

음악을 하는 세 청년에게서 관찰된 공황발작의 의미*

이 기 경**

국문초록

이 글은 음악을 하는 20대 초반 청년들에게 발생한 공황발작의 의미를 분석 심리학적으로 이해해보고자 하는 시도이다. 공황발작은 주로 20대에 발생한다고 알려진 불안신경증의 일종으로 다양한 자율신경계 증상에 동반되는 극심한 공포와 두려움이 특징이다. 공황발작과 감정기복, 자살사고나 자해행동이 동반된 세 사례에서 공황발작이 나타났던 상황을 살펴보고, 각 사례에서 공황발작의 심리적 의미를 살펴보았다. 첫 번째 사례의 공황발작은 무의식적인 상태로 남아 있고자 하는 이에게 의식성을 가지고 생각하거나 사고하게끔 한다. 두 번째 사례에서 미래를 향한 삶으로의 전진을 망설이며 갈등하는 이에게 내면의 문을 열어 자신의 깊은 마음과 접촉할 수 있게 하여 갈등을 초월할 가능성을 열어주기도 한다. 세 번째 사례에서는 무의식의 실현되고자 하는 본능과 충동을 공황발작으로 경험하고, 그 충동을 의식적으로 실현해간다. 각각 다른 의미가 있는 것처럼 보이는 그들의 공황발작은 청년기 이전 시기의 의식 수준으로부터 새로워질 것을 촉구하는 무의식의 강력한 접근일 것이다.

중심 단어 : 청년; 공황발작; 음악; 분석심리학.

접수일 : 2022년 4월 18일 / 심사완료 : 2022년 6월 8일 / 게재확정일 : 2022년 6월 15일

*사례와 꿈의 인용을 허락해주신 A,B,C에게 깊이 감사드립니다.

**정신장애를 크게 신경증과 정신증으로 분류한 과거의 방식으로 따지자면 A,B,C는 그 경계선에 있는 상태라고도 볼 수 있다. 그러나 본 글에서는 다음과 같은 신경증에 대한 융의 정의에 따라 각 사례를 신경증의 범주에서 접근하였다. “신경증은 콤플렉스로 인한 인격 personality의 해리이며, 정신증은 각 콤플렉스가 분리된 채로 존재하여, 콤플렉스들을 함께 결합시킬 수 있는 인격이 존재하지 않는 상태이다.” Jung CG(1977) : *The symbolic life*, Routledge, New York, para 382.

*글을 지도 해주신 박신 선생님과 심사위원 선생님들께 깊이 감사드립니다.

**용인정신병원

들어가는 말

임상에서 공황발작은 자주 관찰되고, 약물치료에도 비교적 금방 호전된다. 스트레스 요인이 있는 경우들이 많고, 특히 중년 무렵에 발생하는 공황발작은 어떤 면에서는 그 증상의 의미에 대해 환자와 나누는 것이 그렇게 어렵지 않게 느껴진다. 그들은 심리적 의미를 전혀 고려하지 않기도 하고, 그 의미를 깨닫지 못하기도 하지만 그럼에도 불구하고 일방적으로 흐르는 삶의 방향을 수정하고, 그럼으로써 이전과는 조금 다른 삶을 살게 되기도 한다. 중년의 환자들이 종종 사람들로 가득 찬 버스나 지하철 안에서 또는 차가 밀리는 고속도로나 터널에서 반복적으로 발생하는 공황발작을 보고할 때면 집단적이고 일률적인 의식의 삶의 방식에 대한 무의식의 신호가 아닐까 생각해 보는데, 공황발작 증상으로 인해 사람들은 이전의 삶의 방식에서 벗어나게끔 강요받고, 그런 경우에는 공황발작 증상 자체가 그러한 목적에 부합하는 것처럼 보인다. 융이 제시한 고산병 증상을 보인 남성¹⁾의 사례나 강박신경증²⁾의 사례에서처럼 공황발작 증상이 환자의 문제를 해결하고자 하는 시도를 상징할 수 있다. 지도층의 한 남성이 명예욕에 의해 사회적으로 더 높은 곳에 올라가려고 시도할 때 고산병 증상이 그가 더 이상 높은 곳으로 올라갈 수 없음을 상징적으로 표현하며 그의 의식의 태도의 위험성을 경고하는 것처럼, 공황발작은 집단적이고 일방적인 삶의 흐름을 따르는 의식의 태도에서 벗어나게끔 경고신호를 보낸다. 그럼에도 불구하고 증상에 담긴 의미와 무의식의 내용이 의식화되거나 실현되지 못할 때, 삶의 갱신을 위한 무의식의 시도는 신경증, 실패한 시도³⁾가 된다.

