

우화형 도서가 내포한 심리학적 의미

내 문제, 보편적 문제로 인식하면 마음의 무게 가벼워져

글_ 황상민(연세대학교 문과대학 심리학과)



언제부터인가 사람들은 자기계발서, 또는 처세서를 찾아 읽기 시작했다. 어떻게 살아야 할지, 무엇을 해야 할지 모르기에 뭔가 삶의 지침이 필요하게 된 것이다. 하지만, 누가 이래라, 저래라 하는 것은 싫다. 어떻게 할까? 이런 와중에서 두각을 나타낸 자기 계발서 유형이 바로 '우화형' 도서이다. 이미 고전적인 책이 되고 만 《누가 내 치즈를 옮겼을까》나 《칭찬은 고래도 춤추게 한다》 뿐 아니라 《마시멜로 이야기》《선택》《핑》《배려》 등의 다양한 우화형 도서는 우리가 목말라 하는 삶에 대한 지혜를 직접적으로 강요하는 형태가 아닌 재미있는 이야기의 형태로 나의 마음을 노크한다.

누구나 자신의 삶을 돌아보고 인생의 지혜를 얻고자 한다. 하지만, 또 다시 누구나 느끼는 것은 각자의 삶이 다르다는 것이다. 모두들 "이렇게 해야지"라는 것을 아무런 의심 없이 받아들일 때에는 누구나 따를 수 있는 규범에 기초한 자기계발서가 필요했을지 모른다. 하지만, 이제 무엇이 중요하고, 또 어떤 문제를 해결해야 할 것인가는 각자 다 다르며, 또 각자가 택해야 하는 문제라는 것 정도는 안다. 훌륭한 분의 말씀이나 행적을 그대로 따를 수 있으면 좋겠지만, 그것은 나의 이야기가 아니다. 아니, 다가오지 않는다. 나의 삶이기에 내가 나름대로 해석하고 믿을 수 있기를 바란다. 우화형 도서의 장점은 바로 그 책이 주는 의미와 교훈을 내가 해석할 수 있다는 것이다.

우화형 도서의 또 다른 장점은 바로 내용이 사실이 아니고 우화이기 때문에 생겨난다. 사람들은 자신의 문제에 대한 답을 찾고, 해결하고 싶어 하지만, 역설적으로 그 문제를 직면하는 것을 두려워한다. 이런 상황에서 가장 일차적인 문제 해결 상황은 어떻게 하면 그 문제를 인식할 수 있고 직면하게 하느냐이다. 우화형은 이런 두려운 문제를 전혀 두렵지 않게 전달해 준다. 우화

이니까. 이 과정에서 특별한 답이 있을 리 없는 나의 문제가 적어도 나에게 쉽게 이해할 수 있는 어떤 상황이나 사건이 된다. 절대적인 답이 있을 리 없지만, 적어도 내가 직면해야 하는 문제를 조금 편하게 경험하게 된다. 하지만, 나는 안다. 그것이 나의 문제와 다르지 않고 바로 내가 그토록 찾아 헤매는 나의 문제를 해결할 수 있는 지혜가 될 수 있다는 것을.

우화형 책은 삶의 문제를 해결하는데 무엇보다 큰 장애물인 우리 모두가 마음에 스스로 부여한 장벽을 허물 수 있게 하고, 내가 스스로 만든 내적인 자기 저항감을 줄여준다. 생활 속의 지혜가 동물 삶 속의 문제로 그려지기에 나의 문제라기보다는 누구나라도 가질 수 있는 문제처럼 받아들여지게 된다. 그리고 이 과정에서 나는 문제를 보는 새로운 통찰을 갖는다. 자기 방어벽을 누그러뜨릴 수 있게 된다. 우화가 주는 비현실적인 맥락이 바로 자신을 둘러싸고 있는 마음의 저항벽을 허물게 되는 것이다.

우화형 도서는 바로 전체 이야기의 맥락이 바로 내가 직면한 그 상황이 아닌 것처럼 보이기 때문에 독자의 입장에서는 바로 자신이 가진 문제에 대한 통찰을 더 쉽게 얻게 된다.

분명한 것은 우리 모두 자신의 삶에서 스스로 가지는 문제가 무엇인지, 또 무엇을 해야 하는지를 잘 알고 있는 것이다. 단지, 그것을 자신의 절대적인 문제로 받아들여야 하지 않을 뿐이다. 동물의 세계 또는 옛날이야기라는 형식은 바로 현재의 나의 문제가 더 이상 나에게 위협적이지 않게 한다. 나의 문제는 나만 가지고 있는 것이 아니라 인간의 삶이나 모든 생명체의 기본적인 속성인 것처럼 받아들이고 인정하게 된다. 자연스러운 통찰을 나의 자존심을 유지하면서 가질 수 있게 된다. 삶의 고난에 너무 노골적으로 직면하지 않으면서도 문제를 잘 해결할 수 있는 지혜를 찾는 사람들에게 우화형 도서는 새로운 상상의 나라를 펼 수 있는 계기가 된다. ■