 치료에서의 활용 가능성은 상당히 긍정적일 수도 있다.

3. 몰입형 자기 탐색을 통한 메타영성 경험

메타버스(metaverse)는 초월을 의미하는 ‘메타’(meta)와 세계, 우

67) <https://tving.onelink.me/xHqC/1646c011f>.

주를 의미하는 ‘유니버스’(universe)를 합성한 단어이다. 여기에서 언급하는 가상세계(假想世界, virtual world, massively multiplayer online world, MMOW)는 컴퓨터 기반 시뮬레이션 환경으로 개인 아바타를 만들 수 있는 개인 유저들에 의해 구성된다. 유저는 이러한 가상세계를 동시에, 또는 독립적으로 가상공간 안에서 벌어지는 다양한 활동에 참여하거나 시간과 공간을 다르게 존재하는 다양한 사람들과 대화할 수 있게 되고 새로운 관계를 형성할 수 있다. 코로나19 이후 비대면 세계의 확장은 이러한 가상현실의 적용을 더욱 가까이에서 체감할 수 있게 했다. 사람들은 디지털 플랫폼인 ‘메타버스’와 ‘가상세계’ 안에서 다양한 ‘아바타’를 구현하고 사용한다. 자신이 좋아하는 캐릭터나, 자신의 성향과 일치하는 아바타를 사용하여 VR(가상현실) 안에서 여러 가지 자기 정체성을 표현한다. 선택한 아바타는 자신의 ‘이상적 자아’의 투영일 수 있다. 특히 외모지상주의 세상에서 평소 외모에 자신감이 없는 사람들은 ‘아바타’를 통해 자신의 실재를 변형하여 디지털 플랫폼에 참여할 수 있게 된다. 또한, 이러한 ‘페르소나’의 형성은 자신의 생각과 의견을 제약 없이 표현할 수 있는 기회를 제공할 수 있다. 여기에서 ‘자아와 세계의 통합적 연결’, ‘개인의 성장과 성찰에 디지털 환경(특히 가상현실)이 영적 경험을 어떻게 심화할 수 있는가?’라는 문제가 제기되며 인간 존재의 근원과 의미를 묻는 ‘메타영성’의 중요한 역할이 등장한다.

새로운 시대의 콘텐츠 제작자들은 이미 ‘VR과 인간의 마음’, ‘기억과 디지털 재현’ 등 여러 가지 호기심을 가지고 일찌감치 프로젝트 기획을 진행했다. ‘기억’ 속의 ‘공간’, ‘사물’, ‘사람’을 디지털로 복원해 ‘사람의 마음’을 위로할 수 있는 가능성을 VR을 통해 탐험할 수 있을지에 대한 현실화 작업을 시작한 것이다. VR의 가장 큰 장점은 ‘Immersive’ 즉 공

간과 사물을 입체적으로 경험할 수 있는 몰입감에 있다. 이 기술의 장점을 이용하면 사별한 가족을 가상 세계에서나마 잠시 만나 이야기를 나눌 수 있는 경험을 줄 수 있을 것이라는 목표로 실제 다큐멘터리가 제작되었다. MBC VR 특집 휴먼 다큐멘터리 ‘너를 만났다’는 7살 어린 딸 ‘나연’이를 혈액암으로 갑작스럽게 떠나보낸 어머니가 VR 기술을 통해 다시 만나는 이야기를 담은 다큐멘터리다.⁶⁸⁾ 시청자들이나 참여자 모두에게 가상공간에서 만난 죽은 이들과의 교류는 새로운 ‘영적 체험’일 수 있다. VR은 감상이 아니고 경험이다. 어머니가 VR 체험을 마쳤을 때 먼저 세상을 떠난 딸을 만나 기억과 추억을 되새김과 동시에 아름다운 세상에서 평화롭게 지내는 딸의 모습을 보며 안도하고 즐거워할 수 있는 ‘경험’은 시청자들에게 큰 공감과 반향을 일으켰다. 제작진들의 주요 관심은 ‘기술이 초점이 아닌, 기술을 통해 어떤 경험을 선사할 것인가?’였다. 이는 나연 어머니의 사연과 기억을 토대로 쓰인 스토리, 즉 시나리오에 해당하는 부분이었다. 스토리를 적어나가는 과정에서 나연 어머니는 이미 저널기록을 통해 자기치료의 상당 부분을 성공적으로 진행했고, VR 체험을 통해 꿈에서도 만나지 못했던 딸을 만나 잠시라도 못다 한 억압된 감정, 해결되지 않은 감정을 정돈할 수 있었다. 그러나, 방송 이후 개진된 의견 가운데서 가장 중요하게 대두된 문제는 ‘과연 세상을 떠난 고인을 디지털로 복원해 가족들과 만나게 한다는 설정 자체가 윤리적으로 허용이 되는가?’, ‘혹시나 가족들에게 상처가 되거나 트라우마가 생기지 않을까?’ 하는 고민이었다.