그런데, 아직 임상 경험이 짧은 글쓴이에게, 20대 전후반에 발생하는 공황발작은 특히 어떤 경우들에서는 약을 써도 쉽게 좋아지지 않으면서 증상의 이유와 의미, 목적을 찾는 것이 어렵다고 느껴진 상황들이 종종 있었다. 이 글은 그러한 의문들에서 시작된 작업이고, 20대 초반, 음악 작업을 하면서 반복되는

-
- 1) Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2007a) : 《융 기본 저작집 1권, 정신요법의 기본 문제》, 숲, 서울, pp123-125.
 - 2) Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2007b) : 《융 기본 저작집 3권, 인격과 전이》, 숲, 서울, pp85-86.
 - 3) Jung CG(1977) : *Two Essays on Analytical Psychology*, Princeton university press, United states, para 67.

공황발작과 감정조절의 어려움, 자살사고가 동반되고, 자해나 자살 시도의 과거력이 있는 공통점을 가지는 세 사례⁴⁾에서의 공황발작에 대한 분석심리학적 접근이다.

공황발작과 공황장애

공황(恐慌, panic)은 그리스 신화의 양치기 신 혹은 숲 속의 신인 판(Pan)으로부터 유래 되었다고 한다.⁵⁾⁶⁾ 이 판(Pan)신이 있다는 느낌은 정신(spirit)을 어지럽히고, 감각을 혼란에 빠뜨리고, 모든 자연과 모든 존재를 공포로 가득 차게 만든다.⁷⁾ 판은 숲 속에 숨어서 혼자 여행하는 사람을 기다리다가 덩불을 바스락거리 여행자를 불안하게 만들고, 놀란 여행자가 걸음을 빨리하면 먼저 가서 다시 덩불을 더 바스락거리한다고 한다. 그러면 두려움을 느낀 여행자는 호흡이 가빠지고, 심장이 두근거리며, 가능한 빠른 걸음으로 숲 밖으로 도망친다.⁸⁾ 융은 자연과 떨어진 30대 여성의 꿈과 환상을 분석해 나가며 Pan에 대해 다음과 같이 이야기했다. “Pan은 휘파람으로 파이프를 연주하여 양치기를 놀라게 하고, 양치기는 가축 무리가 몰려올 때 두려움을 느낀다. 그 무리는 때때로 명백한 이유도 없이 몰려오고, 우리는 특정한 순간에 이유를 모른 채 공포에 사로잡힌다. 일종의 동물적인 공포가 사람을 사로잡고, 위대한 신 Pan이 공황 공포를 일으킨다. 이 자연의 악마는 후에 그리스어 의미-전체, 우주-에 따라 자연의 신, 우주적 신이 되었다. 공황 공포는 무의식에 의해 압도될 것에 대한 두려움이다.”⁹⁾ 미지의 숲에서 신이 일으켰던 공포와 두려움은 지금은 공황발작이라는 질병의 이름으로 우리에게 나타난다.

