

## ‘의료순례’로서의 인도 요가 수련 여행\*

이민영\*\*

### 1. 서론

본 논문의 목적은 최근 증가하는 선진국에서 개발도상국으로 국경을 넘어 이동함으로써 심신의 건강을 향상시키는 현상의 새로운 성격을 탐구하는 것이다. 이를 위해 기존 개념들의 한계를 살펴보고, 한국인과 일본인의 인도 요가 수련 여행에 대한 민족지적 자료를 검토한 후 ‘의료순례’라는 용어로 이 현상을 설명하고자 한다.

우선 다음과 같은 현상을 살펴보자.

인도의 한 요가 아쉬람<sup>1)</sup> 다양한 나라에서 온 수십 명의 남녀가 하루에 몇 시간씩 요가 수련에 몰두하고 있다. 이들 중에는 자가면역질환을 치유하기 위

---

\* 본 논문은 연구자의 석사논문(이민영 2012) 중 1, 2, 3, 5장의 일부를 수정·보완한 것이다. 세심한 심사를 통해 보다 발전된 논의가 가능하게 해 주신 익명의 심사위원들께 감사드린다.

\*\* 서울대학교 인류학과 박사과정

1) ashram: 수행 공동체.

해 생의학(biomedicine)적 치료 대신 전통안마, 생채식, 단식, 냉온욕, आयुर्वेद(ayurveda) 요가 등을 시도해본 30대 일본 여성, 이혼한 부모님과 사이가 나쁘고 내세울 학벌과 직장이 없어 우울증을 겪다가 한국을 탈출한 20대 한국 남성, 직장에서의 극심한 스트레스로 얻은 폭식증, 관절 통증을 치유하고 ‘진정한 나’를 찾기 위해 장기여행 중인 30대 한국 여성도 포함되어 있다. 이들은 수개월간 요가에만 몰두하며 심신의 건강을 어느 정도 회복한 후, 고국, 인도, 중국, 태국, 호주 등지에서 수개월씩 체류하며 요가 수련을 중심으로 살아간다. 이 과정에서 요가를 통해 다른 사람들을 돕겠다는 등 원래보다 더 큰 목적을 갖는 경우가 많다.

이러한 현상을 어떻게 설명할 수 있을까? 선진국에서 개발도상국으로 국경을 넘어 이동함으로써 심신의 건강상태를 중심으로 하는 삶의 질을 향상시킨다는 점에서, 이들의 행위를 ‘의료관광(medical tourism)’과 ‘라이프스타일 이주(lifestyle migration)’로 설명해 볼 수 있다. 의료관광은 고국에 비해 더 새로운 기술과 저렴한 비용, 짧은 대기시간이라는 이점 하에 그 결과가 뚜렷하고 긴 직접적인 의료적 중재나 수술을 받기 위해 주로 선진국의 환자들이 개발도상국으로 여행하는 행위이다 (Connell 2006; Horowitz, Rosensweig & Jones 2007).<sup>3)</sup> 라이프스타일 이주는 더 나은 삶의 질을 위해 생활비용과 땅값이 더 저렴한 나라로 영구적으로, 혹은 한시적으로 이동하는 은퇴 이주, 레저 이주, 계절 이주, 별장 소유와 같은 현상들을 총괄한다(Benson & O'Reilly 2009).

서두에서 제시한 세 명의 요가 수련자들은 고국에서 자가면역질환, 우울증, 폭식증, 관절 통증 등의 신체적, 정신적 질환을 경험하였고, 이를 치유하기 위해 요가 수련에 최적의 환경인 인도로 이동함으로써 심신의 건강을 회복하고 삶의 질을 개선한다는 점에서 일견 이 두 가지 개념에 부합되는 것으로 보인다. 그러나 이들의 행위는 아직 본격적으

2) Ayurveda: 인도의 6가지 전통의학체계 중 가장 대표적인 의학체계.

3) 의료관광이 관광산업의 육성이라는 목적을 전제하고 연구되어 왔다는 한계점을 지적한 일부 학자들은 ‘의료여행(medical travel)’이라는 중립적인 표현을 쓸 것을 주장하였으나(Sobo 2009; Kangas 2010), 본 논문의 내용상 더 널리 알려진 ‘의료관광’이라는 개념을 이용하기로 한다.

로 연구되지 않은 세 가지 새로운 성격들을 보여주는 것으로, 다음과 같은 이유로 인해 ‘의료관광’과 ‘라이프스타일 이주’라는 기존 개념들로 는 설명되기 힘들다.

첫째, ‘관광’과 ‘라이프스타일’은 중상류층의 소비활동이라는 함의를 가지므로, 위의 20대 한국 남성 요가 수련자처럼 취약한 경제 상황에서 벗어나기 위해 이동한 사람들의 사회경제적 배경과 이동 목적을 오도할 수 있다. 근대적인 ‘관광’은 상류층에서 기원하였으며,<sup>4)</sup> 지금도 주로 중산층 이상의 사람들이 실천하는 소비활동으로 인식되고 있다. ‘관광’에 대한 이러한 시각은 ‘의료관광’이라는 용어에도 반영되어 일반적으로 ‘의료관광’은 ‘저렴한 생의학적 시술과 관광의 결합’을 포상한다. 실제로 의료관광의 상당수는 성형수술, 지방흡입술, 라식 수술, 치아 교정 등 치료를 받지 않아도 생명에 큰 지장이 없는 선택적 의료 시술이 차지하며 기존의 연구들도 여기에 집중되어 있다.<sup>5)</sup> ‘라이프스타일’ 또한 소비와 관계가 깊은 개념으로, 다양한 사회 집단과 계급과 연관된 물질적, 상징적 재화의 사용 패턴을 의미한다. ‘라이프스타일 이주’는 ‘상대적으로 부유한 개인들’의 이주를 연구하기 위해 ‘이동’보다는 ‘라이프스타일’에 초점을 맞추는 개념으로, 일하지 않고 소비만 하면서도 여생을 보낼 수 있는 중산층 이상이 연구의 대부분을 차지해왔다 (Benson & O’Reilly 2009).

그러나 최근에는 선진국에서 중산층 이하인 사람들이 건강상태를 중심으로 하는 삶의 질을 개선하기 위해 국경을 넘는 경우가 늘어나고 있다. 이들은 고국의 불안정한 일자리, 건강을 해칠 정도로 심한 노동,

---

4) 근대적인 관광의 기원은 영국을 중심으로 한 젊은 남성들의 교육적 통과의례인 그랜드투어(Grand Tour)로 알려져 있다. 이들은 상류층이었기 때문에 서구 문명의 뿌리인 예술, 문화를 찾아 프랑스, 이태리 등지로 수개월에서 수년간 여행을 다니며 거액을 소비할 수 있었다.

5) 의료관광에는 간 이식수술, 심혈관술 등 생명에 직접적인 영향을 주는 수술을 받기 위해 이동하는 행위도 포함되지만, 이들이 전체 의료관광에서 차지하는 비율은 상대적으로 낮다.

높은 물가와 열악한 주거 환경, 고립된 인간관계와 사회적 시선 등으로 인해 다양한 심신성 질환으로 고통 받다가 물가가 저렴한 개발도상국으로 이동하여 건강을 회복하는데, 이는 소비라기보다는 생존을 위한 노력에 가깝다. 따라서 이들이 겪는 고통의 무게와 그 사회경제적 맥락, 이들이 선택한 행위의 진정한 성격은 중산층 이상의 소비활동이라는 전제를 내포한 의료관광이나 라이프스타일 이주라는 개념으로는 담아내기 힘들다고 하겠다.

이 두 개념이 가진 두 번째 한계점은 기존의 의료 패러다임<sup>6)</sup>에 의거하여 만들어진 시술 혹은 요법을 실천하기 위한 이동만을 가리킴으로써, 의료 패러다임 자체를 주관적으로 탐구하면서 자신만의 의료실천을 만들어가는 이동은 설명하지 못한다는 점이다. 먼저, 의료관광은 생의학적 권위를 가진 의사가 진단하고 처방한, 즉 생의학적 패러다임에 의한 수술이나 시술을 받기 위한 이동이다.<sup>7)</sup> 그리고 ‘라이프스타일 이주’는 자연 속에서 휴양하다 보면 자연스럽게 건강해진다는 전통적인 의료 패러다임을 담고 있는 이동이다.<sup>8)</sup> 그러므로 보완대체의학<sup>9)</sup>이나 다른 의

- 
- 6) 패러다임(paradigm)은 대략 ‘어떤 한 시대 사람들의 견해나 사고를 지배하고 있는 이론적 틀이나 개념의 집합체’로 정의된다. 본 논문에서 말하는 ‘치유법’이나 ‘의료 행위’들은 생의학, 한의학, 아유르베다 의학 등의 정통적 혹은 전통적 의료체계에 기반한 행위뿐 아니라 특정 종교 수행에 기반한 치유법 및 일반적으로 통용되고 있는 민간요법 등 다양한 ‘의료 패러다임’에 기반하는 행위들을 포괄한다.
  - 7) 의료관광처럼 일반적으로 이용되는 개념이 아니어서 본 논문에서 자세히 설명하지는 않지만, 일부 학자들은 의료관광이 생의학에만 국한된 것을 교정하기 위해 마사지, 온천욕, 뷰티 케어, 아로마테라피, 명상 등의 보완대체의학적 치료 및 건강과 관련된 보다 폭넓은 활동들을 ‘웰니스 관광(wellness tourism)’으로 따로 개념화하고, 이것과 의료관광을 합쳐 ‘보건관광(health tourism)’이라는 상위 범주로 범주화하기도 하였다 (Smith & Puczko 2009). 관광학계에는 이와 유사한 다양한 개념들이 있는데, 이들은 모두 보완대체의학적 패러다임에 의거하여 만들어진 시술 혹은 체험상품이라고 할 수 있다.
  - 8) 라이프스타일 이주는 ‘의료’를 전면에 내세우지는 않지만 건강상태와 밀접히 연관되는 ‘삶의 질’ 향상을 목적으로 하며, 그 목적지 또한 휴양에 좋은 자연환경 및 의료, 웰니스 시설을 갖춘 곳이라는 점에서 의료와 상당히 관계가 깊은 개념이라 할 수 있다.
  - 9) 보완대체의학(complementary and alternative medicine)은 미국 국립보완대체의학 센터의 정의에 의하면 ‘일반적으로 정통의학의 일부로 취급되지 않는 다양한 의료/건강 체계, 실천, 제품’으로, 대체의학체계(지압, 아유르베다, 동종요법, 자연요법, 전통치유

료 패러다임, 예를 들면 종교적 수련에 기반한 치유 행위의 원산지로 직접 찾아가서 배우고 실천하면서 자신에게 가장 적합한 의료 패러다임을 탐색하거나 자신만의 치유법을 만들어가는 행위는 이 두 가지 개념으로는 설명되지 않는다. 의료인류학의 초기에는 사람들이 주로 지역 내의 전통적인 의료문화 내지는 의료 패러다임에 크게 영향을 받는 모습, 그리고 최근에는 지역 내에서 접근 가능한 의료실천들 중에서 취사선택하는 의료다원주의의 모습이 많이 연구되어 왔지만, 이렇게 의료 패러다임 자체를 탐색하기 위해 국경을 넘어 다니는 행위는 아직 본격적으로 연구된 바가 없다. 따라서 최근의 전 지구적 맥락에서 증가 중인 이러한 현상은 초국가적 이동에 대한 연구 및 의료인류학에서에서 주목해야 할 새로운 연구 주제라 하겠다.

‘의료관광’과 ‘라이프스타일 이주’가 가진 세 번째 한계점은 단일한 목적 하에 출발지와 목적지 사이의 직선적 이동을 전제하는 ‘관광’과 ‘이주’라는 개념 때문에 이동 장소와 목적이 계속해서 변화할 경우 그 과정을 담아내지 못한다는 점이다. ‘의료관광’은 목적지에서 의료적 중재 혹은 시술을 받은 뒤 출발지로 귀환하는 것을 전제하고 있으며, ‘라이프스타일 이주’는 삶의 질이 낮은 출신지에서 삶의 질이 보다 높은 목적지로의 이동을 뜻한다. 그러나 서두에서 살펴본 요가 수련자들은 다양한 치유법을 탐색하기 위해, 그리고 요가를 계속 배우고 수련에 집중하기 위해 인도 내의 여러 장소 및 다양한 나라로 계속해서 이동하며, 그 과정에서 삶의 방식과 목적까지 변화한다. 최초의 이동 목적은 개인적 건강의 회복이었지만, 이동 과정에서 점점 더 높은 가치와 이상을 갖게 된다. 따라서 지속적인 이동을 전제하고 이 과정에서 나타나는 총체적인 변화에도 주목할 수 있는 개념이 필요하다.

