

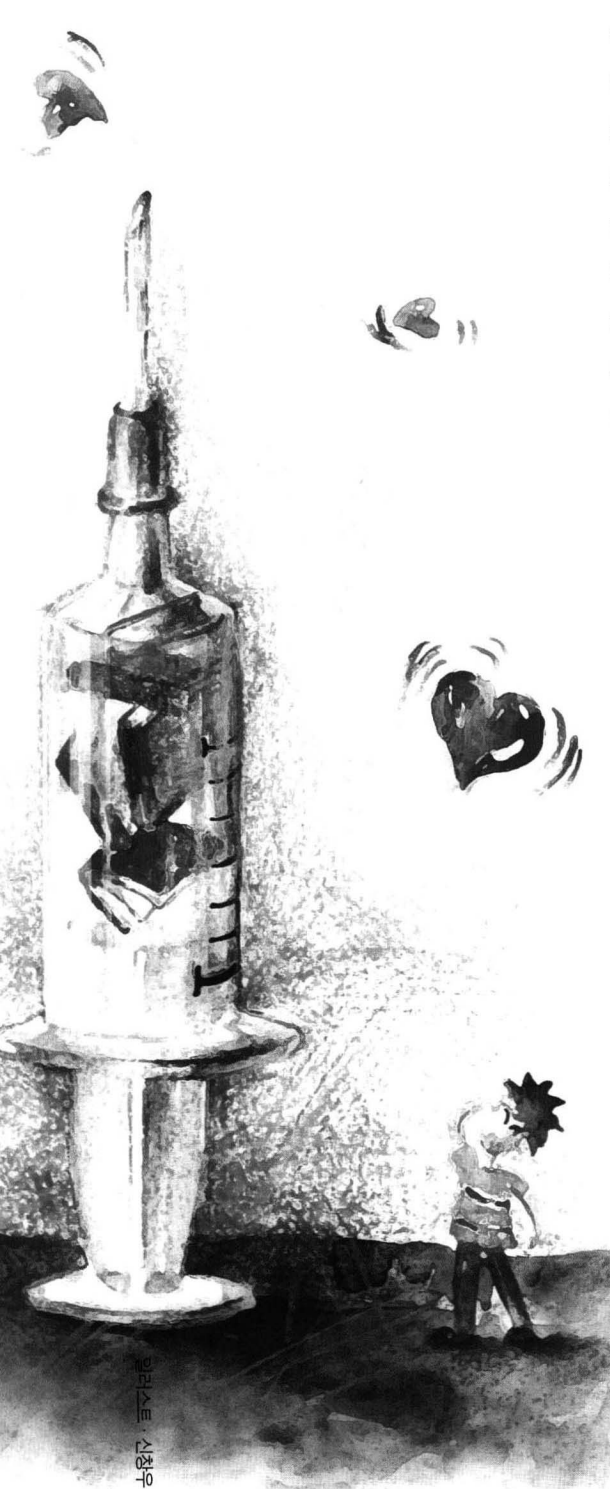
火

아마 다른 사람들도 마찬가지일 것이다. 나의 개인사에도 화 잘 내는 사람들이 등장한다. 우선 떠오르는 이가 집안의 어른 한 분이다. 지금은 고인이 되었다. 그의 화는 불과 같았고 시도 때도 없었다. 그가 화를 낼 때는 으레 고성이가 되었고 연사가 힘해졌다. 어지간한 사람은 그의 심판대 앞에서 “짐승만도 못한 놈”으로 간주되기 십상이었다. 가까이 있는 사람들은 공연히 안절부절 불안에 떨곤 하였다. 딱히 이유를 알 수 없었다. 그때 듣기로 그는 젊어서 큰 뜻을 품은 적이 있다고 했다. 그 꿈이 제대로 풀리지 않아서였을까. 하지만 그 옛날 꿈을 제대로 펴고 산 사람이 몇이나 되었을까. 꿈을 이루지 못한 사람이 어디 그 한 사람뿐이었을까. 왜 그만 유독 화에 절어 일생을 살다 갔을까. 기억 속에 떠오르는 이가 또 있다. 그는 한때 나의 직장 상사였다. 그 역시 부드럽게 보통으로 말하는 법이 없었다. 버럭버럭 화부터 내고 보았다. 사람을 보면 으레 트집을 잡았고 큰 소리로 야단을 쳤다. 절대 격려하는 법이 없었다. 인상을 잔뜩 찌푸리고 살았다. 그는 늘 혼자 속이 터졌고 혼자 심각했다. 하지만 주변의 사람들은 순간적으로 움츠러드는 것뿐, 그때만 지나면 아무렇지도 않아지는 것이었다. 오직 그 한 사람만이 속에 열불이 나는 것이었다. 그렇다고 일이 더 잘 되는 것은 아무것도 없었다.