4) 약물치료에 대하여 : A는 약물치료를 충실하게 받던 중 공황발작이 악화 되었으며, B는 간헐적으로만 투약하고 지냈으며, C는 초기에 투약을 하다가 약물치료를 거부하여 중단한 상태였음을 밝혀둔다.

5) 이호영(1992) : 《공황장애》, 중앙문화사, 서울, p12.

6) Chevalier J, Gheerbrant A(1996) : *The Penguin Dictionary of Symbols*, Penguin Books, England, p734.

7) Chevalier J, Gheerbrant A(1996) : 앞의 책, p734.

8) 대한신경정신의학회편(2016) : 《신경정신의학》, (주)아이엠이즈컴패니, 서울, p311.

9) Jung CG, edited by Douglas C(1997b) : *Visions I, Notes of the seminar given in 1930-1934*, Princeton university press, United states, p556, p581.

1895년 Sigmund Freud는 ‘신경쇠약증에서 <불안 신경증(anxiety neurosis)>이라는 특별한 증후군을 분리시키는 근거에 관하여’라는 논문 발표를 통해 불안발작과 그에 동반되는 신체기능의 장애를 신경쇠약증으로부터 분리하여 소개했다. 프로이트는 불안 신경증이 히스테리와 강박신경증과 다르게 원인과 장애를 촉진하는 요인이 신체적인 것에 있다고 보았다. 신체적인 성 흥분이 심리적으로 작용하지 못하도록 막는 요인들-예를 들어 의도적인 금욕, 중병, 과로, 소모적인 간병 등-이 있는 상황에서는 정신이 편향되어 있어 신체적인 흥분을 극복할 능력이 더 이상 없어지고, 이로 인해 불안 신경증이 발생한다고 보았다.¹⁰⁾ 이에 따라 공황장애는 초기 Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders (DSM) I, II에서는 불안 신경증으로 기술되었고, 1980년 DSM-III에서부터 독립된 질병군으로 분류되기 시작했다.¹¹⁾

공황발작은 극심한 공포와 고통이 갑작스럽게 발생하여 수분 이내에 최고조에 이르며 다음과 같은 다양한 신체 증상들과 감각 이상 등이 발생하는 것을 일컫는다. 심계 항진, 발한, 몸이 떨리거나 후들거림, 숨이 가쁘거나 답답한 느낌, 질식할 것 같은 느낌, 흉통 또는 가슴 불편감, 메스꺼움 또는 복부 불편감, 어지럽거나 불안정하거나 멍한 느낌이 들거나 쓰러질 것 같음, 출거나 화끈거리는 느낌, 감각 이상, 비현실감 혹은 이인증 등의 신체적 증상들과 스스로 통제할 수 없거나 미칠 것 같은 두려움, 죽을 것 같은 공포를 호소할 수 있다. 이러한 공황발작이 반복적으로 나타나면서 그에 따르는 지속적인 걱정이나 환경에 대한 부적응이 지속될 때 공황장애로 진단한다.¹²⁾

공황발작은 카페인이나 다른 약물들에 의해, 혹은 다른 내과적 질환이 있을 때도 발생할 수 있으며, 다른 정신장애에서도 발생할 수 있다. 공황장애는 우울증, 양극성 장애 같은 기분 장애와 동반되어 나타나거나 다른 불안장애와 흔히 동반 이환 된다고 알려져 있다.¹³⁾

공황장애의 평균 발병연령은 25세이지만 어떤 나이에서도 발병할 수 있고¹⁴⁾

10) 지그문트 프로이트, 황보석 옮김(2017) : 《프로이트 전집 10, 정신병리학의 문제들》, 열린책들, 경기도, pp11-43.

11) 대한신경정신의학회편(2016) : 앞의 책, p312.

12) APA, 권준수 외 옮김(2018) : 《DSM-5 정신질환의 진단 및 통계 편람 제5판》, 학지사, 서울, pp220-221.

13) 대한신경정신의학회편(2016) : 앞의 책, p313.