---

등), 생물학 기반요법(중금속제거요법, 민간의학, 식이보충요법, 자연산물, 식이요법, 메가비타민 요법 등), 몸 기반 요법(카이로프랙틱, 접골요법, 마사지, 움직임요법 등), 심신요법(바이오피드백, 명상, 상상요법, 점진적 근이완법, 심호흡운동, 최면술, 요가, 태극권, 기공, 에너지 힐링요법, 레이키 등)으로 분류된다.

연구자는 국경을 넘어 이동함으로써 심신의 건강을 향상시키는 행위의 새로운 국면 중 기존의 개념들로는 포획할 수 없는 이러한 세 가지 성격, 즉 중산층 이하 사람들의 비(非)소비지향적인 이동, 새로운 의료 패러다임을 적극적으로 탐색하기 위한 이동, 삶의 방식 및 목적의 총체적인 변화를 수반하는 지속적인 이동이라는 특징을 부각시키기 위해 ‘의료순례(medical pilgrimage)’라는 용어를 제안하고자 한다. 순례는 인류의 수천 년 역사상 계속된 종교적 행위이자 의료관광의 원시적인 형태였기에,<sup>10)</sup> 소비보다는 좀 더 본질적인 이동의 목적을 보여줄 수 있다. 순례라는 개념은 출발지나 목적지에만 집중하는 것이 아니라, 처음에는 예상하지 못했던 여행의 변화무쌍한 과정 그 자체를 중시한다는 장점도 갖고 있다. 또한 “가치 있는 이상이 체현되어 있다고 믿는 장소나 상태를 탐색하기 위해 하는 여행(Morinis 1992)”이라는 정의에서 볼 수 있듯, 주관적인 가치의 추구, 믿음, 탐색이라는 성격도 드러난다. 따라서 ‘의료순례’는 새로운 의료 패러다임을 찾아다니는 복잡한 과정이 개인에게 갖는 중요한 가치를 잘 보여줄 수 있으며, 개인의 건강 회복이라는 목표를 넘어서는 더 높은 이상까지도 보여줄 수 있다.

의료인류학자인 송(Song)은 자국에서는 접근이 힘든 최첨단 의학기술인 줄기세포 치료를 받기 위해 중국을 방문하는 전 세계의 환자들에게서 현재 상태의 변형, 구원에 대한 희망 내지는 믿음, 신체적 치유를 넘어서는 더 높은 목표를 담아내기 위해 ‘순례’라는 개념을 도입한 바 있다. 송은 이들을 ‘의료관광객(medical tourist)’이라기보다는 ‘생명공학 순례자(biotech pilgrim)’로 볼 수 있다는 대안적인 해석을 제시함으로써 오랜 시간 마비에 시달려 온 환자들의 고통, 각종 역경을 뚫고 감

---

10) 근대 의학이 발전하기 전에는 종교가 의료의 역할을 담당하는 경우가 많았으며, 많은 사람들이 질환의 치유를 위해 종교적인 성지로 순례를 떠났다. 의료관광의 첫 번째 기록은 수천 년 전 그리스의 순례자들이 지중해를 건너 치유의 신 아스클레피오스(Asklepios)가 있는 에피다우리아(Epidauria)라는 장소로 떠난 것으로 간주되고 있다.

행한 여행의 중요성, 치유에의 희망, 스스로 과학 발전에 기여한다고 믿는 더 높은 이상에의 추구를 드러내고자 하였다(Song 2010).

본 논문은 이러한 ‘의료순례’의 가장 대표적인 사례를 보이기 위해 인도 리시케쉬(Rishikesh)에서 요가를 수련하는 한국인과 일본인들의 사회경제적 배경과 인도에 온 목적, 의료 패러다임의 탐색과정, 이들의 변화하는 이동경로와 이동목적을 구체적으로 보이고자 한다. 이하의 각 장들은 연구대상 및 방법, 연구장소의 역사적, 지리적 배경, 그리고 연구 대상자들이 보여주는 ‘의료순례’의 세 가지 특징적인 모습을 각각 다룬 후 결론을 내리는 순서로 전개될 것이다.

## 2. 연구대상 및 방법

본 연구의 장소는 인도의 리시케쉬라는 소도시이다. “세계 요가의 수도”로 불리는 리시케쉬는 다양한 요가 수행처가 있을 뿐 아니라 인도의 전통 의학인 आयुर्वेद 의학, 자연요법, 마사지, 레이키(reiki) 등 보완대체의학의 다양한 프로그램들과 상품들이 판매되고 있어 대안적인 치유법에 관심이 있는 전 세계인들이 가장 많이 모여드는 지역으로 꼽힌다. 연구자는 리시케쉬에서 요가 수업을 운영하는 100여 곳의 아쉬람 중 가장 규모가 크고 전통이 오래되어 외국인들에게 가장 인기가 있는 아쉬람 두 곳과 주변 지역에서 조사를 수행하였다.

리시케쉬에서의 현지조사는 2010년 12월에서 2월, 2011년 9월에서 12월, 두 차례에 걸쳐 총 약 4개월간 참여관찰, 설문지 조사, 면접 및 문헌 조사의 방법으로 수행하였다. 연구자는 문헌 조사, 현지인 관계자들과의 면접 및 다양한 요가, 명상, 호흡, 인도 철학 수업에서의 참여관찰을 통해 리시케쉬 지역 및 인도 내의 요가 수련 과정에 대한 전반적인 맥락을 파악하였다. 또한 두 아쉬람 내에 머물며 이곳의 요가 수업을

참여관찰하는 한편, 수업에서 만난 외국인들을 중심으로 공식적, 비공식적 면접을 실시하였다. 라뽀를 형성한 사람들과는 공식적인 심층면접을 진행하였는데, 이들이 리시케쉬를 방문하게 된 계기가 무엇이며, 리시케쉬에서의 일상적 삶은 어떻게 구성되어 있는지, 또한 이들에게 인식되는 치유의 경험과 의미는 무엇인지 중점적으로 질문하였으며, 이들의 생애사를 최대한 수집하였다. 심층면접의 대상자들에게는 기본적인 인적 사항 및 배경을 확인하기 위해 간단한 설문지에 답변을 써줄 것을 요청하였다. 영어로 작성된 질문지에는 연구자의 연구 목적과 인터뷰 내용을 설명 공개하지 않겠다는 안내 및 1) 국적, 나이, 가족사항, 학력, 직업, 평균 수입, 결혼상태 등 기본적인 개인 정보, 2) 여행 경력, 3) 요가와 질환 경력에 대한 질문들이 있었다.

연구자가 공식적으로 심층면접한 대상자는 총 17개 국적 50명<sup>11)</sup>이었다. 이 50명 중 동북아시아인이 총 30명(일본인 15명, 한국인 11명, 타이완인 3명, 중국인 1명), 중국계 동남아시아인이 2명, 태국인이 2명, 유럽과 북미 각국에서 온 서구인이 16명이었다. 이들 중 한국인과 일본인을 중심으로 본 논문을 작성한 이유는 한국인과 일본인이 ‘의료순례’라는 현상을 가장 잘 보여줄 수 있는, 비교적 동질하고 구분 가능한 집단이었기 때문이다. 리시케쉬의 한국인과 일본인 중에는 20~30대가 많았는데, 이들은 대부분 취약한 사회경제적 지위를 갖고 있었으며, 고국의 환경에서 심한 고통을 겪어 심신성 질환을 경험했다고 인식하고 있었다. 이들에 비하면 다른 나라 사람들은 사회경제적 지위와 연령대가 더 다양하고,<sup>12)</sup> 한국인 및 일본인과는 달리 개인의 능력과 성향을 중심

---

11) 인도인 요가 수련자들은 본 연구의 목적에 맞지 않아 제외하였다. 공식적인 심층면접에 포함되지는 않았지만 리시케쉬의 요가 수련자들의 출신국은 헤가 갈수록 더 다양해지고 있다. 중국인의 급격히 증가가 가장 눈에 띄며, 러시아인을 필두로 폴란드, 헝가리, 체코, 슬로바키아, 슬로베니아, 불가리아, 크로아티아 등 동유럽 출신들도 늘어나고 있다. 그 외 페루, 브라질, 아르헨티나, 콜롬비아 등 남미와 이집트, 이란, 등 소위 개발도상국에서 온 사람들, 동남아시아의 싱가포르, 말레이시아계 화교와 태국인들도 소수이지만 점점 더 증가하고 있다.



으로 자신의 건강상태를 설명하였으며, 심신성 질환보다는 척추측만증 등의 신체 증상을 가진 경우가 많았다.

연구자가 한국인과 일본인에 집중한 또 하나의 이유는 이들이 리시케쉬에서 2000년대 후반부터 급속히 증가하고 있다는 사실이 하나의 새로운 초국가적 사회 현상으로서 흥미롭게 다가왔기 때문이다. 현지인들 및 리시케쉬를 10년 이상 오간 외국인들의 말에 따르면 2000년대 초반까지만 해도 한국인과 일본인은 요가 수업 정원의 10%도 차지하지 못하였지만, 연구자가 관찰하는 동안 수업 정원의 20%에서 때로는 60%를 차지하기도 하였다. 특히 일본인은 수업 정원 55명 중 10~11명으로 단일 국가 최대 인원수를 유지하기도 하였다. 연구자는 지금까지 ‘중산층 백인’으로 대표되는 북미와 서유럽 출신자들의 인도 장기여행 및 요가 수련은 학문적, 대중적으로 주목받아왔지만, 한국과 일본 같은 아시아적 배경을 가진 사람들에 대한 관심은 거의 부재하였다는 점에서 이들을 대상으로 하는 연구는 새로운 학문적 기여를 할 수 있다고 판단하였다.<sup>13)</sup>

연구자는 리시케쉬에서 연구대상자들과 함께 요가를 수련하며 두 차례에 걸친 현지조사를 진행하는 한편, 두 현지조사 사이의 기간 및 귀국 후에는 페이스북(Facebook)을 통해 이들의 일상생활을 자세히 관찰하였다. 이를 통해 이들의 이동경로와 서로간의 상호작용, 나아가 수년간의 삶의 변화에 대한 데이터를 수집할 수 있었다. 연구자에게 이들

---

12) 서구인은 40대도 많으며, 50~70대 중에는 서구의 68혁명 당시에 인도철학이나 요가에 관심을 갖게 된 상류층 출신의 부유한 은퇴자들도 있다. 서구인들의 사회경제적 배경은 변호사, 판사 등의 전문직 은퇴자들, 대기업에서 일했던 중산층 출신들부터 고등학교 중퇴자, 실업연금이나 파트타임 일에만 의존하면서 살아온 빈곤층에 이르기까지 일반화하기 힘들 정도로 다양하다. 한편, 태국이나 페루 등 개발도상국 출신들은 대부분 상류층 출신의 엘리트들이다.

13) 한국인, 일본인과 함께 중국인도 연구하고 싶었지만, 이들은 아직은 연구대상자로 적합하지 않았다. 중국은 아직까지 개인 배낭여행의 역사가 짧고 비자 기간 또한 짧아 인도 장기체류자가 거의 없기 때문이다. 리시케쉬를 방문하는 중국인들은 대부분 상하이, 베이징 등 대도시 출신으로, 연수를 목적으로 단기간 단체 방문한 요가 선생들이며, 영어로 의사소통이 힘들었다.

연구대상자들은 친밀한 동료이자 과학적으로 분석해야 할 대상이었는데, 연구자가 본 연구를 위한 현지조사 전에도 수차례 인도 및 여러 나라들을 여행하며 다양한 형태의 장기체류자, 초국가적 이주자들을 관찰한 경험과 수년간 요가를 수련했던 경험은 이들을 다각도로 파악하는데 큰 도움이 되었다.

