

# 새로운 위치에 자신을 배치한 두 사례

독서치료 모임을 해보면 우선 '내'가 먼저 뒤집어진다. 넘어가고 자빠진다. 그런 다음 변화된 자신을 새롭게 일으켜 세운다. 동시에 남에 대한 이해의 폭도 넓어진다. 지금까지 캄캄한 무지 속에서 살아온 삶이 억울하다는 생각도 하게 된다. 참여자는 그래서 많이 울기도 한다.

한편 '나' 자신의 내면적 붕괴와 더불어 '남'의 해체와 재건도 강력하게 희망하게 된다. 그러나 그것은 이미 '나' 자신의 붕괴를 전제로 하는 희망이기 때문에 이전의 단순한 원망, 분노, 복수심과는 다르다. 이해가 바탕에 깔린 안타까움이나 아쉬움으로 나타난다. 건설적인 조정, 재배치, 화해를 위한 손질이 되는 것이다. 이것은 '나'의 주체가 치유를 통해 다시 일어선 데서 오는 대단한 결과이다.

A는 2004년 가을 학기에 내가 기획하고 진행한 독서치료 모임에 참여했다. A는 20대의 여성으로서 참여자 15명 가운데 한 사람이었다. 일종의 그룹 테라피 과정을 경험한 것이다. 학기가 끝난 후 A가 제출한 보고서에 다음과 같은 대목이 있었다. 읽고 나서, 상처에 무방비로 노출된 과거의 처지를 현명하게 벗어나 자신을 새로운 위치에 배치하는 데 성공한 사례라는 생각이 들었다. 조금 길지만 인용해 본다.

독서치료 모임을 통해 나는 참 혜택을 많이 받았다. 말이나 행동, 그리고 사고방식까지 많은 변화가 생겼다. (중략) 나에게 있어 가장 많은 상처를 안겨줬던 유년시절을 잊으려고만 했던 과거에 반해, 이제는 그것을 적극적으로 생각하고 정리하려는 자세를 갖게 되었다. 우리 가정만이 특수한 것이 아니라 어느 가정이나 문제는 있기 마련이라는 것을 알게 되면서 다른 사람들에게 가족에 관한 이야기를 편하게 할 수 있게 된 것도 큰 변화이다. 그런 가운데 마음도 훨씬 가벼워지고 나도 모를 답답함에서 벗어날 수 있게 되었다.

그동안 자유를 가르쳐주지 못한 부모님에게 아직도 어느 정도 억압당하고 있는 현실을 돌아보고 진정으로 책임감 있는 자유를 찾고 싶어졌다. 그동안 가정에 너무 얽매어 내 자신을 많이 포기하고 살았는데 이제는 어떤 선택을 함에 있어서 가족과 나를 분리시켜 나 자신에게 중점을 두기 시작했다. 어떤 상황에서든 다른 요소에 구애받지 않고, 내가 진정으로 원하는 것이 무엇인지를 먼저 생각하게 된 것이다.

우리 가정이 역기능 가정이란 것을 알고 나서부터는 나 자신에게서 나타나는 '성인 아이' 적인 모습을 없애기 위해 의식적으로 노력을 하고 있다. 물론 아버지가 '성인 아이'임을 알고서부터는 아버지의 행동이나 태도를 많이 이해할 수 있게 되었고, 아버지에게 이전에 비해 조금 더 다가설 수 있게 되었다. 요즘은 아버지와 대화도 곧잘 하는 편이다.

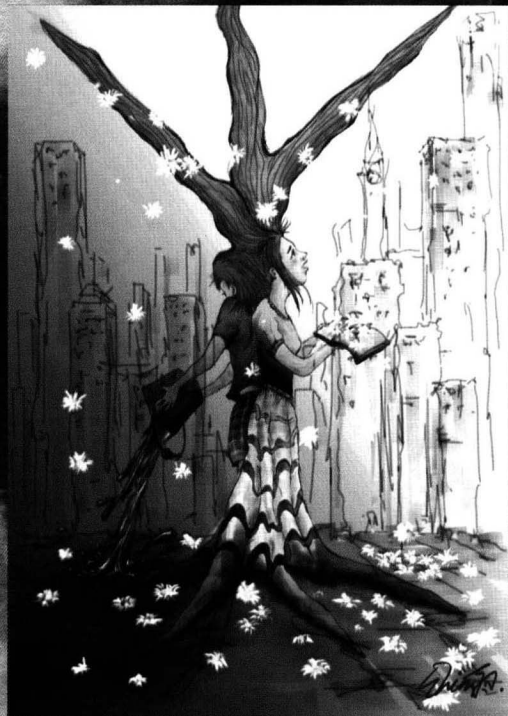
A와 함께 같은 독서치료 모임에서 한 학기를 보낸 B의 보고서도 흥미가 있었다. 역시 좀 길지만 인용해 본다. B는 같은 흐름이면서도 또 다른 면이 있고 조금 더 섬세하다.