14) 대한신경정신의학회편(2016) : 앞의 책, p312.

아동이나 청소년에게서도 발병이 보고된다.¹⁵⁾ 호발 연령은 젊은 성인이지만, 어떤 나이에서도 발병할 수 있는 만큼 실제 임상에서 진료를 받는 나이는 다양하다. 국내에서 연구를 통해 모집된 환자의 진료를 받는 평균 나이는 40세 무렵으로 보고된다.¹⁶⁾¹⁷⁾ 2012년부터 2016년까지 국내 건강보험 자료에 따르면 공황장애 진단을 받은 연령대 중 40대가 가장 많고 그다음이 50대, 30대 순으로 임상에서 가장 많이 접하는 환자군은 중년층임을 알 수 있다. 20대 환자군은 전체 진료 인원 중 약 10% 정도를 차지하고 있었다.¹⁸⁾ 연구에서 보고된 스트레스 요인들로는 업무상 과로, 신체질환, 가족을 포함한 대인관계 문제 및 경제적 문제 등이 있었다.¹⁹⁾

사 례

1. A

아주 힘들고 어려웠던 어린 시절을 보내면서도 자신의 꿈을 향해 노력하며 음악을 공부해온 20대 대학생 여성 A는 심한 불안과 공황발작, 조절되지 않는 감정 기복, 자해 행동, 자살사고로 고통받고 있었다. A는 어린 시절 계부와 오빠로부터 폭력과 성폭행 등을 지속적으로 당해왔다. 계부와 어머니의 이혼으로 계부로부터는 벗어났으나, 오빠에게 지속적인 고통을 당하던 A는 어머니에게 이 사실을 알리고 도움을 청했고, 그 뒤로 오빠의 행동은 멈췄지만 당시 어머니는 아무런 중재를 해주지 못했다. 학창시절 또래들로부터 따돌림을 받아 친구 관계를 맺기 쉽지 않았고, 나이가 조금 더 있는 언니, 오빠들과 어울리곤 하였다. 고3 때 사귀었던 남자친구로부터 데이트 폭력을 당하면서부터 심한 공황발작, 불안, 자해, 식이장애 등이 발생하여 악화되었다. 그러면서도 엄

15) Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz P(2007) : Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry, Wolters Kluwer, Philadelphia, p392.

16) 오재영, 이재현, 한상우, 지익성, 구본훈, 우종민, 양종철, 김민숙, 이상혁, 허정윤, 유범희(2014) : “국내 대학병원 공황장애 환자의 임상적 특징에 대한 연구 : 다기관, 후향적 연구”, 《대한불안학회지》, 10(1) : pp11-16.

17) 이현주, 김민숙, 김세주, 박선철, 양종철, 이경옥, 이상혁, 이승재, 임세원, 채정호, 한상우, 홍진표, 서호준(2019) : “한국인에게 나타나는 공황장애의 신체적 증상 및 유발 요인의 특징”, 《J Korean Neuropsychiatr Assoc》, 58(4), pp339-345.

18) 신서희(2017) : “최근 5년간 공황장애 환자의 진료경향 분석”, 《정책동향》, 11(4), pp52-61.

19) 이현주(2019) : 앞의 논문.