### 3. “세계 요가의 수도” 리시케쉬의 역사적, 지리적 배경

리시케쉬는 인도의 수도인 뉴델리(New Delhi)로부터 240km 북동쪽에 위치한 인구 약 8만 명의 도시로, 행정적으로는 우타란찰(Uttaranchal) 주에 속한다. 리시케쉬는 성스러운 신들의 땅 히말라야, 성스러운 어머니 강가(Ganga) 강, 사람들이 사는 평야가 만나는 특이한 지형 때문에 ‘신의 영역이 인간의 영역과 만나는 곳’이라는 상징적 의미를 가진 성지가 되었다. 히말라야 산속에서 수행하는 힌두 수행자들에게 보금자리 역할을 하는 작은 마을이었던 리시케쉬가 유명해진 것은 현대 요가가 재정립되어 전 세계에 전파되는 과정에서 몇몇 스승들이 유명해지면서부터였다. 세계적인 영국 팝그룹인 비틀즈(The Beatles)가 1968년, 초월 명상(Transcendental Meditation)으로 유명한 구루인 마하리쉬 마헤시 요기(Maharish Mahesh Yogi)의 아쉬람에서 머무른 사실이 밝혀지면서 리시케쉬는 전 세계의 히피와 수행자들을 끌어당기는 국제적인 유명 관광지가 되었다.

현재 리시케쉬는 미디어나 가이드북을 통해 전통과 현대성이 결합된 치유의 장소로 홍보되고 있으며, 외국인들에게 ‘가장 인도다운 곳’ 중의 하나로 꼽히고 있다. 리시케쉬에는 현대 요가의 전지구화가 이루어지는 과정에서 핵심적인 역할을 하면서 현재 전 세계적으로 가장 대중적이고 영향력 있는 요가 분파가 된 아엥가(Iyengar) 요가와 아쉬탕

가 빈야사(Ashtanga Vinyasa) 요가에도 큰 영향을 미친 시바난다(Sivananda) 요가의 근거지가 있다. 이러한 중요성 때문에 한국, 일본, 중국의 요가 단체들은 요가 강사 트레이닝 코스의 마지막에 리시케쉬 순례 프로그램을 포함하는 경우가 많다.

리시케쉬는 이러한 성지로서의 지형과 역사적 배경 덕분에 많은 이들에게 요가와 다양한 치유법을 배울 수 있는 장소일 뿐 아니라, 자신의 삶을 바꿀 수 있는 성스러운 장소, 새로운 무언가를 찾을 수 있는 희망의 장소로도 표상된다.

#### 4. 요가 수련자들의 사회경제적 배경과 이동 목적

##### 1) 취약한 사회경제적 지위

연구자는 한국인과 일본인 요가 수련자들이 인도에 오게 된 목적을 탐색하기 위해 이들의 사회경제적 배경을 알아보았다. 이들의 학력 및 고국에서의 직업과 월평균 수입, 그 변화의 추이를 정리하면 <표 1>과 같다.

이들은 대부분 비정규직으로 일하다 그만두고 왔기 때문에 사회경제적 지위가 취약하다. 이들 중에는 수개월간 연속해서 일하다가 오랜 기간 일을 쉬었던 사람도 있고, 국내 혹은 국외에서 직업을 자주 바꾸면서 환율 차이가 발생한 경우도 많아 이들의 평균 월 소득을 산출하기는 쉽지 않다. 그럼에도 불구하고 대략의 패턴에서 알 수 있는 것은 대부분 직업의 조건이 나빠지면서 소득 또한 감소했고, 삶 전체가 더욱 불안해진 사람들이라는 점이다.

이러한 변화의 이유는 다양하다. 경기침체 및 테러, 지진 등의 재해로 실직하거나 근무 조건이 열악해진 노조미 같은 사람도 있고, 한때

〈표 1〉 요가 수련자들의 주요 직업과 월 소득 변화

국적	이름	연령	성별	학력	주요직업	월 소득
일본	시즈카	55	여	직업학교 (2년)	재봉사→백화점 판매원→빵공장 노동자	??→17만 엔
일본	가주코	46	여	직업학교 (2년)	전업 주부→힐러(healer)	불규칙
일본	마루코	44	여	직업학교 (2년)	치과 기공사→간병인→JICA 대원	25만 엔→ 21만 엔→ 10만 엔
일본	신이치	43	남	대졸	파트타임(농장, 어장, 기념품 판매, 도로공사...)	27만 엔→ 1,200USD
일본	노조미	40	여	대졸	대기업 광고부→스튜디오 사진사→일본어 강사	30만 엔→ 18만 엔→ 14만 엔
일본	히로코	38	여	석사	대기업 컴퓨터 엔지니어(7년)→시아쓰 강사/농부	42만 엔→ 10만 엔
일본	나오미	34	여	대졸	오피스 계약직→호주 워킹홀리데이(호텔 리셉션 등)→오피스 계약직	23만 엔
일본	가오리	32	여	직업학교 (2년)	오피스계약직	12.5만 엔
일본	미에	31	여	대졸	오피스 계약직→정직원 잡지 편집자(도쿄)→파트타임(카페)→프리랜서 잡지 편집자(지방)	33만 엔→ 25만 엔
일본	하루	31	여	직업학교 (3년)	가게 바이어/판매원	25만 엔
일본	에미	30	여	대졸	파트타임(농장, 호텔, 캐디)→영어 강사(1년)	불규칙→ 16만 엔
일본	겐이치	29	남	고졸	음악가→파트타임(농장, 산장...)	불규칙
일본	아유미	27	여	고졸	가게 판매원(2년)→호주 워킹 홀리데이 (농장, 식당, 호텔...)→여행사 직원	불규칙
일본	유리	25	여	대학 중퇴	파트타임(가게/백화점 판매원, 식당 서빙)	불규칙
일본	신지	23	남	고졸	파트타임(주방, 농장, 판매원)→호주 워킹홀리데이(농장, 웨이터, 주방)→파트타임(주유소, 호텔 리셉션, 이사 도우미)	26만 엔 or 9,000엔 (일당) (불규칙)

국적	이름	연령	성별	학력	주요직업	월 소득
한국	희경	49	여	대졸	대기업 비서(12년)→자영업(2년)→이자 수입	??→??
한국	연일	45	남	석사	파트타임(포장마차, 고시원 총무...)	불규칙 (거의 없음)
한국	달희	42	여	석사	전업 인테리어 디자이너(10년 이상)→프리랜서 인테리어 디자이너	420만 원→ (불규칙)
한국	병철	41	남	대졸	학원강사, 무대감독, 연출, 파트타임(음식배달)→엑세서리 제작, 판매	??→ 120만 원 (불규칙)
한국	지연	33	여	대졸	호텔 이벤트 코디네이터, 호텔 인스펙터	2,700 USD
한국	유정	33	여	전문대졸 (2년)	상담사(3.5년)→호주 워킹홀리데이→상담사(2.5년)	150만 원
한국	인혜	30	여	대졸	컴퓨터 프로그래머(6년)	280만 원
한국	영수	29	남	고졸	파트타임(서빙, 가게 판매원, 학원실장...)	90만 원 (불규칙)
한국	관욱	26	남	대학생	파트타임(사무 보조, 식당 서비스)	250만 원 (불규칙)
한국	승은	26	여	전문대졸 (2년)	파트타임(빵공장 노동, 전화상담원, 조사원, 요리강사, 요가강사...)	70만 원 (불규칙)
한국	은숙	23	여	전문대졸 (3년)	파트타임(식당)	130만 원

전문적인 경력을 가졌던 소수의 사람들 중에는 과로로 인해 건강이 나빠지면서 더 보수가 낮은 직업을 선택해야만 했던 히로코나 달희 같은 사람들도 있다. 소득이 감소하지 않은 사람들은 특별한 전공지식이나 기술 없이 파트타임 노동을 해왔기 때문에 더 이상 소득이 감소할 수 없어 계속 비슷한 상태에 머물러 있는 경우가 많았다. 일본인 중에는 지난 10~20년간 경기가 나빠지면서 파트타임 노동 임금마저 지속적으로 감소한 신이치 같은 경우도 있다.

다음 사례를 통해 노조미의 사회경제적 지위가 하락한 과정과 인도방문이 어떻게 연결되는지 살펴보자.

[사례 4-1: 노조미(40), 일본, 여성, 인도 1회/리시케쉬 1회 방문, 요가 경력 7년]

노조미는 도쿄에 있는 명문 사립대학교에서 사회학 전공으로 졸업한 후 “좋은 광고 회사”에 정사원으로 입사했다. 그러나 “마녀 상사”도 싫고, 더 나은 직업이 있을 것 같아 회사를 그만둔 후, 1999년에 영국계 다국적 기업에 입사했다. 5년만 일하면 임원으로 승진시켜주겠다는 약속을 받고 “아주 좋은 조건”으로 들어갔다. 월급은 30만 엔이었고, 정사원이었다. 그러나 2001년 9.11 테러 이후 회사가 일본에서 철수하면서 해고되었다. 언니가 있는 영국으로 가서 1년간 영어 학교에 다닌 후, 귀국 후에는 남편의 사업을 도왔다. 그러다가 월급으로 18만 엔이 조금 못되는 금액을 받고 사진관에서 신혼부부들의 사진을 찍어주는 일을 하게 되었다. 남편과 이혼한 후에는 일본어 교사 자격증을 취득하여 학원에서 외국인들을 가르치게 되었다. 아침부터 수업을 하고, 밤에는 이들의 과제를 채점하느라 야근을 할 때가 많지만 급여는 일당 7,000 엔에 불과하며, 잔업 수당도 없어 한 달 평균 20일간 일하고 14만 엔을 받았다. 그러나 2011년 3·11 지진 때문에 외국인들이 일본을 떠나자, 그나마 있던 수업도 줄어들어 수입이 또 감소했다. 학원장이 무급 휴가를 가라고 해서 노조미는 3개월간 쉬기로 하고 인도에 왔다. 인도를 선택한 이유는 지진 이후 죽음에 대한 생각을 많이 했고, “죽기 전에 인도에 와보지 않으면 후회할 것 같아서”, 그리고 “인도의 철학책들에 중독”되었기 때문이다. 인도의 철학책들은 “안전하다는 느낌, 만족감”을 주고, “아무것도 없어도 괜찮아”라는 생각을 하게 한다. 하지만 일본어 강사 일은 “너무 수입이 적고 생존 자체가 힘들어서” 귀국하면 또 다른 일을 찾아보려고 한다.

노조미는 경기 침체, 테러와 지진, 이혼 등으로 점점 직업이 불안정해지고 수입이 줄어들어드는 과정에서 근심, 약한 우울증, 원형 탈모증 등을 경험했다고 하였다. 노조미는 연구자에게 “나이가 들었고, 이혼녀이고, 돈은 없는” 3가지 장애물 때문에 근심이 많은데, 인도만이 이렇게 우울하고 아무것도 할 수 없는 상황을 위로해줄 수 있을 것 같아 부모님께 돈을 얻어 인도로 오게 되었다고 하였다.

노조미처럼 사회경제적 지위가 뚜렷하게 하락한 일부 사람들은 이러한 현실에 대해 민감하게 의식하고 스트레스를 받으며 나름대로 극복하려는 의지를 보이는 반면, 계속 계약직이나 일시적인 파트타임 일자

리를 전전하고 있는 신이치, 겐이치, 신지는 이러한 현실을 당연한 것으로 받아들였다.

다음 사례는 신지의 파트타임 일 경력과 인도 방문 내력을 보여준다.

**[사례 4-2: 신지(23), 일본, 남성, 인도 4회/리시케슈 4회 방문, 요가 경력 2.5년]**

신지는 농촌 출신으로, 고등학교 때부터 파트타임 일을 하였다. 주방 일을 주로 하였고, 농장 마구간 청소도 하였다. 졸업 후 외국에 나가기로 결심하고 주유소에서 파트타임으로 일하며 돈을 모았다. 그 후 친구에게 워킹홀리데이<sup>14)</sup>를 추천받은 뒤 호주로 떠났다. 호주에서 첫 4개월간은 학교에 다니며 영어를 배웠고, 그 후 스시 레스토랑과 여러 농장들을 전전하며 서빙, 돼지 도살, 작물(포도, 사과, 토마토) 수확 등의 다양한 일들을 1~2개월씩 하였다, 마지막 1개월은 히피타운에 머물며 간자<sup>15)</sup>만 피웠다. 그 후 필리핀에 가서 6개월간 영어를 배우고 귀국하였고 2개월간 쉬 뒤, 호텔 리셉션과 주유소에서 파트타임으로 일하며 돈을 모았다. 돈이 모인 후 동남아, 인도, 네팔, 중국을 총 7개월간 여행하고 귀국했고, 1개월간 이사 도우미로 일했다. 그 후 밤 10시부터 아침 8시까지 식당에서 일하고, 오전에는 마구간을 2~3시간 동안 청소하는 생활을 4개월간 하였다. 다시 돈이 모인 후에는 오키나와와 야쿠시마 등에서 2개월간 캠핑을 하며 하루 중일 야생 환각버섯을 먹고 간자를 피우고 술을 마셨다. 그 후 바로 인도로 왔는데, 목적의 70%는 ‘싸고 맛이 좋은 간자를 피우기 위해서’였고, 30%는 함께 캠핑했던 여행자들에게 추천받은 대로 요가를 인도에서 배우기 위해서였다. 인도, 네팔, 스리랑카를 여행한 뒤 귀국하여 다시 농장 일을 했고, 이빠사나(Vipassana) 명상 코스에도 참석하며 2개월 반을 보냈다. 그 후 이번에는 요가 수련에만 매진하기 위해 인도로 왔다.

