

스캇 펙 안내로.
독서치유 첫발.
상황별 프로그램·치유서로.

내면의 상처 아물게.



독서치료에서 '상황'이란 무엇인가?

2000년으로 거슬러 올라간다. 그 해 나는 안식년의 기회가 있었다. 지금 생각하면 모처럼 맞는 안식년이라고 하는 텅 빈 공간이 내가 독서치료라고 하는 황무지를 답사하게 된 계기를 만들어준 것 같다. 물론 그 이전에도 나는 책과 관련된 직업 분야에서 인생의 거의 대부분을 살아왔다. 그런데 이상하게도 그 긴 세월 동안 책의 치유하는 힘에 대해서는 별로 생각해 보지 못했다. 알 수 있는 기회도 없었다.

안식년 동안의 여유 있는 시간 조건은 나에게 큰 의미가 있었다. 무엇보다 나 자신의 내면을 들여다 보는 성찰의 기회가 되었다. 그와 같은 분위기에서 우연 같기도 하고 필연 같기도 하게 만난 것이 스캇 펙 M. Scott Peck의 저작이었다. 이전 같아서는 좀처럼 관심을 두기가 힘이 들었을, 얼른 보아서는 나의 오랜 전공분야와는 거리가 있어 보이는 책들이었다. 나는 스캇 펙의 책들을 한 권 두 권 읽기 시작하면서 그가 책 속에서 밝히고 있는 세계 속으로 급속히 빠져들었다. 그리고 전에 보이지 않던 것이 눈에 들어오기 시작했다. 그것은 사람의 '아픈 마음 sick mind' 이었다. 상처입고 신음하며 장애현상을 일으키기도 하는 사람의 마음을 보기 시작한 것이다. 그것이 내가 독서치료와 손을 잡게 된 인연 같은 것이었다.

한편 그때까지 내가 모르고 있었을 뿐이지 스캇 펙은 1990년대 이래 우리 출판시장에 이미 많이 소개되어 있었다. 번역서만 해도 10권이 넘었다. 그 가운데 나에게 가장 큰 위로와 각성을 갖게 한 책이 《아직도 가야 할 길》(신승철·이종만 옮김, 열음사), 《거짓의 사람들》(윤종석 옮김, 두란노), 《길을 떠난 영혼은 한 곳에 머물지 않는다》(임기영 옮김, 고려원미디어)였다. 마지막 책은 그 뒤 열음사에서 《끝나지 않은 여행》(김영범 옮김)으로 다시 나왔다.

아무튼 나는 스캇 펙의 의도되지 않은 안내를 받아 독서치료에 발을 들여놓게 되었다. 일단 발을 들여놓고 가만히 주위를 살펴보니 여러 면에서 놀랄 일이 참 많았다. 우선 충격적인 것은 우리사회에 마음 아픈 사람이 너무도 많다는 사실이었다. 마음에 상처가 나서 피를 흘리는 어린이, 성장이 멈추어버린 청소년, 갈라서는 부부, 몸은 어른이나 마음은 유치원생인 남자와 여자... 이런 식으로 증세의 분포가 광범위했다. 새롭게 눈을 뜨고 살펴보니 아프지 않은 사람이 없을 정도였다. 거의 모두가 앓고 있었으며 일상을 아슬아슬하게 견디고 있었다. 나 자신도 그 면에서는 결코 땀에게 뒤지지 않았다.



作

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



나는 나름의 프로그램을 구상하면서 그 일환으로 치유서 수집에 나섰다. 독서치료 프로그램이 성립하려면 무엇보다 좋은 치유서를 다양으로 가용해야 한다. 이때 내가 발견한 사실은 큰 위안이 되었다. 독서치료에 활용할 수 있는 자원이 우리 출판시장에 다양하고 풍부하게 개발되어 있었다. 나는 놀라지 않을 수 없었다. 특히 기뻐던 것은 전통적으로 독서치료에서 의존해 오던 문학영역의 자료뿐 아니라 논픽션의 자기치유서self-help book까지 광범위하게 유통되고 있다는 것이었다. 가령, 이전에는 정신과의사나 심리치료사의 개인적 지식이나 그들의 서가에 꽂힌 전공서적의 형태로 제한된 공간에만 배치되어 있던 전문지식이 지금은 우리말로 번역 혹은 저작되어 관심 있는 사람이면 누구나 팔을 뻗기만 하면 닿는 곳까지 내려와 있었다. 달리 말하면, 전문지식의 응용과 대중화과정의 상당한 정도까지 진척되어 있었다. 서양에서 먼저 발전한 정신분석학과 심리학 지식이 우리사회에 도입되어 실제적으로 적용되고 있는 정도는 한 마디로 놀라웠다. 나는 출판시장 사정을 몰라도 한참 모르고 있었던 것이다.