청년 경쟁률을 뚫고 모 대학의 음악 관련 학과에 입학하였다. 대학에 입학한 뒤에 정신적으로 의지하며 교류하던 다른 남자친구로부터 거절 받은 뒤 2차례 자살 시도를 하여 입원치료를 2차례 받았었다. A는 나아지고자 하는 강한 열망을 가지고 정신치료를 하는 치료자를 찾았고, 융학과 분석가로부터 1~2달 정도 치료를 받기 시작하여, 글쓴이에게 연계되어 치료를 지속하는 중이다. A는 치료를 받으면서, 공황발작과 식이장애, 자해 행동 등은 다소 호전되었으나 불안, 기분 증상 및 자살사고 등은 지속되었다. 그러한 상황에서 우수한 성적으로 학교에 다니고, 자신의 음반을 내는 등 음악 작업을 해나가는 한편, 남자친구에게는 과도하게 의지하며 지내는 중이었다. A는 애인이 있으면서도 종종 혼자 있는 상황을 견디지 못해 충동적으로 다른 남자와 성관계를 맺곤 했고, 가족들에 대한 강렬한 양가감정을 가지고 있으면서도 가족이기 때문에 용서했다고 이야기했다. 데이트 폭력을 당하면서 심해졌던 공황발작은 그 사람과 헤어지면서 호전되어 한동안 나타나지 않았으나, 이유 없는 불안과 유기불안은 지속되었다.

A는 상담 초반에 매우 인상적인 그림(꿈의 장면)을 그려왔었다. A는 자신을 뗏줄에 연결된 채 깊은 바다에 떠 있는 보라색 태아로 표현했고, 그림의 오른쪽 모서리 위쪽에는 노란색 모래사장에 서 있는 사람들 몇을 아주 작게 그려 넣었다. 본인이 태아로 있는 바다는 순수하고 날것 그대로인 반면에 바다 밖에 있는 사람들은 마법에 걸린 것 같고 뭔가 이상한 것 같다고 하였다. 그러면서 노란색은 흙탕물 같기도 한 더러운 색이어서 좋아하지 않지만 눈부신 것 같기도 하며, 모래사장으로 가봐야 하는데 그 사람들에게 가는 것은 어렵다고 하였다. 보라색은 의식의 수준에 따라 다양하게 나타나는 대립의 혼합 또는 합일로 빨간색과 파란색²⁰⁾의 양극에 있는 것의 합일이거나 또는 건강하지 못한 혼합을 나타낼 수 있고, 노란색은 빛과 의식성 또는 생명을 파괴하는 의식성이나 병을 상징한다.²¹⁾ A는 모든 생명체의 어머니인 무의식²²⁾의 뗏줄에 매달려 무의식의 움직임에 자신을 맡기고 있고, 아직 태어나지 않은 모호하고 충동적이며

20) 적색은 '따뜻한' 색으로 감정적이며 정동적인 내용을 묘사하는 데 이용되고 청색은 대거나 하늘의 색으로 정신적 내용의 묘사에 즐겨 사용된다 : Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2006a) : 《융 기본저작집 2권, 원형과 무의식》, 솔, 서울, p77 각주.

21) 테오도르 압트 지음, 이유경 옮김(2010) : 《융 심리학적 그림 해석》, 분석심리학연구소, 서울, p94, p101.

22) Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2006a) : 《융 기본저작집 2권, 원형과 무의식》, 솔, 서울, p202.

무의식적인 상태로 의식성의 빛을 띠는 해안가로 가 봐야 한다고 생각하지만 가는 것을 어렵게 느낀다.