위의 사례를 보면 신지는 고등학교 때부터 지금까지 자신의 직업 및 경력에 대해 고민하거나 시간을 투자하여 준비한 적이 없음을 알

---

14) Working Holiday: 나라 간에 협정을 맺어 젊은이들로 하여금 여행 중인 방문국에서 취업할 수 있도록 특별히 허가해주는 제도로, 이를 위하여 발급하는 비자를 워킹홀리데이 비자라고 한다. 만 18세에서 30세의 젊은이를 대상으로 하며, 실제 체류기간 1년을 인정한다. 한국에서는 1990년대 중반에 호주 워킹홀리데이 붐이 일어났으며, 2012년 현재 오스트레일리아, 뉴질랜드, 캐나다, 일본, 프랑스, 독일, 아일랜드, 덴마크, 대만, 홍콩, 스웨덴, 체코와 워킹홀리데이 비자 협정을 맺고 있다.

15) 간자(ganja), 마리화나(marijuana), 방(bhang), 하쉬쉬(hashish)는 모두 대마를 가공한 환각제이다.

수 있다. 신지를 비롯한 많은 사람들, 특히 일본인들은 몇 개월간 돈을 번 뒤 인도나 다른 외국에서 지내다 오는 생활을 반복하며 살아가는 경향을 보였는데, 여행이 끝날 때마다 통장 잔고가 거의 비었으며, 이러한 과정을 반복하면서 마리화나를 비롯한 환각제, 약물에 중독되었다고 하였다. 한국의 많은 20대들도 그렇지만, 특히 일본인 20대들에게 더 두드러지는 특징은 적어도 연구자가 면접한 사람들 중에서는 자신의 사회경제적 지위를 향상시키려는 희망이나 의지, 계획을 가지고 있는 사람이 없었으며, 고국에서 생활수준을 향상시키기보다는 오히려 어떤 곳 은일을 해서라도 돈을 벌어 외국에서 최대한 오래 지낼 수 있는 방법을 마련하는 데 모든 관심을 기울인다는 점이었다.<sup>16)</sup>

이처럼 리시케쉬에서 요가를 중심으로 살아가는 한국인과 일본인들은 대부분 취약한 사회경제적 지위를 갖고 있으며, 중상류층이라 볼 수 있는 사람은 거의 없다.

## 2) 질환의 치유를 위한 이동

리시케쉬에서 만난 한국인 및 일본인 수련자들은 고국에서 신체적, 정신적 고통과 질환을 상당히 심각하게 겪었으며, 그 경험이 리시케쉬에서 요가를 수련하게 된 계기가 되었다는 공통점을 갖고 있다. 여기서 ‘질환(illness)’은 신체적 징후와 증상으로 나타나는 몸속의 병리적 변화를 일컫는 질병(disease)과는 다른 개념으로, 질환은 질병의 이러한 징후와 증상에 대한 개인의 주관적 해석과 반응을 말한다(Nettleton 1995).

연구자가 이들의 질병이 아닌 질환에 주목하는 이유는 많은 연구대

---

16) 이렇게 정처 없이 돌아다니거나 큰 욕망이 없는 일본 젊은이들을 ‘소토코모리’, ‘사토리 세대’ 라고 부르는 다양한 담론들이 있다. 이러한 일본 젊은이들이 등장한 사회적 배경 및 한국인과의 유사점과 차이점에 대해서는 후속 연구가 필요할 것이다.



상자들이 반드시 신체적 질병이라는 의학적인 진단을 받은 것은 아니지만 심각한 수준의 고통을 경험하였으며, 그러한 개인적 고통과 질환의 치유를 위해 고국을 떠났고, 이후 어느 정도의 치유를 얻는다는 공통점을 보였기 때문이다. 많은 이들이 생의학적 진단 범주와 치료법, 의사에 대한 심한 불신을 표현하였으며, 결국 나름의 방법으로 질환의 원인을 진단하고 치유의 방법을 찾아 나섰다. 연구자는 연구대상자들이 겪었던 이러한 주관적 고통, 그에 대한 사회적, 문화적 맥락 및 이에 대한 개인의 주관적 해석과 반응을 파악하기 위해 질환에 대한 개개인의 이야기인 ‘질환 서사(illness narrative)’를 이용하였다. 의료인류학의 중요한 연구대상이 되어온 ‘질환 서사’는 특정 사건들과 장기적인 고통의 과정에 일관성을 부여하기 위해 환자가 말하고, 중요한 타자들이 다시 말하는 이야기이다(Kleinman 1988: 45). 클라인만이 지적하는 바와 같이 개인의 신체적, 정신적 고통은 반드시 의학적인 틀만으로 설명할 수 있는 것은 아니며, 오히려 다양한 사회적, 문화적인 요인으로 인해 발생할 수 있다(Kleinman, Das & Lock 1997). 또한 고통은 주관적일 수 있으며, 그것이 어느 정도의 강도인지, 인지가 가능한지, 비정상적으로 분류되어 치료의 대상이 되는 것인지의 기준 역시 특정 사회의 조건들에 영향을 받을 수 있으므로, 환자 자신의 질환 서사는 인간의 고통과 치유를 인류학적으로 다루기 위한 중요한 대상이 된다.

연구자는 많은 요가 수련자들의 질환 경험이 단순히 의학적으로 설명될 수 있는 문제를 넘어서서 각 개인이 처해 있었던 사회적 환경을 어느 정도 설명해주고 있다는 점에 주목하였다. 특히 우울증(depression), 근심(anxiety), 폭식증, 환각제 중독 등의 심신성 질환을 경험한 사람들이 많았으며, 아직 본격적인 신체적 증상이 나타나지는 않았지만 견디기 힘들 정도의 정신적 고통과 불안을 겪었다고 말하는 사람들도 있었다. 인터뷰 자료에 따르면, 이들이 경험한 질환들의 원인은 추적하자면 단순히 개인의 문제에 한정될 수 없는, 그 사람이 속해 있었던 사회적

상황이나 관계와 밀접하게 연관되어 있다는 특징을 보였다. 실제로 이들은 리시케쉬에 오게 된 가장 중요한 이유를 이러한 질환 경험 및 질환을 발생시키는 데 영향을 끼친 사회적 맥락과 연결하여 설명하였다.

다음 사례는 질환의 발생 원인을 사회적 맥락과 연결시켜 설명하고, 이를 치유하기 위해 인도로 왔다고 말하는 서사를 보여준다.

**[사례 4-3: 영수(29), 한국, 남성, 인도 1회/리시케쉬 1회 방문, 요가 경력 9개월]**

영수는 외국인 친구들이 “왜 리시케쉬에 왔냐”고 질문할 때마다 “한국에서 탈출하기 위해서”라고 대답하였다. 영수의 생애사에서 한국을 탈출해야 했던 맥락은 다음과 같이 나타난다.

외국 가고 싶었어요. 한국에 있는 게 갑갑했어요. 스트레스 너무 받고, 당장 내세울 게 하나도 없었니까. 경험은 많지만 자격증이 없었니까. (중략) [친구들] 여자들이 마지막에 너를 좋아하지 않는 이유는 너가 가진 것이 아무것도 없기 때문이야, 하고 말을 해줬어요. 그 말이 사실이었어요. 가진 게 아무것도 없었어요. 직업도 돈도 없고, 공부를 많이 한 것도 아니고, 성과 낸 것도 없고 그래서 여자들이 널 떠나는 거라고. (중략) 왜 외국을 나가고 싶었냐면, 한국에 있는 게 너무 힘든 거예요. 뭘 해야 될지 모르겠고 헬스장에서 일하려니까 마음이 너무 갑갑하고.

영수는 이러한 과정을 겪으면서 20대 내내 우울증에 시달렸으며, 두 번 진지하게 자살을 생각했다고 하였다. 영수는 중학교 때에는 부모님이 이혼한 후 게임 중독에 빠졌고, 고등학교 때에는 심장의 통증과 우울증, 불면증이 생겼지만 “적당한 시기에 돌봄을 받지 못해” 20대 내내 이 증상들이 지속되었다고 하였다. 영수는 아들의 도리를 다하지 못한다는 생각에 어머니에 대한 죄책감까지 심하게 느껴 상담을 받으러 다니기도 했다.

이 사례에서 영수는 가족과 한국의 상황 때문에 다양한 고통과 질환을 겪었다고 인식하고 있음이 드러난다. 영수에게 ‘한국’은 경험이나 능력보다는 자격증, 직업, 돈, 학력, 성과로 사람을 평가하는 갑갑한 곳이다. 영수는 자신이 다양한 경험이 있고, 어떤 일이든 시작만 하면 남들

보다 잘 하며, 사람들에게 항상 인기가 많다는 점을 지속적으로 강조했다. 그러나 실제로는 고등학교를 졸업한 후 호텔업계, 와인업계, 마술업계, 외식업계, 방송계, 체육계 등에서 파트타임 일을 전전했을 뿐 지속적인 직업을 가진 적은 없었는데, 영수는 이것을 한국 사회의 탓으로 돌렸다. 영수는 와인업계에서 일하기 힘들었던 것이 “이상하게 한국은 나이 제한이 심해서”이며, 연기자가 되기를 포기한 것은 “한국에서는 모든 연기자는 돈을 찢어주고 들어가야 하고”, “PD 라인, 작가 라인, 주연급은 기획사에서 밀어주는 애들만 되기 때문”이라고 하였다. 즉, 영수에게 한국은 부당하고 불공정한 관행이 횡행하는 곳이며, 열심히 노력한다고 해서 반드시 좋은 결과를 낼 수 있는 곳은 아니다. 영수가 요가 강사 자격증을 취득하려는 것은 바로 이러한 ‘한국’이라는 공간과 평생 자신을 괴롭혀온 가족이라는 공동체를 벗어나 외국에서 요가를 가르치면서 살기 위함이다. 영수가 생각하는 ‘외국’은 고졸자로서 받는 차별적 시선과 사회구조적인 경직성을 벗어날 수 있는 공간, 강제적이고 억압적인 가족 공동체를 벗어나 개인으로 살 수 있는 자유로운 공간으로 표상된다.

많은 사람들의 질환 서사를 통해 이들이 고국을 떠나 인도로 온 이유는 영수처럼 심신의 질환을 야기할 만큼 고통스러운 상황을 벗어나 치유를 얻기 위함임을 확인할 수 있었다.

### 3) 요가 수련에만 몰두하는 생활

리시케쉬는 이처럼 고국에서의 취약한 사회경제적 지위 및 고통스러운 환경을 벗어나고자 하는 사람들에게 별 걱정 없이 장기체류하며 요가에만 몰두할 수 있는 환경을 제공한다. 무엇보다도 리시케쉬는 물가가 저렴하다. 2012년 현재 대부분의 장기체류자들은 숙식, 요가 강습비, 기타 생활비를 모두 포함하여 한 달 평균 300~500달러를 쓴다고

하였다. 모든 음식을 직접 해먹고, 무료 요가 수업에만 다니며 한 달에 100~200달러로 버티는 사람도 있었다. 양질의 요가 수업 역시 저렴한 편이다. 또한 요가 수업의 종류도 다양하고, 대부분의 수업들이 하루에 2회 열리므로 마음에 드는 수업에 몰두할 수 있다.

다음 사례는 일본의 피곤한 환경을 벗어나 인도에서 장기체류할 수밖에 없다는 수련자의 논리를 잘 보여준다.