다음해, 치유서 검토가 어느 정도 끝난 상태에서 지금의 '책읽기를 통한 정신치료 연구실'의 초기활동이 시작되었다. 그때는 초기였기 때문에 '상황' 개념이 별로 없었다. 우리도 그랬지만 당시 독서치료 프로그램을 진행하는 다른 곳도 대동소이했다. 그때 우리가 주로 관심을 가졌던 부분은 '마음의 상처는 어디서 오는가, 마음의 상처는 치유할 수 있는가, 독서치료의 개입은 유효한가와 같은 큰 덩어리의 문제들이었다. 지금은 사정이 많이 달라졌다. 적어도 내 주변의 모든 프로그램은 '상황별'로 진행된다.

그렇다면, 독서치료에서 '상황'이란 무엇인가? 이것은 별다른 설명보다 실제 어떻게 하는가를 보면 금방 이해할 수 있다. 금년 1학기 동안 내가 관계를 한 15주 과정의 독서치료 프로그램에서 설정한 '상황'은 다음과 같다. 성장의 아픔-유년기와 청소년기, 어른들의 무지와 몰이해, 딸과 여자의 자아, 부모, 가부장 사회, 중독, 성인아이adult

child, 우울증, 성폭력과 가정폭력, 집단따돌림, 입시증후군, 용서, 말기환자와 가족, 첫 모임의 오리엔테이션, 마지막 모임의 마무리, 이렇게 하면 15주가 차게 된다. 모임에서는 매주 상황에 따른 2권의 치유서가 지정된다. 참여자는 지정된 치유서를 미리 읽고, 읽는 동안 자신의 내면에서 일어나는 변화를 종이 위에 적고, 이렇게 적어서 가지고 온 것을 앞에 두고 자신을 말로써 표현하고 드러내 보이고, 다른 참여자의 표현과 드러내보임을 듣는다. 그리고 난 다음에 참여자들은 서로 얼굴을 마주보며 토론한다. 이때 유능하고 사려 깊은 진행자 또는 인도자의 역할이 중요하다. 진행자 자신이 치유의 경험이 있으면 도움이 된다. 헨리 나우웬이 말하는 상처입은 치유자wounded healer를 말하는 것이다.

나는 2학기에도 또 다른 15주 과정의 독서치료 프로그램 진행자의 한 사람으로 참여한다. 이 프로그램에서 다음 학기를 위해 설정한 '상황'은 다음과 같다. 경시와 학대, 남자와 여자, 결혼과 이혼, 사랑, 상실감, 화, 성인아이 II, 부모II, 나이듦, 실습 4회, 첫 모임의 오리엔테이션, 마지막 모임의 마무리, 이렇게 하면 모두 15주가 완성된다. 이번에도 매주 상황에 맞는 2권의 치유서가 지정되는 것은 물론이다.

독서치료 모임을 진행해 보면 상황과 참여자에 따라 반응도 다르게 나타나는 것을 보게 된다. 한편 '상황'과 참여자에 관계없이 언제나 비슷하게 나타나는 반응도 있다. 그것은 책을 읽는 과정이 고통스러웠다는 것과 읽고 나서 마음이 한결 가벼워졌다는 경험을 말한다. 울음을 터뜨리는 참여자가 나오는 '상황'도 있다. 어떤 '상황'에서는 거의 모든 참여자가 같이 울기도 한다. 이것은 평소 참여자의 마음 속 깊은 곳 어딘가에 감춰져 있던 구정물이 자극을 받고 표면으로 떠올라 흘러나가는 과정으로 이해할 수 있다. 이와 같은 독서치료의 효과는 이미 많은 연구에 의해 뒷받침되고 있다. **출판**



- 01 거짓의 사람들
M스캇 펍 지음 | 윤종석 옮김 | 두란노 | 398쪽 | 값 9,600원
- 02 끝나지 않은 여행
M. 스캇 펍 지음 | 김영범 옮김 | 열음사 | 340쪽 | 값 12,000원
- 03 아직도 가야 할 길
M스캇 펍 지음 | 신승철·이종만 옮김 | 열음사 | 457쪽 | 값 10,800원