그로부터 몇 개월 뒤, 오빠의 폭력성과 마주하면서 오빠를 용서하던 그 순간에 A에게 공황발작이 다시 나타났다. A는 두려움과 공포에 휩싸였고, 일단 오빠에게 자신이 잘못했다고 사과해서 별일이 없도록 해야 했고, 어머니는 과거와 마찬가지로 그 상황에서 A를 적극적으로 보호해주지 못했다. A는 공황발작이 나타났던 상황에 대해서는 놀랄 만큼 관심을 기울이지 않았고, 다만 자신의 병이 다시 악화되는 것이 아닌지에 대해서만 몹시 불안해하며 공황발작이 나타날 때 어떻게 대처해야 하는지 물었다. 그 상황에 대한 느낌과 생각, 판단 등에 대한 질문에 대해서 A는 오빠 역시 충동조절이 되지 않는다는 것을 알기에 이해하려고 노력하였다고 하였고, 오빠가 사과하였으니 용서해야 한다고 하였다. A는 데이트 폭력을 행한 이전 남자친구를 용서했고 자신의 오빠를 용서했으며 그런 상황들을 묵과하고 보호해주지 못했던 어머니를 이해하고 용서했다고 하였다. 그들을 용서하지 않으면 자신이 너무 괴로우므로 A는 갈등에서 벗어나는 편을 택했다. 한동안 잠잠했던 공황발작은 그 순간 왜 다시 나타났던 것일까? 인과론적으로 본다면 A가 어린 시절 겪었던 여러 가지 사건들과 그와 관련되어 아직 정리되지 않은 심리적 내용들이 과거와 유사한 상황에서 다시금 공황발작의 형태로 나타났다고 볼 수 있다. 어린 시절의 외상들과 데이트 폭력을 당하면서 겪었던 강렬한 공포와 두려움, 불안, 무력감과 분노 등의 혼란스럽고 강렬한 감정 덩어리들이 오빠의 폭력적 모습으로 인해 재경험되며, 이는 공황발작으로 나타날 수 있다. 그렇다면 목적론적으로 그 순간에 공황발작이 나타났던 이유는 무엇일까?

글쓴이는 ‘아모르와 프시케’ 신화에서 프시케에게 판이 나타나는 장면에서 그 힌트를 얻어 본다.

“프시케에게 모습을 들킨 에로스는 아프로디테에게 날아가 버린다. 절망한 프시케는 강에 뛰어들었다가 강가로 밀려 나오게 되고, 판을 만나게 된다. 강가로 밀려 나온 그녀에게 판은 스스로를 원시적인 시골뜨기 양치기이지만 많은 세월과 원숙한 경험이 있다고 소개한다. 판은 프시케가 과도한 사랑으로 인해 정신을 잃은 것 같이라며, 자살하려고 하지 말고 고통과 슬픔을 옆에 내려놓고 신 중의 신인 아모르(Amor)에게 열렬히 기도하라고 알려준다.”²³⁾

절망한 상태로 강의 흐름에 몸을 던지는 것은 그러한 감정적, 정감적 상태에 자신을 내맡기는 것과 같고, 그러한 주체할 수 없는 흐름 속에서 프시케는 기절한다. 판은 아직 분화되지 않은 여성성에게, 현재의 상태를 인식하고-reflection-의식성을 갖도록 일깨워주는 역할을 하고, 감정의 소용돌이에서 한 발짝 물러나 스스로의 상태가 어떤지 돌아보고, 어떠한 태도로 찾고자 하는 것을 구해야 하는지 충고한다. 그 뒤로 프시케는 아프로디테에게 향하고, 그녀에게 주어진 과제를 수행해나가는 발달 과정이 그려진다. 앞의 꿈의 장면에서 A가 자신을 여전히 뗏줄로 연결된 태아로, 아직 태어나지 않은-의식의 탄생이 이루어지지 않은-아주 미숙하고 어린 자아의 모습으로 표현했던 점을 고려할 때, 바다의 흐름에 자신을 맡겨놓은 채 무의식적이고 의존적인 상태에 머물러 있고자 하는 A에게 의식적인 자아의 성장과 분화를 목적으로 하는 리비도의 움직임이 공황발작의 형태로 나타나는 것으로 생각해 볼 수 있다. 해안가, 대지 위에 발을 디딘 채 굳건히 서 있지 못하는 A에게 쓰이지 않아 점점 축적된 리비도는 한순간 강렬하게 의식을 침범하며, 앞에서 융이 Pan에 대해 설명했던 대로 무의식에 의해 압도될 것에 대한 두려움으로 경험된다.