[사례 4-4: 가오리(32), 일본, 여성, 인도 2회/리시케쉬 2회 방문, 요가 경력 10년]

가오리는 22~23세 때 생리통이 심해서 항상 약을 먹다가 요가를 하게 되었다. 요가를 시작한 지 3~4개월 후에 효과를 체험하고 약을 줄였다. 그러나 요가원이 많지 않아 언제나 교통체증에 시달리면서 1시간 동안 차를 운전하면 곳까지 다녀야 했다. 아쉬탕가 요가 수업 한 번에 수강료가 40~50달러, 1개월에 300달러나 할 정도로 비싸면서 수업이 매일 있지도 않아 불만이었다. 도쿄에서 살 때는 수업이 매일 있는 곳도 있었지만, 가는 데만 1시간이 걸리는 데다가, 아침에만 있는 수업에 참가하려면 새벽 4시 반에는 집을 나와야 해서 포기했다. 그래서 인도에 오면 집중적으로 수련할 수 있을 것 같아 처음에는 아쉬탕가 요가의 본산지인 마이소르(Mysore)로 갔다. 여기서 2개월간 수련했더니 절대로 살이 찌지 않고 땀이 나지 않던 몸에 살이 찌고 땀이 나며 힘도 생겼다. 그래서 계절에 따라 리시케쉬, 다름살라로 이동하며 요가를 계속 배웠다. 귀국한 후 일본에서 파트타임 일을 하면서 몇 개월간 돈을 모았다. 이번에는 2년간 계절에 따라 옮겨 다니며 요가에만 몰두할 계획으로 인도에 왔다. 가오리는 인도에 있을 때에는 “이미 릴랙스(relax)해 있기 때문에 릴랙스하려고 요가를 하지 않아도 되지만”, 일본에서는 “매일 오버타임 일을 해야 해서 아주 피곤하다. 일본에서 일만 안 한다면 인도에서 있는 것처럼 릴랙스할 수 있다”고 하였다. 가오리는 리시케쉬의 가장 좋은 점으로 “일을 하지 않아도 된다”는 점을 꼽았다. “일본에서는 사는 것 자체가 너무 비싸고, 집에 머물러도, 요가를 가려고 해도 차가 필요하다. 시골에서 사니까. 요가 수업에도 가려고 버스나 기차를 타고 3~4시간이 걸리고, 1000엔이나 든다.”

위 사례에서 가오리는 생리통이 심하고 항상 피곤한 이유를 항상 오버타임 일을 해야 생존할 수 있는 일본의 환경으로 돌리고 있음을 알 수 있다. 일본에서는 이러한 증세를 치유하기 위해 요가를 배우려면

오고 가는 데 몇 시간을 써야 하고, 비싼 수강료를 내느라 일을 더 많이 해야 하고, 따라서 다시 피곤해지는 악순환이 반복되기 때문에 해결이 되지 않는다. 따라서 가오리는 아예 일을 그만두었고, 요가에만 몰두할 수 있는 환경이 만족스러워 인도에서 장기체류하기를 반복하고 있다.

리시케쉬는 이러한 경제적 이점 뿐 아니라 히말라야와 갠지스 강이라는 대자연이 있고, 마음을 산란하게 하는 다른 오락거리가 전혀 없기 때문에 모든 시간을 요가에만 바칠 수 있다는 환경적인 이점 또한 갖고 있다. 많은 요가 수련자들은 리시케쉬의 역사적, 문화적 배경과 이러한 생활환경을 합쳐 ‘요가만 할 수 있게 모든 것이 갖춰져 있는 곳’, 혹은 ‘요가에만 집중할 수 있는 시스템’으로 표현한다. 이러한 환경은 전 세계에서 많은 요가 수련자들이 찾아오는 가장 큰 이유이다.

이런 환경을 이용하여 리시케쉬의 요가 수련자들은 요가를 중심으로 수행승과 같이 생활한다. 대부분 아침 6시경에 일어나 깨어 있는 시간은 거의 요가 수련 혹은 요가와 관련된 공부로 보내고 저녁 10시경에 잠자리에 드는 규칙적인 생활을 한다. 술, 고기, 담배가 없는 절제된 식단을 준수하고, TV나 영화, 게임, 스포츠와 같은 여가 활동은 하지 않는다. 보통 매일 1시간 반에서 7시간 반 동안 아사나(asana: 요가 자세)를 수련하는데, 호흡 수련까지 포함하면 하루 수련 시간이 10시간에 달하는 사람들도 있다. 이들은 수련 시간 외에도 요가와 관련된 것을 보고 듣고 이야기하며, 요가를 잘 할 수 있도록 몸을 관리하는 데 대부분의 시간을 쓴다. 즉, 이들의 삶은 철저히 요가를 중심으로 이루어진다.

이 장에서는 리시케쉬의 한국인과 일본인 요가 수련자들이 사회경제적 지위가 취약하며, 사회적 이유로 다양한 심신성 질환을 겪었고, 이를 치유할 수 있는 방법으로 요가 수련을 위한 최적의 환경을 제공하는 인도 리시케쉬에서 요가에 몰두하고 있다는 것을 살펴보았다. 여기서 이들의 행위는 중산층의 소비활동이라는 의미를 내포하는 ‘관광’이나 ‘라이프스타일’과 같은 용어로는 설명되지 않는다는 것을 알 수 있

다. 다음 장에서는 이들이 대안적 의료 패러다임을 적극적으로 탐색하고 만들어가는 모습을 살펴본다.

## 5. 대안적 의료 패러다임의 적극적 탐색

많은 한국인과 일본인 요가 수련자들은 대안적인 의료 패러다임에 기반한 치유법들을 시도해보기 위해 고국에서, 혹은 인도에서 시행착오를 거치며 여러 곳을 여행하였다는 공통점을 갖고 있다.

다음은 자가면역질환의 치료를 위해 생의학적 패러다임을 거부하고 대안적 의료 패러다임을 찾기 위한 다양한 탐색과 시도를 하는 과정에서 리시케쉬까지 오게 된 사례이다.

[사례 5-1: 히로코(38), 일본, 여성, 인도 5회/리시케쉬 3회 방문, 요가 경력 4년]

히로코는 소프트웨어 엔지니어로 일하며 종종 야근을 했다.

컴퓨터 일은 너무 스트레스야, 알지? 젊을 땐 괜찮지만, 나이가 들수록 예전처럼 일을 하지 못해. 아이디어가 더 필요하지만 마음이 늙어. 많은 사람들을 보니까 우울해지더라. 일을 못 하니까. 나는 이게 비정상적인 것 같았어. 이걸 우리가 일해야 하는 방식이 아니라고 생각했어.

히로코는 그런 시간이 오기 전에 시아쓰(일본의 전통 안마)를 배우기 시작했다. 몇 년이 지난 어느 날, 갑자기 열이 나고, 전화기를 잡을 수 없을 정도로 손이 붓고, 신발을 신을 수 없을 정도로 발이 부어올랐다.

나는 나 자신을 공격하고 있었어. 어쩌면 일을 너무 많이 하고 공부하느라 스트레스를 많이 받아서일 거야. 신경이 언제나 흥분해 있었고, 전혀 릴랙스하지 않았지. 지금 생각하면 너무 자연스러워. 너무 많은 일을 하고 숙제까지 하고 그랬으니까.

병원에서는 자가면역질환<sup>17)</sup>이라며 스테로이드 호르몬 치료를 권했으나 히

로코는 이를 거부하였다. “얼굴도 안 보고 컴퓨터만 보고 피만 체크하는” 의사를 믿을 수 없었으며, “스테로이드 호르몬은 몸뿐 아니라 마음에도 영향을 준다”고 생각했기 때문이다. 히로코는 대신 일본 내의 대체의학인 니시 요법<sup>18)</sup>을 시도하였다. 하루에 2회 소량의 생채식을 준비해서 먹고, 손발을 흐드는 모관 운동, 담요를 덮었다 벗었다 하는 풍욕, 냉탕과 온탕을 왕복하는 냉온욕 등을 하느라 하루 종일 바빴다. 니시 요법의 효과는 좋았으나, 몸무게가 급격히 감소하면서 생리가 끊어지는 부작용이 발생하였다. 그 과정에서 히로코는 보수가 좋은 직장을 그만두고 다양한 방법을 시도해보았다. 니시 요법의 일부인 단식, 생채식은 물론 마크로바이오틱<sup>19)</sup> 같은 식이요법도 시도해보았고, 요가를 수련하기 시작했다. 히로코는 일본과 인도 내의 아슈람들을 찾아다니며 다양한 힐링 코스에 참가하는 한편, 시골에서 농사를 지으며 시아쓰 마사지사로서 일하는 등 직업과 삶의 방식까지도 바꾸었다.

니시 요법만 하다가 마크로바이오틱에 관심을 가졌다. 건강한 것들, 음식, 요가 등이 관련된 거야. 아유르베다도 알게 되고, 요가에도 관심을 가졌다. 인도에 처음 온 건 2008년 여름이었어. 케랄라(Kerala)의 병원에서 2개월간 머물렀지. 거기서 아유르베다를 시작한 후 생리를 갑자기 시작했어. (중략) 여기는 너무 좋아. 특히 서구의학이 돌보지 못하는 것을 치료해. 그리고 정말 저렴해, 믿을 수 없을 정도로. 거기 머물며 명상, 요가를 하면서 채소만 먹으면 스트레스가 없고 너무 건강하고 평화로워. (중략) 아유르베다는 너무 깊어. 그냥 의학이 아니라 철학이야. (중략) 많은 사람들이 니시 요법이나 단식이 너무 스트레스여서 성공하지 못한다고 해.

히로코는 스트레스를 많이 주는 니시 요법보다 아유르베다 의학을 신뢰하

- 
- 17) 히로코가 앓았던 병은 다양한 자가면역질환 중 ‘교원[집]병(collagen disease)’으로, 여러 장기의 결합조직에 병변이 생기는 전신성 염증성 질환이자 다양한 자가항체가 존재하는 자가면역질환이다.
  - 18) 일본 대체의학의 선구자인 니시 가쓰조(1884~1959년)가 자기 병을 치료하는 과정에서 창안한 치료법이다. 니시 요법은 몸에 나타나는 이상 증세를 병으로 보지 않고 몸이 정상으로 돌아가기 위한 자연 치유의 과정으로 본다. 니시 건강법은 단식 및 관장, 생야채, 해조류, 생과일, 감잎차, 생수, 현미, 오곡밥의 섭취, 등글고 낮은 나무 베개와 딱딱한 침대의 사용을 통해 척추 만곡 등 굽은 몸 바로잡기, 체액순환을 돕는 모관(毛管)운동, 장의 연동운동을 돕는 붕어운동, 부인병에 적합한 개구리운동, 등을 바르게 하는 등배운동, 풍욕(공기가 맑은 곳을 택해 옷을 벗었다 입었다 되풀이하기) 등을 권장한다.
  - 19) 마크로바이오틱(macrobiotic/macrobiotics): 동양의 자연사상과 음양원리에 뿌리를 두고 있는 식생활법. 신토불이(身土不二), 유기농 곡류와 채식을 중심으로 식사할 것을 권한다.

는데, 그 이유는 आयुर्वेदा 의학은 특히 “서구의학이 돌보지 못하는 것을 치료하고”, “의학이 아니라 철학 같기” 때문이다. 그녀가 보기에 “아유르베다 의학은 요가의 한 파르티거나 둘이 거의 같으므로”, 요가와 판차카마<sup>20)</sup>에 매진하기 위해 리시케쉬까지 오게 되었다.

히로코는 이제는 3년째 리시케쉬에 와서 요가를 배우고 있으며, 고국에서는 시아쓰 마사지사와 시아쓰 강사, 농부, 건강 요리 전문가, आयुर्वेदा 요리사 및 강사로 일하고 있다.

히로코는 자가면역질환에 걸린 후 “몸뿐 아니라 마음에도 영향을 주는” 위험한 약물을 무책임하게 임시방편으로 처방하는 생의학적 치유 방식 및 “얼굴도 안 보고 컴퓨터만 보고 피만 체크하는” 의사에 대한 불신 때문에 다른 의료 패러다임에 입각한 치유법들을 탐색하기 시작하였다. 니시 요법은 자가면역질환의 증상들은 치유해주었지만 “너무 스트레스를 주어서” 심각한 부작용을 유발하였기에, 히로코는 다양한 식이요법, 힌두 수행법 등을 시도했다. 오랜 탐색 끝에 히로코가 선택한 치유법 및 건강 유지법은 여러 가지 의료 패러다임이 혼합된 것인데, 인도의 전통의학인 आयुर्वेदा 의학, 요가, 일본의 전통안마인 시아쓰, 유기농 음식 섭취 등이다. 그러나 아직 히로코의 탐색이 끝났다고는 확신할 수 없다. 히로코는 언제든지 또 다른 치유법을 찾아 다른 곳으로 이동할 수 있으며, 리시케쉬는 끊임없는 시행착오와 탐색의 여정 중 거쳐 가는 곳에 불과할 수도 있다.