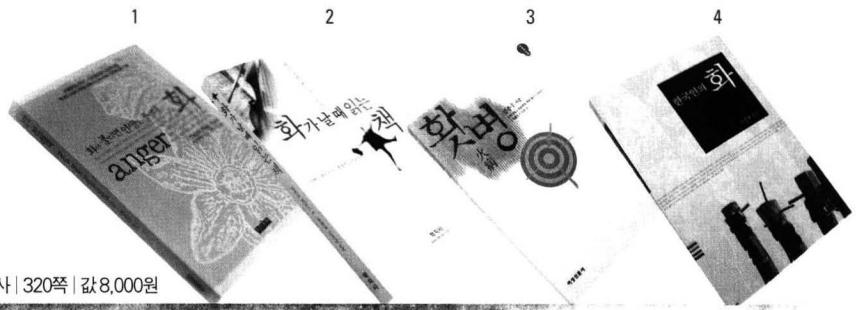
作

이 글을 쓴 김정근은 도미니칸대학교, 컬럼비아대학교, 토론토대학교에서 문헌정보학과 교육학을 전공하여 박사학위를 받았다. 부산대학교 도서관장과 대학원장을 지냈으며, 지금 같은 대학의 문헌정보학과 교수이며 '책임기를 통한 정신치료 연구실'의 지도교수로 활동하고 있다. 주요 논문으로 <지역사회 정신보건 문제와 독서치료> <공공도서관은 독서치료의 장이 될 수 있는가> <공공도서관의 독서치료 프로그램, 어떻게 운영할 것인가> 등이 있다.

지금 생각하면 두 사람 다 비분강개되었던 것 같다. 다분히 독선적인 면도 있었다. 흑백논리도 심했던 것 같다. 두 사람 다 그런대로 힘을 행사하는 위치에 있었기 때문에 그들 앞에서 살아남는 사람은 절대 순종적이고 아첨적인 사람들뿐이었다. 조금이라도 비판적이거나 대들기라도 하면 곧바로 눈 밖에 나게 되고 공격의 대상이 되는 것이었다. “인간이 어찌 그래!” “사람도 아니다!” “절대 있을 수 없는 일이야!” 따위의 표현을 즐겨 사용했다. 그리고 보니 그들의 화는 주로 세상을 개탄하고 남을 비난하는 데 사용되었던 것 같다.



수정근, 불꽃, 시화



- 1 《화》 탁낫한 지음 | 최수민 옮김 | 명진출판 | 230쪽 | 값 8,900원
- 2 《화가 날 때 읽는 책》 알버트 엘리스 지음 | 홍경자·김선남 옮김 | 학지사 | 320쪽 | 값 8,000원
- 3 《햇병》 김종우 지음 | 여성신문사 | 332쪽 | 값 8,000원
- 4 《한국인의 화》 김열규 지음 | 휴머니스트 | 304쪽 | 값 10,000원

화의 근원을 찾아서

이런 사람들이 있으면 주변이 편치 못하다. 옛날 기차 불통 옆에 있는 꼴이 된다. 언제 기적이 요란하게 울려터지려는지, 어느 순간에 불붙은 석탄가루가 날아들어 등을 지지려는지 모른다. 한편 뒤돌아보면 그러고 있는 그들 자신도 속으로는 어지간히 괴롭지 않았을까 하는 짐작도 간다. 아니 오히려 먼저 괴롭기 때문에 그와 같은 언사와 행동을 취하지 않았을까 하는 생각도 든다. 그렇거나 지금이나 나로서는 알 수 없는, 그들 자신만이 아는 또는 그들 자신도 모르는 그 어떤 '상처'와 관련이 있지 않았을까 하는 추측 같은 것을 해볼 뿐이다. 그렇다면 그들의 화는 곧 그들의 내면에 서린 신음의 다른 얼굴이었다는 말이 되는 것일까.