가상현실(VR) 기술이 제공하는 심리적 몰입 효과 분석을 통해, 몰입의 경험이 영적 성장에 미치는 영향을 연구하는 것이 메타영성의 역

68) <https://www.youtube.com/watch?v=uffTK8c4w0c> [VR휴먼다큐멘터리-너를 만났다]

할이 될 것이다. 이러한 ‘체험’을 ‘영적 경험’이라고 말할 수 있을까? 그렇지 않다. 영적 경험은 ‘내면의 법정’에서 벌어지는 일이다. 신앙도, 종교의 여타 체험들도 모두 ‘내적 법정’에서 일어나는 일이기예, 그것은 상당히 주관적 영역의 문제일 수 있지만, 앞서 설명했듯이, ‘상대적 주관성’의 개념에 미루어 VR을 통한 내적 체험 역시 영적 체험의 하나로 영적 성숙과 성장, 변화를 만들어낼 수 있는 여러 가지 현상적 체험들이 관찰된다. 이러한 체험이 가지는 효과가 인간의 영성 생활에 긍정적이라면 우리는 주저하지 말고 과학 기술의 도움을 받아, 다양한 연구를 진행하고 격려할 수 있을지에 대해, 논의해야 한다. 곧, 명상, 시각화, 신체 감각의 초월적 경험을 어떻게 시뮬레이션할 수 있는지를 탐구해야 한다. VR 기반 명상 프로그램(VR 헤드셋을 통한 마인드풀니스 명상) 사례를 통해 사용자 경험과 영적 성장 효과를 분석하는 관찰과 기록 등도 필요하다. VR 명상의 독특한 요소(감각 자극, 상호작용성)들이 어떻게 사용자의 자기 인식과 영성적 요구들을 확장하는지 연구해야 한다. 이렇게, 실제 사용자들의 경험 사례를 연구하고, 정량적/정성적 평가 도구를 통해 메타영성의 심리적, 정서적 효과 분석을 진행된다면, 메타영성의 개인적 성찰과 인식 확장의 유효성을 평가하며, 디지털 환경이 주는 한계와 가능성 논의의 새로운 출발점이 될 것이다.

V. 메타영성과 AI의 융합적 전망

메타영성은 인간의 영성적 본질을 초월적 차원에서 통합적으로 이해하고, 이를 진화와 변화의 관점에서 해석하려는 시도이다. 이를 바탕

으로 인간의 고유한 영성적 특성과 AI의 인공지능적 특성이 상호작용할 수 있는 가능성에 대한 다각적인 연구와 접근이 필요한 것도 사실이다. 인간의 고유한 영성적 특성의 핵심은 '의미 추구와 초월성'으로 말할 수 있다. 인간은 본질적으로 의미를 추구하며, 초월적 경험을 통해 자기 존재를 확장하려는 경향이 있다. 영성은 인간의 창조적 상상력, 직관, 공감, 그리고 사랑의 실천 속에서 구체화된다. 여기에서 메타인지적 사고와 성찰은 인간이 자신의 한계를 자각하고 이를 초월하려는 도구로 작동한다. 이러한 영성은 관계 속에서 성장하며, 개인을 넘어 사회연대와 공존의 가치를 강화한다. AI는 방대한 데이터를 처리하고 패턴을 찾아내는 능력이 뛰어나며, 인간이 인식하지 못한 점들을 드러낼 수 있는 능력을 가지고 있다. 전 세계에 존재하는 5조 개의 문서를 학습한 지적 능력을 가지고 있다. 곧 인공지능은 인간이 생성한 양질의 데이터를 보유하고 있으며, 인간의 요구와 필요에 따라, 감정적 편향이 없는 분석을 통해 인간의 성찰 과정을 돕는다. 사용자의 성향과 상태를 기반으로 적응형 인터페이스를 제공하여 개인화된 성찰 도구로 활용할 수도 있다. 인간은 디지털 환경과의 통합을 통해 다양한 차원에서 경험하기 어려운 경험을 풍부하게 할 수 있게 된 것이다.