융은 여성이 사고를 죽이고 그것을 감정으로 변환시킨다면 그것은 갈증, 식욕, 그리고 불안으로 변한다고 하며 다음과 같이 이야기하였다: “누구도 남편에 대해 그렇게 느껴서는 안 돼. 다정한 감정을 가져야 해. 나는 남편을 사랑해.’ 그러나 그것은 텅 빈 애정이고, 불만족스럽고, 이기적이고 그 안에는 아무 것도 없다. 그런 욕구는 단지 올바른 사고를 통해서만 충족될 수 있기 때문에 영원히 허기지고 목마르게 된다. 따라서 여성들은 이전에는 스스로 부정했던 온갖 불쾌한 것들을 생각하도록 허용되면, 때로 엄청나게 개선된다.”²⁴⁾ 리비도가 자연스러운 적용 형태에서 벗어날 때, 그것은 만족스러운 ‘형태’를 찾지 못했기 때문에 그것은 불만족, 식욕, 갈증의 느낌으로 변화한다.²⁵⁾ 그런 의미에서 신경증의 정신적 에너지는 열등하고 무용(無用) 형태 안에 있다.²⁶⁾ 여성들은

23) Neumann E(1971) : *Amor and Psyche, the psychic development of the feminine*, Princeton university press, united states, pp28-29.

24) Jung CG, edited by Douglas C(1997a) : *Visions 2, Notes of the seminar given in 1930-1934*, Princeton university press, United states, p1105.

25) Jung CG, edited by Douglas C(1997a) : 앞의 책, p1104.

26) Jung CG(1977) : 앞의 책, para 71.

때로 불안과 본능적 욕구가 채운 그 빈자리를 그 상황에 적합한 생각으로 채울 수 있어야 한다. A는 자신을 괴물이라고 부르고, 정신병원에 다시 입원하라고 하는 남자친구에 대해 너무 화가 나서 그렇게 말했을 뿐, 실제로는 자신을 무척이나 생각해주기 때문에 누구보다 좋은 사람이고 자신이 너무나 사랑하는 사람이라고 했다. 남자친구의 공격적이고 파괴적인 언행에 대해서 어떻게 생각하는지 묻는 말에 그녀는 한참을 곰곰이 생각한 뒤에야 남자친구가 자신을 때리지 않기 때문에 좋은 사람이라고 생각하는 것 같다고 말할 수 있었다. 그 뒤로 A는 남자친구에 대한 무조건적인 의존에서 벗어나 자신의 독립적인 생활을 좀 더 해나가기 시작했다. A는 어머니와 오빠를 용서하는 대신 그들에 대해, 그들과의 관계에 대해 올바르게 생각할 수 있어야 한다. 그런 생각들은 불쾌하면서도 인정하고 싶지 않은 사고와 생각들일 수 있으나 A가 어떠한 상황에 처해있는지, 상황을 객관화하고 판단하도록 하며, 어떻게 행동해야 하는지 알려주는 역할을 한다.

A의 꿈에서도 무의식의 그러한 의도를 볼 수 있다. “무척 좋아하는 외국 남자 배우가 방한하는데, 실제와 달리 매우 긴 머리를 가지고 있고, 헤어탐에서 특별히 신경 쓴 머리라고 한다. 하지만 나는 원래처럼 머리카락이 없길 바라서 가위를 구하러 다니고, 식당에서 쓰는 가위를 가지고 오지만 이미 배우는 떠난 뒤였다.” 그 배우는 평소에는 머리카락을 기르지 않고 지내며, A는 그 머리가 마음에 든다고 하였다. 꿈에서는 매우 긴 머리카락을 가지고 있고, 헤어탐에서 특별히 신경을 쓴 머리라고 강조되고 있다. A에 따르면 이 배우는 나이가 좀 있지만 나이를 가늠할 수 없으며 연기를 매우 잘하고 영화에서 어려운 역할들을 해야 할 때 대역을 쓰지 않고 직접 연기를 하며, 고집이 세고 과묵할 것 같다고 연상하였다. 여성의 꿈에 나타나는 남성의 형상은 일종의 생각, 사고, 정신spirit 혹은 개인적인 관점을 확보하고 갖는 것을 나타낸다.²⁷⁾ 머리카락은 머리에서 자라난 것으로 생각을 의미할 수 있고, 자기도 모르게 자라나기 때문에 무의식적 생각이나 표상을 나타내며 자아가 생각해낼 수 없는 것이 생각되어진 것을 의미한다.²⁸⁾ 가위는 운명의 여신 중 세 번째인 아트로포스가 때가 되면

27) Jung CG, edited by Douglas C(1997b) : 앞의 책, pp33-34.