위의 두 가지 예는 개인사의 뒤안에서 찾아낸 사소한 이야기에 지나지 않는다. 화 가운데 이처럼 소리를 내는 화는 우리 사회의 곳곳에서 많이 발견된다. 한편 이와는 달리 소리 없는 화도 있다. 혼자 분을 삭이는 경우이다. 지금까지 가정과 사회에서 폐쇄적인 요소가 특히 많았던 이 땅에서는 노출하는 화보다는 오히려 덮어두는 화 쪽이 비율적으로 높고 문제의 심각성도 더한 편이 아닐까 싶다.

전문가들은 화가 억압의 요소와 관련이 있다고 말한다. 억눌리면 억울한 느낌이 드는 것은 당연하다. 이런 측면에서 관찰하면 지난 100년간 우리사회는 화의 병균이 번식하기에 아주 좋은 토양이었다고 할 수 있다. 우선 식민지 시대를 산 것은 억압의 경험이었다. 전쟁, 가난, 독재도 억압이었다. 가부장 중심의 질서도 억압이다. 어느 의미에서 미화된 효사상도 억압이며 가슴 저미게 그리운 고향도 억압이다. 화의 병균은 합리성을 어기고 인간다움의 질서를 파괴한 곳에 득세를 한다. 이와 같은 토양에서 배태한 화는 가정, 학교, 직장의 환경에 따라 다양한 형태로 변신을 하고 곡예를 부리며 겉으로 나타나기도 하고 속으로 숨어들기도 한다. 그래서 화나는 집, 화가 찬 교실과 사무실이 양산된다. 화가 깊어지면 화증이 되고 화병이 된다.

그래서 우리사회의 화병 문제는 너무 유명하다. 우리사회의 민속병으로 세계에 알려져 있다. 미국정신의학회 진단편람에는 '한국인만이 가지고 있는 특징적인 문화증후군'이라고 언급돼 있다. 이러한 우리사회에 알버트 엘리스의 《화가 날 때 읽는 책》(학지사)이 번역, 소개된 것이 1995년이였다. 이 책은 전문가의 도움 없이 독자가 스스로 노력하여 화내는 습관에서 벗어나는 방법을 자세하게 제시한다. 오래 되었지만 지금도 읽히는 책이다. 김종우의 《햇병》(여성신문사)이 나온 것은 1997년이였다. 이 책에서는 한방 신경정신과의 관점이 활용되고 있다. 2002년에는 탁낫한 스님의 《화》(명진출판)가 나왔다. 저자의 깊은 통찰에 힘입어 독자의 호응도 대단했다. 2004년의 서점가에서는 김열규의 《한국인의 화》(휴머니스트)가 인기를 끌고 있다. 김열규는 지금 우리는 화 잘 내는 사회에 살고 있다고 진단하고 화병은 한국인의 마음의 암으로서 마음 속에 기생하는 악성종양이라고까지 말한다. 저자 나름의 해법도 제시하고 있다.

독서치료 세션은 여러 가지 모양으로 진행된다. 개별적으로 또는 그룹으로 진행되는 것이 보통이다. 인도자와 참여자는 읽고 쓰고 말하는 가운데 카타르시스와 통찰을 얻고 완화와 치유의 경험을 하게 된다. 이때 가장 중요한 요소가 상황에 맞는 치유서이다. 좋은 치유서를 만나는 것이 핵심이다. '책임기를 통한 정신치료 연구실'에서의 경험으로 보아서도 적절한 치유서를 만난 날의 모임 분위기는 확실히 다르다. 생동감이 있고 감동이 따른다. 구성원들은 서로 변화를 확인한다. 김열규의 진단대로 우리사회는 지금 깊은 화병에 걸려 있다. 한편 병의 깊음에 비해 치유서 개발은 별로 잘 되어 있는 편은 아니다. 그런 가운데 위의 책들이 서점가에 나와 있는 것은 그나마 다행이다. 이 책들은 다양한 치료모임이나 개인적 용도를 위해 좋은 선택이 될 수 있을 것이라고 생각한다. **한글**