인공지능 AI는 인간 고유의 영성적 여정을 풍요롭게 하는 역할을 수행할 수 있다. AI는 인간의 저널링, 일기를 분석하거나, 사용자와의 대화를 통해 심층적인 성찰을 유도하는 질문을 제공할 수 있다. 또한, 앞서 언급한 것처럼, 다양한 영성적 경험의 시뮬레이션을 AR/VR 기술과 통합하여 시뮬레이션하거나 몰입형 경험을 통해 초월적 감각을 제공할 수 있다. AI는 인간관계에서 나타나는 소통의 단절을 중재하고, 서로의 입장을 이해하도록 돕는 역할을 할 수 있다. 또한, 공동체 활동에서 영성적 가치를 강화하는 디지털 플랫폼을 제공할 수 있다. 인공지

능은 전 세계 다양한 영성적 전통과 지식을 분석하여 새로운 통합적 시각을 제공할 수 있다. 이 과정을 통해 사용자는 자신이 속한 문화적, 영적 맥락을 넘어서 확장된 관점을 얻을 수 있게 된다. 또한, AI는 사용자의 영적 여정을 추적하고, 개인의 성장 단계에 맞는 콘텐츠와 실천 방안을 추천할 수도 있다. 예를 들어, 명상 앱이나 감정 관리 프로그램은 특정 상황에서 적합한 명상 방법이나 성찰 질문을 제공할 수 있다. 그러나, AI는 인간이 가진 영성적 깊이와 초월적 경험을 완전히 대체할 수는 없을 것이다. AI가 다루는 민감한 개인정보와 영성적 데이터를 보호하기 위한 윤리적 틀이 필요하게 된다. AI는 공감과 사랑의 인간적 요소를 모방할 수는 있지만, 그것을 진정으로 구현하지는 못한다.

정리하자면 AI는 인간의 영성적 여정을 풍부하게 하고 메타영성 실천을 지원할 수 있는 강력한 도구가 될 수 있다. 그러나 이는 인간의 고유한 영성적 특성을 보완하는 역할에 머물러야 하며, 인간의 영적 여정을 지원하고 강화하는 도구로 사용되어야지, 결코 주체가 되어서는 안 된다. AI는 개인의 자유와 사생활을 존중하며, 인간 중심의 설계와 운영이 필수적인 요소라는데 개발자들이 사용자들에게 신뢰를 줄 수 있도록 교육하고 양성해야 할 것이다. 그리고, AI는 인간 사이의 관계와 공동체를 강화하고, 영성적 연대를 지원하는 방식으로 설계되어야 할 것이다. 그것이 인류의 기술과 진보가 인간을 지배하거나, 인간이 기술의 노예가 되는 것이 아니라, 기술을 통해, 더욱 좋은 세상과 인류애, 공동선을 이룰 수 있는 길이 될 것이다. 긍정적으로, AI는 인간이 메타영성을 탐구하고 실천하는 과정에서 새로운 가능성을 열어줄 수 있는 혁신적 도구로 자리 잡을 수 있을 것이다. 이를 통해 인간은 자신의 영성적 본질을 더 깊이 탐구하고, 더 풍부하고 의미 있는 삶을 창조할 수 있게 될 것이다. 디지털 시대의 윤리적 도전은 단순히 기술적 해결책을

넘어, 인간의 내적 성찰과 사회책임을 요구한다. 메타영성은 개인과 사회가 정보의 홍수, 기술의 오용, 소비주의의 지배에서 벗어나 자율적이고 윤리적인 삶을 추구할 수 있는 길을 제시한다. 이는 디지털 기술이 인간의 존엄성과 가치를 훼손하지 않고, 진정한 발전의 도구로 작용하도록 하는 데 있어 중요한 역할을 할 것이다.

참고문헌

- R. A. Emmons, *The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality*, The Guilford Press, 1999.
- L. Floridi, *The Ethics of Information*, Oxford University Press, 2013.
- S. Turkle, *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*, Basic Books, 2011.
- C. Taylor, *A Secular Age*, Harvard University Press, 2007.
- D. Tacey, *The Spirituality Revolution: The Emergence of Contemporary Spirituality*, Routledge, 2004.
- W. Schweiker, *Theological Ethics and Global Dynamics: In the Time of Many Worlds*, Wiley-Blackwell, 2005.
- T. Berry & B. Swimme, *The Universe Story: From the Primordial Flaring Forth to the Ecozoic Era*, HarperOne, 1992.
- J. H. Flavell, "Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive-Developmental Inquiry", in *American Psychologist*, 34(10), 1979.
- K. W. Wildes, "Libertarianism and Ownership of the Human Body", in H. A. M. J. Ten Have & J. V. M. Welie(eds.), *Ownership of the Human Body: Philosophical Considerations on the Use of the Human Body and Its Parts in Healthcare*, Kluwer Academic Publishers, 1998.
- H. Thomas, "The Integration of the Spiritual and the Psychological: Toward a Psycho-Spiritual Model of Human Development," *Journal of Humanistic Psychology* 40, no. 1 (2000).
- B. M. Koo, *The Practice of Moral Leadership for Successful School*, Doctoral Dissertation, Pontifical Salesian University, 2008.
- W. James, 『종교적 경험의 다양성: 인간 본성에 대한 연구』, 김재영 옮김, 한길사, 2000.
- C. G. Jung, 『원형과 집단 무의식』, 김전환 옮김, 열린책들, 2007.
- A. H. Maslow, 『존재의 심리학을 향하여』, 최인철 옮김, 부키, 2013.
- A. H. Maslow, 『동기와 성격』, 최인철 옮김, 부키, 2014.
- J. H. Flavell, "Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of