보통의 딸들은 어렸을 적 아버지의 모습을 보며 이상적인 남성상을 꿈꾼다고들 한다. 아버지를 보며 아버지와 같은 남자와 결혼할 것이라는 말들도 쉽게 들을 수 있다. 하지만 어렸을 적부터 나는 그와는 반대로 아버지 같은 남자를 만날까봐 결혼하기 싫다고 말을 했다. 그리고 그 말은 다시 아버지에게 상처가 되어 돌아갔다. 나는 왜 그토록 아버지가 싫었던 걸까. 놀랍게도 나는 독서치료를 경험하면서 그 이유를 발견할 수 있었다.

내가 태어났을 때는 이미 언니가 있었다. 나는 아들을 바라는 아버지의 둘째 딸이었다. 그리고 몇 년 뒤 남동생이 태어났다. 귀여운 외모에 첫 딸로서 주위의 사랑을 듬뿍 받은 언니와는 달리 나는 못생겼고 별로 바라지도 않던 아이였다. (중략) 언젠가 내가 아버지에게 이런 말을 들었다. 내가 태어났다는 소식을 전화로 들었는데 그때 정말 우울했다고. 그리고 어렸을 적 내가 너무 못생겨서 싫어했다고. 내 탄생이 얼마나 서운했으면 어렸을 적 나를 '서운' 이라고 부르기까지 하셨다고 한다. 물론, 그러한 것들을 농담처럼 웃으면서 가볍게 나에게 말씀하셨다. 그것도 몇 번씩이나. 처음에는 나도 그저 웃으면서 그 이야기를 흘려들었다. 하지만 누가 그런 말이 계속 우습기만 하겠는가. 그 말은 은연중에 나에게 깊은 상처를 주고 말았다. (중략) 독서치료를 경험한 후 이제는 아버지를 조금이나마 더 알게 되고 그저 한 인간으로서 아버지를 바라볼 수 있게 되었기에, 그러한 면들은 조금 이해가 되기도 한다. 하지만 어렸을 적부터 내가 아버지에게 상처를 받았으며 그런 아버지를 증오하기까지 한 건 바꿀 수 없는 일이다. 난 아버지를 미워하면서 그런 남편감을 얻을까 두려워 결혼이 하기 싫어졌던 것이다.

그렇게 나는 독서치료를 경험하면서 놀라운 속도로 나의 상처들을 짚어낼 수 있었고 그 화살은 대부분 아버지에게로 향해 있었다. 그래서 처음에는 아버지가 더욱 원망스러울 수밖에 없었다. 하지만 독서치료 과정을 통해 아버지에서 더 나아가 그런 아버지를 있게 한 할아버지나 그 배경들을 살펴봄으로써 아버지를 이해할 수 있게 되었고 많은 면에서 긍정적인 사고를 갖게 되었다. 예전에는 그저 불편하고 이해가 가지 않았던 아버지라는 존재에 대해 이전 좀더 뚜렷하게 정의를 내리고 이해할 수 있게 되었다고 할 수 있다.

위의 A와 B는 지난 학기 독서치료 모임에서 모두 12권의 치유서와 5편의 치유 비디오를 경험했다. 그들은 특히 환경으로서의 '부모'에 주목했다. '성인아이adult child'도 그들의 특별한 관심 항목이었다. 그들이 이 대목에서 경험한 매체는 《흔들리는 부모》(수잔 포워드 지음, 한창환 옮김, 사피엔티아, 2000), 《이런 부모가 자식을 정신병자로 만든다》(김정일 지음, 박영률출판사, 2002), 《위장된 분노의 치유》(최현주 지음, 규장, 1995) 이렇게 세 권이었다. ☞



일러스트 | 신창우

● 이 글을 쓴 김정은은 도미니칸대학교, 컬럼비아대학교, 토론토대학교에서 문헌정보학과 교육학을 전공, 박사 학위를 받았다. 현재, 부산대학교 문헌정보학과 교수이며 '책읽기를 통한 정신치료 연구실'의 지도교수로 있다. 주요 논문과 칼럼으로 《지역사회 정신보건 문제와 독서치료》 《스캇 페을 아십니까》 《치유서란 무엇인가》 《치료사는 누구인가》 등이 있다.