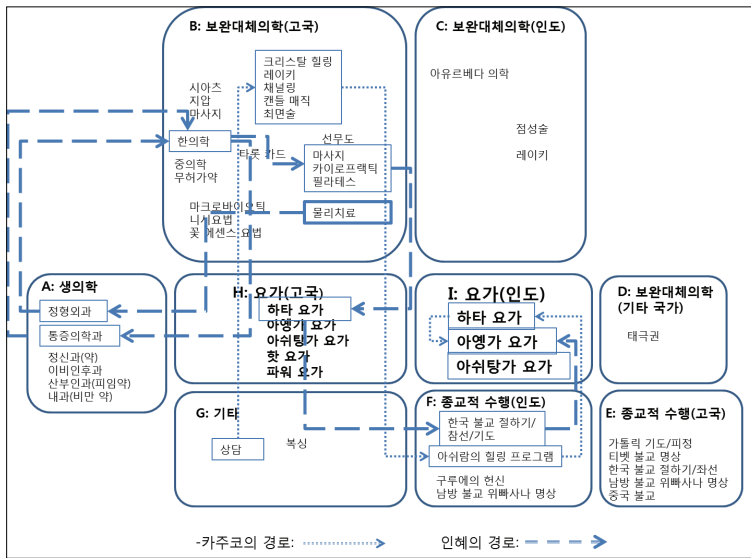
〈그림 1〉<sup>21)</sup>은 연구자가 심층면접한 한국인과 일본인 요가 수련자들이 리시케쉬에 오기 전후에 경험한 치유 행위들을 도표로 정리한 것으로, 이들이 얼마나 다양한 치유 행위들을 시도해왔는지를 단적으로 보여준다. 〈그림 1〉에서 표현한 거주국과 인체의 치유법 탐색 경로를

---

20) 판차카마(panchakarma): आयुर्वेदा에 의학에서 이용하는, 질병을 치유하기 위한 5가지 해독 프로그램이다.

21) 원래 요가도 보완대체의학에 포함되지만, 본 연구대상자들에게 다른 보완대체의학보다 더 중요하며, 그 종류 또한 다양하다는 점 때문에 따로 분류하였다.





〈그림 1〉 요가 수련자들이 시도해본 치유법들

살펴보기로 하자.

[사례 5-2: 가주코(46), 일본, 여성, 인도 9회/리시케쉬 2회 방문, 요가 경력 2년]

가주코는 남편의 폭언으로 인한 스트레스와 불안 때문에 소풍 중독 증세가 생겼다. 처음에는 상담을 받았으나 소용이 없어서 크리스탈 힐링, 레이키, 채널링, 캔들 매직, 오링(o-ring), 최면술<sup>22)</sup> 등의 요법들을 배웠다. 그러다가 신비한 능력을 가진 인도인 수행승의 프로그램에 참여하게 되었고, 그 단체의 일본 협회 고위직을 맡게 되면서 인도를 자주 오가게 되었다. 이 단체로부터 “기적을 일으킬 수 있는 수행승을 찾아 그 힘을 받아오라”는 임무를 받은 뒤부터는 인도에서 장기체류하고 있다. 가주코는 계속 ‘기적을 일으킬 수 있는 수행승’에 대한 정보를 수집하고 있으며, 이를 위해 히말라야에 가기도 한다. 동시에 “아무것도 먹지 않고 수십 일간 머물 수 있는 경지에 가려면 몸이 받쳐줘야 하기 때문에” 요가를 수련하고 있는데, 람에게 하타 요가를 배우다가

22) 뉴에이지(New Age) 요법이라는 범주로 포괄할 수 있는 이런 요법들은 각각 그 기원이 다른데, 각 지역의 자연요법, 샤머니즘, 심리학 등을 다양하게 혼합하고 발전시킨 것으로 알려져 있다.

지금은 아르주나에게 아엥가 요가를 배우고 있다.

가주코는 보완대체의학의 일부인 뉴에이지(New Age) 요법들을 시도해보다가 힌두 수행법들을 알게 되었고, 결국 인도에 오면서 요가와 힌두 신비주의, 샤머니즘을 혼합한 자신만의 의료 패러다임을 만들고 이를 실천하게 되었다.

한편, 다음 사례는 생의학의 다양한 치유법들과 한의학, 마사지, 다양한 운동요법 등을 탐색하다가 인도로 와서 불교의 수행법들과 요가를 시도하게 된 과정을 보여준다.

**[사례 5-3: 인혜(30), 한국, 여성, 인도 1회/리시케쉬 1회 방문, 요가 경력 1년]**

인혜는 컴퓨터 프로그래머로 일하면서 몸이 나빠졌다. 스트레스를 받으면 점점 자주 위가 아프기 시작했다. “데굴데굴 구를 정도로 아파”서 내시경으로 검사를 받았는데, 내과에서는 스트레스를 받아서 그렇다고 할 뿐이었다. 심한 손목 통증도 생겼는데, 물리치료를 받고, 정형외과 및 통증의학과에도 가보고, 한의원에서 침을 맞고, 카이로프랙틱(척추 교정술)도 시도해 보았지만 해결되지 않았다. 통증의학과와 정형외과에서는 단지 쉬라고 할 뿐이었다. 인혜는 항상 자세가 구부정해서 체형교정센터에서 필라테스와 마사지, 운동요법 지도를 접합한 치료를 받았는데, 자세가 좋아졌고, 그곳에서 추천한 요가를 수련하기 위해 문화센터에 1년간 다녔다. 몇 년 후에는 회사를 그만두고 여행을 다니다가 네팔의 한국 사찰에서 참선, 진언, 예불을 수행하며 머물렀고, 인도 리시케쉬에서 요가도 하게 되었다. 앞으로도 요가, 명상, 힐링을 더 배울 예정이다.

가주코와 인혜의 사례에서 볼 수 있듯, 많은 사람들이 국내 및 인도에서 다양한 의료 패러다임에 기반한 치유법들을 탐색하고 시도해보다가 리시케쉬로 오게 된다. 제3의 국가를 거쳐 오는 사람들도 있는데, 중국 소림사 근처의 사찰에서 수개월간 태극권을 배우다가 요가를 추천받고 리시케쉬로 온 유정(한국, 32세, 여성), 페루의 샤먼 집에서 1개월 반 동안 숙식하며 비전을 얻는 의례를 한 후 “우주가 나를 인도해서” 리시케쉬까지 오게 된 나오미(일본, 34세, 여성) 등 다양한 경우가 있다.

리시케쉬에 왔다고 해서 이러한 시행착오와 탐색의 여정이 끝나는 것은 아니다. 이들은 리시케쉬에 도착해서도 기회가 닿는 대로 타인의 체험, 소문, 광고 및 문헌 정보를 수집한 뒤, 체험을 통해 자신에게 맞는 요가나 다른 치유법의 종류와 선생을 선택한다. 요가 이외에 명상, 다른 시술 혹은 치료를 받는 사람들도 아주 많다. 가장 많은 사람들이 체험해보는 것은 위빠사나 명상과 आयुर्वेदा 의학이다. 위빠사나 명상은 마음을 한 가지 대상에 집중하여 평화를 얻기보다는 여러 현상들을 관조함으로써 통찰력을 얻는 동남아시아 지역 불교의 수행법으로, 주로 10일 코스에 참가하여 좌선과 행선을 하며 자신을 관찰하는 방법으로 이루어진다. आयुर्वेदा 의학은 인도의 전통의학체계로, 이에 기반한 다양한 치유법 중 리시케쉬에서 외국인들이 가장 많이 시도하는 것은 आयुर्वेदा 마사지와 시로다라,<sup>23)</sup> 라이프스타일 컨설팅과 체질 감별이다. आयुर्वेदा 의사가 진맥을 통해 개인의 도샤<sup>24)</sup>를 감별해주고 그에 맞는 음식과 라이프스타일을 처방해주며, 약초로 만든 환약을 처방해주시기도 한다. 10일, 3주, 혹은 1개월 코스로 몸을 전체적으로 정화시키는 판차카마(panchakarma)를 하거나, आयुर्वेदा 요리를 직접 배우는 사람들도 있다.

그 외에 레이키(reiki), 점성술, 명상과 철학 수업 등에 참가하는 사람들도 있다. 일본에서 유래한 에너지 치유법인 레이키는 개인 강사에게 치료를 받고, 며칠간 프로그램을 이수하면서 동료에게 실습을 한 후 자격증을 취득하는 경우가 대부분이다. 점성술은 유명한 점성술사에게 가서 생년월일과 이름을 주고 삶 전반을 상담하는 것이다. 그 외에도 리시케쉬 곳곳에서 명상과 철학 수업, 워크숍과 세미나가 펼쳐지는데, 다양한 명상 테크닉과 무드라<sup>25)</sup>를 가르치는 명상 수업, 웃음 명상 수업,

23) shirodara: 가만히 누워 이마의 제 3의 눈 부근에 오일을 떨어뜨리는 요법.

24) Dosha: आयुर्वेदा 의학의 체질 개념으로, 바타(Vāta) 체질, 피타(Pitta) 체질, 카파(Kapha) 체질로 나뉜다. आयुर्वेदा 의학의 핵심 원리는 바타, 피타, 카파라는 3가지 근본적인 몸의 기운, 즉 도샤(dosha)가 균형을 이룰 때 건강하다는 것이다.

아유르베다 건강법 등의 특강, 산스크리트어 교실, 힌두 고전 강의, 비폭력 대화나 탄트라(tantra: 밀교의 감각 수행법) 수련 등 다양한 주제에 대한 수업들이 있다.

리시케쉬의 요가 수련자들은 이렇게 정보를 수집하고 몸소 체험하면서 자신에게 맞는 치유법을 탐색해나간다. 다양한 치유법 중 많은 이들에게 요가는 아주 중요한 위치를 차지하며, 이 탐색과정에서 직접 체험하고, 읽고, 토론하며 배우고 흡수한 다양한 의료 패러다임 및 철학, 종교 등과 결합하여 자신만의 치유법 내지는 수행법, 의료관으로 발전된다. 예를 들면, 수련자 중에는 스승의 강력한 반대에도 불구하고 위빠사나 명상과 요가를 나름대로 조화시켜 자신만의 치유법, 수행법, 수행 철학으로 만들어 실천하면서 동시에 아유르베다 정화법과 중의학의 침술을 정기적으로 실천하는 사람도 있다.<sup>26)</sup> 그 외에도 아주 다양한 형태의 조합이 나타난다. 요가 수련자들의 이러한 탐색 과정은 자신이 아직 깨닫지 못한 종교적 진리 혹은 성스러움의 표상을 찾기 위해 다양한 시행착오를 거치며 한 발자국씩 나아가는 순례자들의 모습과 닮아 있다.

이 장에서는 요가 수련자들이 고국, 다른 나라, 인도의 여러 장소에서, 그리고 리시케쉬에 도착한 후에도 끊임없이 다양한 의료 패러다임에 기반한 치유법들을 탐색하는 모습을 살펴보았다. 다음 장에서는 이들이 지속적으로 이동하면서 삶의 총체적인 변화를 경험하는 양상과 이동 목적이 확장되는 모습을 살펴본다.

---

25) mudra: 철학적 상징을 가진 다양한 손동작으로, 명상을 도와주는 효과가 있다며 명상에 이용하는 사람들도 있다.

26) 아무런 의도 없이 호흡과 몸의 변화를 관찰하기만 하는 위빠사나 명상법과 강력한 의도 하에 몸을 움직이고 제어하는 요가는 그 수련체계가 다르며, 신체적, 정신적으로도 동시에 실천하기가 힘들므로 여러 스승들로부터 양립할 수 없다는 판단을 받아왔다.

## 6. 떠도는 삶과 변화된 삶의 방식

### 1) 요가를 중심으로 떠도는 삶

앞에서 제시한 [사례 5-1]에서는 히로코가 자신에게 가장 잘 맞는 치유법을 탐색하기 위해, [사례 4-4]에서는 가오리가 요가 수련에 최적인 환경에 머물기 위해 각각 인도 내의 여러 장소들을 돌아다니는 모습을 살펴보았다.