- Cognitive-Developmental Inquiry”, *American Psychologist*, 34(10), 1979.
- A. H. Maslow, “The Farther Reaches of Human Nature”, *Journal of Transpersonal Psychology*, 1(1), 1969.
- R. Griffiths, W. A. Richards, U. McCann & R. Jesse, “Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance”, *Psychopharmacology*, 187(3), 2006.
- M. J. Kim, 「무속과 초월적 경험의 심리적 의미」, 『한국심리학회지』, 25(3), 2010.
- S. Parnia, K. Spearpoint & P. Fenwick, “Near-Death Experiences: Real or Imagined?”, *Resuscitation*, 85(9), 2014.
- R. Binns, “Fairness in Machine Learning: Lessons from Political Philosophy”, *Proceedings of the 2018 Conference on Fairness, Accountability, and Transparency*, 2018.
- C. G. Jung, *The Archetypes and the Collective Unconscious*, Princeton University Press, 1959.
- P. Ricoeur, *Time and Narrative*, University of Chicago Press, 1984.
- G. H. Mead, *Mind, Self, and Society*, University of Chicago Press, 1934.
- J.-P. Sartre, *Being and Nothingness*, Philosophical Library, 1943.
- S. Zuboff, *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*, PublicAffairs, 2019.
- S. Vosoughi, D. Roy & S. Aral, “The Spread of True and False News Online”, *Science*, 359(6380), 2018.

【국문초록】

본 연구는 디지털 시대에 메타영성(Meta-Spirituality)의 개념을 통해 인간의 영적 성숙과 사회지속 가능성을 모색하고자 한다. 연구의 목적은 메타영성이 개인의 내적 성찰을 촉진하고, 초월적 경험을 통해 윤리적 의사결정을 도우며, 사회연대감을 강화하는 방식을 탐구하는 데 있다. 이를 위해 메타영성의 주요 개념과 구성 요소를 분석하고, 디지털 환경에서 메타영성이 구현되는 방식을 고찰하였다. 연구문제로는 디지털 환경이 초월적 경험과 영적 성숙에 어떤 영향을 미치는지, 메타영성이 디지털 사회의 윤리적 문제를 해결하는 데 어떻게 기여할 수 있는지를 설정하였다. 연구방법으로는 문헌 연구와 사례 분석을 활용하여 영적 경험의 심리적·사회효과를 검토하고, 메타영성과 인공지능(AI)의 융합 가능성을 분석하였다. 연구 결과, 메타영성은 개인의 자아초월적 경험을 윤리적 실천으로 전환하고, 디지털 환경에서 영적 성찰과 사회책임을 강화하는 데 중요한 역할을 하는 것으로 나타났다. 또한, AI와 메타영성의 융합은 개인화된 성찰 도구 제공, 초월적 경험의 시뮬레이션, 공동체적 연대의 촉진과 같은 새로운 가능성을 열어줄 수 있음을 제안한다. 이를 통해 메타영성은 디지털 시대의 윤리적, 사회적, 개인적 도전을 극복하는 데 핵심적인 접근법이 될 수 있음을 시사한다.

주제어: 메타영성, 디지털 환경, 초월적 경험, 영적 성숙, 윤리적 의사결정, 사회연대, 인공지능(AI)과 영성, 자아초월

【 ABSTRACT 】

Meta-spirituality and a Sustainable Future

Ji, sungyong

(Catholic Kwandong University · Department of Welfare Consulting · Visiting Professor)

This study examines meta-spirituality as a framework for fostering spiritual maturity and social sustainability in the digital age. It explores how meta-spirituality promotes introspection, facilitates ethical decision-making through transcendent experiences, and strengthens social solidarity. This research analyzes its core concepts, applications in digital environments, and integration with artificial intelligence (AI).

Using literature review and case analysis, this study assesses the psychological and social effects of spiritual experiences and investigates AI's potential role in meta-spirituality. The findings indicate that meta-spirituality helps transform self-transcendence into ethical practice, enhances spiritual reflection, and fosters social responsibility in digital contexts. Additionally, AI integration enables personalized introspection tools, simulated transcendent experiences, and community-based solidarity initiatives. These insights suggest that meta-spirituality offers a vital approach to addressing ethical, social, and personal challenges in the digital era.

Key words: Meta-spirituality, Digital Environment, Transcendent Experience, Spiritual Maturity, Ethical Decision-making, Social Solidarity, AI and Spirituality, Self-transcendence

투고 접수: 2025. 03. 10.	심사 완료: 2025. 03. 31.	게재 결정: 2025. 04. 08.
----------------------	----------------------	----------------------