이들은 요가를 통해 신체적, 정신적 건강을 회복하며, 점점 건강한 생활 습관까지 갖게 된다. 이러한 효과를 체험하면서 이들의 삶에서 가장 중요한 것은 요가가 된다. 이들은 요가 수련을 중심으로 떠도는 새로운 삶의 방식과 가치관을 갖게 되며, 요가를 배우고 수련하기 좋은 시간과 환경을 확보하기 위해 최소한의 시간만 일하는 직업, 몇 개월만 일하고 그만두어도 상관없는 직업을 선택한다. 이전부터 이런 파트타임 일을 하며 살아온 사람들은 물론, 정규적인 일을 하면서 살아온 사람들도 수개월간 주유소 직원, 이삿짐센터 도우미, 단기 사무직 등에서 번 돈으로 수개월, 혹은 1~2년간 인도 및 동남아에서 생활하기를 반복한다. 이들은 리시케쉬를 포함하여 요가를 배우거나 수련할 수 있는 최적의 곳에서 최대한 오래 머물면서 요가 센터를 다니고, 특별 워크숍과 인텐시브 코스(intensive course)에 참여한다. 계절과 선호하는 강사의 존재 여부 등 다양한 조건에 맞추어 인도 내에서 이동하기도 하고, 새로운 내용을 배우거나 더 좋은 장소에 머물기 위해 인도를 벗어나 태국, 동남아의 다른 나라로 이동하기도 한다. 이동 중간 중간에 워킹 홀리데이로 호주나 뉴질랜드에서 일하며 생활비를 단기간에 마련하기도 한다.

다음은 도쿄에서 정직원으로 일하다가, 요가를 위해 인도를 오가기 시작하면서 지방에서 프리랜서로 일하게 된 일본인의 사례이다.

[사례 6-1: 미에(31), 일본, 여성, 인도 2회/리시케쉬 2회 방문, 요가 경력 5년]

미에는 대학 졸업 후 1년 반 동안 하청사원으로 사무실에서 일하다가, 나가노에서 스노보딩 강사로 몇 개월간 일했다. 그 후 호주에 워킹 홀리데이로 갔다가, 귀국해서 하청사원으로 무역회사에서 반 년간 일했다. 그 후 도쿄에 있는 벤처 잡지사의 편집자로 취직하여 처음으로 정직원이 되었다. 그러나 아침 8시 반부터 새벽 1시까지 일하며 매일 4~5시간만 자는 생활을 하다 보니 만성두통이 생겼다. 그 즈음 취재차 요가원에 갔다가 요가원에 다니게 되었고, 얼마 후에는 사직하고 프리랜서가 되었다. 1년간 매일 지하철로 1시간 걸려 출퇴근하는 도쿄의 “라이프스타일이 좋지 않고, 인간의 삶이 아니었기” 때문에 건강을 위해 결정했다. 도쿄에서 프리랜서로 반 년 정도 일한 뒤, 친구의 소개로 인도에 와서 3주간 지냈다. 리시케쉬의 요가 강사 람이 일본의 요가 선생님들에 비해 너무 좋아서 다시 돌아오겠다고 생각했다. 귀국 후에는 리시케쉬로 돌아올 여행 경비를 벌기 위해 카페에서 시급 700엔을 받으며 3개월간 일했다. 그 후 도쿄에서 혼자 살던 집을 없애고 모든 짐을 부모님의 집으로 옮긴 뒤 다시 인도에 왔다. 오기 전에 친구의 이메일을 통해 람이 강사 트레이닝 코스를 주최한다는 사실을 알게 되었고, 예약을 해두었다. 미에는 인도에서 람과 자야의 수업에 참가하며 3개월을 보낸 뒤 귀국하면 고향의 새 직장에서 프리랜서 편집자로 일하되, “적게 일하기로 약속했다.” 월급이 줄어들어서 부모님과 함께 살기로 했고, 계속 개인적으로 요가를 연습하다가 돈이 모이면 다시 리시케쉬로 올 예정이다.

위 사례에서 미에는 인도에 오기 전에 이미 자발적으로 정직원에서 프리랜서로 직업의 여건과 임금을 낮추었으나, 인도에 온 후에는 다시 한 번 자발적으로 노동 시간을 줄였다. 요가 연습을 계속하려면 시간을 확보해야 하고, 인도에 다시 가려면 돈을 모아야 하는데, 이 모두를 만족시키려면 낮은 임금을 받으면서도 돈을 모아야만 한다. 그러려면 지방의 부모님 집에서 함께 지내며 생활비를 극도로 아끼는 수밖에 없다.

미에처럼 사회경제적 지위를 낮추더라도 요가 수련의 시공간적 편리성을 확보하기 위해 직장을 바꾸는 사람들, 계속 파트타임 일자리를 전전하는 사람들 모두 최소한으로 일하고 최소한으로 소비하려 노력한다. 많은 사람들이 ‘큰 집’과 ‘좋은 차’가 필요하지 않고, ‘많은 것’을 원하지 않는다고 자주 말한다. 신지(일본, 23세, 남성)는 “열심히 일해서

돈을 많이 가지고 집과 차를 가지고 사는 삶이 재미없고 행복하지 않다”고 잘라 말했다. 요가의 금계에는 “탐욕을 부리지 말라”, 권계에는 “만족하라”, “고행하라”는 계율이 있는데, 자신의 삶은 계율 그대로 탐욕을 부리지 않고 현재 생활에 만족하며 요가 수련을 중심으로 하는 삶이라고 하였다. 실제로 신지처럼 대부분의 사람들은 집과 차가 없으며, 옷과 신발 등 소유물도 별로 없다. 좁은 집에 월세로 살다가 외국에 나갈 때는 부모님이나 친구의 집, 혹은 떠돌아다니는 이들을 위한 짐 보관 창고에 박스 몇 개를 맡기고 떠난다.

이들은 가족 관계를 포함한 인간관계 또한 최소한으로 줄인다. 이들은 오기 전에도 대부분 비혼이었으며, 이렇게 떠도는 생활을 시작하면서는 결혼에 대한 욕구가 사라졌다고 하였다. 신지(일본, 23세, 남성)는 “결혼하기도 싫고 많은 것을 원하지 않는다”고 말했다. 결혼하기 위해, 그리고 결혼 생활을 유지하기 위해서는 더 많은 돈, 더 좋은 직장이 필요하고, 이를 위해서는 요가를 수련할 시간과 원할 때 인도에 올 수 있는 자유를 포기해야 하기 때문이다.

이들은 이미 존재하는 가족 관계는 최소한으로 유지한다. 다음 사례는 50대 미혼 여성이 극도로 단순하고 검소한 생활을 하면서 부모 및 친구와의 관계를 ‘적당히’ 유지하는 모습을 보여준다.

**[사례 6-2: 시쓰카(55세), 일본, 여성, 인도 8회/리시케쉬 6회 방문, 요가 경력 6년]**

시쓰카는 매년 가을부터 다음 해 겨울까지 6개월씩 리시케쉬에서 보내는 생활을 6년째 하고 있다. 나머지 6개월간은 일본의 빵 공장에서 육체노동을 하는데, 언제든 전화 한 통이면 일을 시작할 수도, 그만둘 수도 있으며, 일한 만큼만 임금을 지급받기 때문에 이렇게 일본과 인도를 오가는 생활을 하기에 아주 편리하다. 시쓰카는 일본에서는 전혀 요가를 연습하지 않고 빵 공장 일에만 매진하며, 인도에 오면 아침, 저녁으로 요가 수업에 가는 생활을 한다. 언제나 머무는 아쉬람은 방값이 하루에 100루피, 즉 2달러로 리시케쉬 전체에서 가장 저렴하며, 이곳에 묵으면 무료로 요가 수업에 참가할 수 있다는 장점

이 있다. 이곳 수업이 싫증나면 역시 무료로 운영되는 시바난다 아쉬람의 요가 수업에 참여한다. 외식은 전혀 하지 않으며, 식사는 방에서 항상 스스로 요리해서 혼자 먹는다. 미혼인 시쓰카는 일본에서는 어머니와 함께 사는데, 인도에 있을 때는 어머니에게 한 달에 한 번 정도만 전화한다. 어머니는 “전화할 때마다 화가 나 있고, 빨리 오라고” 하지만, 시쓰카는 “밖에 나와 있으면 가족은 전혀 그리지 않기” 때문에 최소한의 전화 통화로 가족과의 끈만 유지한다. 일본에서도, 인도에서도 친구는 거의 없는데, “붙어 다니면서 몇 시에 밥 먹자, 약속하고 지키고 이런 것은 질색”이기 때문이다. 시쓰카가 여가 시간을 보내는 방법은 일본에서는 혼자 도서관에서 인도 성자들 및 요가에 관한 책을 읽는 것이고, 인도에서는 방 안에서 책을 읽거나 혼자 산스크리트어 책을 베껴 적는 것이다. 산스크리트어는 “문법도, 아무것도 모르고 읽는 법만 알지만, 그냥 베껴 적으면 기분이 좋”기 때문에 매일 베껴 적는다. 다른 수련자들과 이야기하는 시간은 길지 않은데, 요가 수업이나 여행에 관한 정보를 얻을 수 있고, 자신의 영어가 서툴러서 영어 통역을 부탁할 수 있을 정도로만 관계를 유지한다.

시쓰카는 수련이라는 최고의 목표를 위해 삶의 모든 불필요한 것들을 버리고 검소하게 산다. 혼자 작은 가방 하나만 갖고 목표를 향해 끊임없이 이동하는 이들의 모습은 수미산을 향해 오체투지하는 티벳의 순례자들, 산티아고를 향해 수십 일간 걷고 또 걷는 스페인 까미노 데 산티아고(Camino de Santiago)의 순례자들의 모습과 크게 다르지 않다.

## 2) 더 높은 가치와 희망

요가 수련자들은 처음에는 고통스러운 고국의 환경에서 벗어나 자신의 질환을 치유하기 위해, 자신만의 의로 패러다임을 탐색하기 위해 리시케쉬로 왔다. 리시케쉬에서 자신에게 가장 필요한 것을 고민하고, 동료 수련자들의 삶을 관찰하기도 하면서 삶의 방식과 가치관의 심오한 변화를 경험하는 사람들이 많다. 다음 사례는 리시케쉬에서 만난 사람들을 보면서 새로운 삶의 방식, 희망, 목표를 갖게 되고, 나아가 더 높은 가치를 추구하게 되는 변화의 과정을 보여준다.



[사례 6-3: 지연(33), 한국, 여성, 인도 1회/리시케쉬 1개월 방문, 요가 경력 5년]

지연은 인생에서 아무것도 이루어놓은 것이 없다고 느끼는 갑갑한 상황에서 요가에 매달리게 되었고, 리시케쉬까지 오게 되었다.

하나도 이뤄 놓은 건 없고, 현실에 옮긴 것도 없고, 뭔가 해볼 수 있는 것도 없고, 머리는 항상 뭘 해야 하나 늘 생각만 하고, 현실에서는 생활만 생활대로 돌아가고, 직장은 그만뒀는데, 요가는 열심히 해야 하는데 그것도 열심히 하는 것도 아니고, 그런 시간이 갔죠. (중략) 그 전에 굉장히 여러 가지를 많이 해 봤지만 내 힘으로 시작부터 해본 건 이것 하나뿐이에요, 그것도 나이기도 들어서, 서툰이 넘어서. 이제 더 이상 옵션은 많지 않은데 매달린다는 느낌 든 상황에서 엄마가 터뜨린 거죠. 그때부터 안 된다고, 이것만큼은 더 이상 포기하면 내 자아를 포기한다는 느낌이었어요.

지연은 요가를 반대하는 부모님, 좋은 직장을 다니고 싶은 욕구, 좋은 직장을 다니면 요가 수련을 하기 힘든 현실, 요가를 포기하면 “내 자아를 포기한다”는 느낌 사이에서 갈등하고 있었으나, 리시케쉬에서 다른 요가 수련자들을 보면서 새로운 삶의 방식을 가질 수 있다고 생각하게 되었다.

안드레아도 주방에서 일해요. 생활 수단일 뿐이고, 요가를 위해 살지만, 나도 그렇게 할 수도 있구나! 12월만 지나면 나도 결정을 해야 하고, 한국 가서 직장도 잡아야 하고. 고민이 많았는데, 뭔가 해결책이랄까, 방법을 제안하는 것 같더라구요. 나도 그렇게 살고 싶구나, 하는 생각이 들었어요. (중략) 어떤 식으로 인생을 조절하며 살 건지 보이는 것 같긴 해요. 그전엔 늘 꿈만 껴서 막연했어요. 그러자니 아무래도 직업도 풀타임으로 돈 잘 받는 건 될 수 없잖아요, 직장에서 3개월씩 [인도로] 나갈 순 없으니까. 그러자니 내가 사는 방법도 바뀌야 되고. 내가 하기 싫은 거지만 전에 회사에 프리랜서로 파트타임이라도 해야겠고 (중략) 옛날엔 이렇게 살다가 늙어서 20년이 지나서 뭐 하나 걱정이었어요. 지금은 그걸 걱정은 해야겠지만, 그것(걱정) 때문에 지금 이걸 (요가) 못하고 시간이 지나가면 후회가 많을 거 같아요.

지연은 안드레아처럼 요가 수련을 중심으로 살기 위해서는 좋은 직장을 포기하고 파트타임 일도 할 수 있다고 결심하게 되었으며, 이들과 달리 열심히 연습하면 잘 할 수 있다는 확신도 갖게 되었다.

선생님 가르치는 거에 대해 확신이 생겼고, 나도 하면 재네만큼 잘할 수 있

졌구나. 그 전엔 그런 기대가 없었거든요. 나는 항상 비슷비슷하겠지 했는데, 연습을 빠르게 하고 정확한 선생님의 지도가 있으면 나도 늘 수가 있겠구나. 다이앤(요가 선배)처럼 될 수 있다고 생각을 안 해봤거든요. (중략) 한 달 해 보고 나니까 나도 열심히 하면, 지금 몸 구조도 많이 바뀌었어요. 골반이랑 다리랑 많이 바뀌었어요. 특히 골반이 오픈이 안 돼 있었는데 많이 오픈되면서 있는 게 달라졌고, 피부 톤도 많이 달라졌어요. 다이앤처럼 그런 톤. 아, 이게 요가를 해서 이렇게 된 거구나, 느껴져요.

지연은 실제로 변화를 경험하면서 더욱 잘할 수 있다는 확신을 갖게 되었다고 말한다. 그리고 이제 요가를 중심으로 살면서, 돈이 아니라 요가를 통해 “몸, 정신이 고통스러운 사람들”을 도와주는 일에서 보람을 찾겠다고 말한다.

지연: 저는 보람을 왜 돈에서만 찾는지 이해가 안 가요. 일에서 보람을 찾고 싶는데, 그걸 찾을 만한 직장은 없었던 것 같고, 호텔 일도 그래서 졸업하면서 안 하겠다고 생각했고, 호텔 일이란 게 정말 보람이 없어요.

연구자: 어떤 데서 보람을 느껴요?

지연: 뭔가 사회에 진짜 도움이 되는 것. 탈북자에 관심이 많아서 자원봉사를 시작했는데, 탈북 이후로 몸, 정신이 고통스러운 사람이 많은데 가끔이나마 무료로 강습할 수 있지 않을까, 내가 아예가 요가에서 받는 이득이 많으니까. 이걸 내가 많이 배워서 같이 쉐어(share)한다면 누구에게나 도움 되는 거라 생각하니까 보람 있을 거고, 가르치는 자체에서 후회는 전혀 없을 것 같아요. 일이 고되고 그런 건 있겠지만.

지연의 생애사를 보면, 인생에서 이루어놓은 것이 없다는 절망감에 빠져 있었지만, 요가를 시작하고 인도에 오면서, 리시케쉬에서 다른 수련자들과 교류하면서 점점 자신의 인생을 바라보는 시각이 변화되었음을 알 수 있다. 요가를 중심으로 살아갈 수 있다면 어떠한 직업을 가져도 상관없다고 생각하게 되었고, 선생님의 지도하에 다른 수련자들처럼 연습을 하면 자신도 실력이 늘 수 있다는 희망을 갖게 되었으며, 요가를 통해 몸과 정신이 고통스러운 탈북자들을 돕겠다는 이상도 갖게 되었다.

이 장에서는 삶의 방식과 목적에 있어서 근본적인 변화를 경험하는 사람들의 모습을 살펴보았다. 변화에 대한 강력한 희망과 자신의 신체

적 치유라는 원래의 목적을 넘어서 남들을 돕겠다는 더 높은 가치를 갖게 되는 수련자들의 모습은 순례자들이 순례의 과정 중에 겪는 경험들과 유사하다.

## 7. 결론

본 논문에서는 한국인과 일본인들의 인도 요가 수련 여행을 통해 선진국에서 개발도상국으로 국경을 넘어 이동함으로써 심신의 건강을 향상시키는 현상의 새로운 성격들을 고찰해보았다. 본 논문의 문제의식은 ‘의료관광’이나 ‘라이프스타일 이주’와 같은 기존 개념으로는 설명할 수 없는, 사회경제적으로 취약한 중산층 이하 사람들의 치유와 생존을 위한 이동, 새로운 의료 패러다임의 적극적인 탐색을 위한 이동, 삶의 방식 및 이동 목적의 총체적인 변화를 수반하는 지속적인 이동이라는 세 가지 특징을 잘 드러내는 것이다. 결론적으로, 연구자는 여행의 과정에 주목하면서 주관적인 가치의 탐색, 더 높은 가치와 이상이라는 의미까지 포함하는 ‘순례’라는 개념을 도입하여 이들의 행위를 ‘의료순례 (medical pilgrimage)’라는 용어로 표현하였다. 의료순례는 삶의 고통과 이로 인한 질환을 극복하고 치유하기 위해 끊임없이 국경을 넘어 이동하면서 자신에게 가장 잘 맞는 의료 패러다임을 탐색하고, 그 과정에서 삶의 방식과 목적의 변화까지 겪는 사람들의 행위를 잘 설명해준다.

리더에 의하면 순례는 언제나 개인들에게 무거운 현실이나 의무로부터 탈출을 가능케 하고, 자신의 정체성과 삶의 의미를 발견하고 영적인 것과 기적을 개인적 차원에서 체험할 수 있는 하나의 계기를 제공하여 왔으며, 무엇보다 개인적인 문제 해결과 보다 밀접하게 관련되어 있다. 현대의 순례에서는 이전의 순례 행위가 종교 전통의 테두리 안에서

행하여진 것에 비해 보다 자율적이고 개인화된 의미 추구가 지향되고 있다(Reader 2007, 우혜란 2008에서 재인용). 의료순례라는 현대적 순례의 한 형태를 통해 볼 때, 현대의 순례는 이전보다 더 자율적이고 개인화된 의미를 추구할 뿐 아니라, 더 많은 종교 및 의료문화를 넘나들고 가로지르는 패턴 또한 보여준다. 따라서 의료순례는 종교학, 의료인류학, 초국가적 이동의 연구에서 주목해야 할 새로운 주제라고 볼 수 있다.

사람들이 개인적으로 경험하는 삶의 문제를 해결하고 그것에 의미를 부여하는 방법은 점점 더 다양해지는 초국가적 맥락을 반영하고 있다. 지금까지 선진국에서 개발도상국으로 국경을 넘어 이동함으로써 심신의 건강상태를 중심으로 하는 삶의 질을 향상시키는 현상이 전 세계적으로 증가하고 있다는 사실이 밝혀졌지만, 의료순례와 같은 새로운 현상은 아직 본격적으로 연구된 적이 없다. 그리고 의료순례는 한국인과 일본인뿐만 아니라 다른 나라 사람들에게서도 나타날 수 있는 현상이다. 인도의 리시케쉬뿐만 아니라 다른 나라의 여러 장소에서, 그리고 요기뿐만 아니라 다른 여러 보완대체의학 혹은 종교적 치유법에서도 유사한 패턴이 발견될 수 있다. 따라서 앞으로 각 나라마다 의료순례자들을 만들어내는, 그리고 의료순례자들을 모여들게 하는 특수한 정치적, 경제적, 문화적, 역사적 배경, 그리고 이러한 현상을 증가시키는 전 지구적인 차원의 힘에 대한 연구들이 필요할 것이다.

논문접수일: 2013년 4월 15일, 논문심사일: 2013년 5월 21일, 게재확정일: 2013년 6월 15일

## 참고 문헌

우혜란

- 2008 “동시대의 “순례”와 “성지”에 대한 고찰”, 『종교학연구』 27: 35-66.

이민영

- 2012 “의료 순례로서의 인도 요가 수련 여행”, 서울대학교 인류학과 석사학위논문.

Benson, Michaela and Karen O'Reilly

- 2009 “Migration and the Search for a Better Way of Life: a Critical Exploration of Lifestyle Migration,” *The Sociological Review* 57(4): 608-625.

Connell, John

- 2006 “Medical Tourism: Sea, Sun, Sand and ... Surgery,” *Tourism Management* 27: 1093-1100.

Horowitz, Michael D., Jeffrey A. Rosensweig and Christopher A. Jones

- 2007 “Medical Tourism: Globalization of the Healthcare Marketplace,” *Medscape General Medicine* 9(4): 33.

Kangas, Beth

- 2010 “Traveling for Medical Care in a Global World,” *Medical Anthropology* 29(4): 344-362.

Kleinman, Arthur

- 1988 *The Illness Narratives: Suffering, Healing and the Human Condition*, New York: Basic Books.

Kleinman, Arthur, Veena Das and Margaret Lock

- 1997 “Introduction,” Kleinman, Das, Lock(eds.), *Social Suffering*, Berkeley: University of California Press. 안중설 역, “서문”, 『사회적 고통』, 그린비, 9-28.

Morinis, Alan

1992 "Introduction," Morinis (eds.), *Sacred Journeys: The Anthropology of Pilgrimage*, London: Greenwood Press.

Nettleton, Sarah

1995[1997] *The Sociology of health and illness*, Cambridge, Mass.: Polity Press. 조효제 역, 『건강과 질병의 사회학』, 서울: 한울아카데미.

Smith, Melanie K. and László Puczko

2009 *Health and wellness tourism*, Oxford: Butterworth-Heinemann.

Sobo, Elisa J.

2009 "Medical Travel: What It Means, Why It Matters," *Medical Anthropology* 28(4): 326-335.

Song, Priscilla

2010 "Biotech Pilgrims and the Transnational Quest for Stem Cell Cures," *Medical Anthropology* 29(4): 384-402.

〈Key concepts〉: India, Rishikesh, Yoga, Medical Tourism, Pilgrimage, Medical Pilgrimage, Lifestyle Migration, Illness Narrative, CAM (complementary and alternative medicine)

## A Travel to India to Practice Yoga as a ‘Medical Pilgrimage’

Lee, Minyoung\*

This article aims to explore some features of the phenomenon that people of highly developed countries cross borders to go to underdeveloped countries for improving physical, mental health. For this purpose, I would show 3 limits of the existing concepts, ethnographic data of Koreans, Japanese’ travel to India to practice yoga, and express this as ‘medical pilgrimage.’

‘Medical tourism’ and ‘lifestyle migration’ have three limits to explain this phenomenon. First, ‘tourism’ and ‘lifestyle’ connote the ‘consumption activity’ of middle and upper class people, so these concepts mislead the socioeconomic environment and purpose of the movers who escaped from the vulnerable situation. Second, those two concepts indicate movements for the treatments and therapies based upon conventional medical paradigms, so can’t explain the movements to explore various medical paradigms and make one’s

---

\* Ph.D. Candidate, Department of Anthropology, Seoul National University

own medical practices. Third, ‘tourism’ and ‘migration’ premise a lineal movement between the points of departure and arrival, so they can’t show the changing process of places and purpose of the movements.

Based on a four month participatory observation in Rishikesh, India, I would show a typical medical pilgrimage. Usually Korean, Japanese yoga practitioners’ socio-economic positions are very vulnerable, and they experienced various psycho-somatic illnesses including depression, bulimia because of social reasons. To heal the illnesses, they move to India and indulge in practicing yoga. They have been moving several places in their own countries and India to try various treatments based on different medical paradigms. During this process, they experience, learn, absorb and read, discuss about various medical paradigms, philosophies and religions, and combine them with yoga to develop one’s own treatment or practice. And they develop new ways and values of life wandering around the best places for yoga practice continuously. They reduce work, consumption and human relation to the minimum. And they have higher values and hope to help other people.

To show the movements of the low class people for healing and survival, and active exploration for alternative medical paradigms, and continuous travel which accompany the holistic changes of the way of life and purposes, I use the concept of ‘pilgrimage.’ A pilgrimage put emphasis on the process of travel and include the meaning of exploration of subjective values, and higher values and ideals. So I interpret their practice as ‘medical pilgrimage.’ A medical pilgrimage expresses the continuous wanderings to explore



the best treatments and medical paradigms to overcome and heal the sufferings of life and illnesses appeared because of the sufferings, and the changes of the way of life and purpose of moving.

The solutions and attached meanings of individual problems of life reflect more and more diversifying transnational contexts. Modern pilgrimages chosen as the solutions seek more autonomous and individualized meanings, and cross various cultures of religions and medicines. So medical pilgrimage shows new features that should be researched in the study of religions, transnational movements and medical anthropology.