28) 지빌레 비르크호이저-웨어 지음, 이유경 옮김(2012) : 《민담의 모성상》, 분석심리학 연구소, 서울, p171.

생명의 실을 잘라버리기 위해 사용하며,²⁹⁾³⁰⁾ 잔혹한 야만성³¹⁾을 드러내는 인도 여신 칼리는 생명을 자르는 가위를 들고 있다.³²⁾ 가위는 가차 없이 자르며 죽음과 관련되는 어두운 여성적 특성과 방식을 나타낼 수 있고, 식당이나 주방에서는 재료를 다듬고 요리를 하는 창조적인 과정에 필요한 도구일 수 있지만, 머리카락을 자르기에는 적절하지 않아 보인다. A에게 가위는 잘라내는 것으로, 낫선 이국의 땅에서 온 주관이 확실한 남성적 측면에서 자라나는 무의식적 생각이나 사고들을 모두 잘라버리고자 하지만 실패하고, 그 배우는 떠나버렸다. A는 무의식에서 자라나는 생각, 사고를 모두 없애지 않고, 자라도록 두어야 하고, 그것을 어떻게 돌보고 정리해야 할지 고민해야 할 것이다.

2. B

공황 발작이 누군가 내 안에서 갑작스럽게 문을 열어젖히는 느낌이라고 표현한 20대 초반 여성 B가 있다. 감정기복, 반복되는 자해행동, 자살시도가 있었고, 불면과 공황발작이 심해져 내원하였다. B는 가수를 꿈꾸며 원하는 대학, 원하는 학과에 입학하기 위해 몇 해에 걸쳐 노력 중이었고, 원하는 학교의 면접시험을 보던 중 공황발작이 나타나 그로 인해 시험을 무사히 마치지 못했다. 18살 무렵부터 시작되었던 공황발작은 의미심장한 순간에 나타났는데, 바로 면접관들이 노래를 추가로 더 시켜보던 중, 머릿속에서 합격이 점쳐지던 순간에 나타났고 B는 더 이상 노래를 하지 못했다. B는 다른 것들은 빨리 지치고 그만두는데, 음악을 할 때만큼은 가장 질리지 않고 즐겁다고 하였고, 그러면서도 너무나 험난한 이 길을 시작하느니 죽는 게 낫다고 생각하기도 하였다. 노래하는 사람으로서의 길이 앞으로 얼마나 어렵고 힘들지 스스로 그것을 감당할 수 없을 것 같은 생각과 함께 원하는 대학에 합격하지 못하면 음악을 그만둘까, 차라리 죽을까 생각하기도 하였고, 반복적인 자살사고에 휩싸였다. B는 자신의 갈등을 깨닫지 못한 상태에서 미래의 꿈을 향해 노력해가는 것처럼 보였다. 원하는 목표에 도달한

29) 진쿠퍼, 이윤기 옮김(2019) : 《그림으로 보는 세계 문화 상징사전》, 까치글방, 서울, p303.

30) 아폴로도로스 지음, 천병희 옮김(2016) : 《원전으로 읽는 그리스 신화》, 도서출판 숲, 경기도, p28.

31) 에리히 노이만 지음, 이우경 옮김(2010) : 《의식의 기원사》, 분석심리학연구소, 서울, p108.

32) 하인리히 침머(2000) : 《인도의 신화와 예술》, 대원사, 서울, p263, 그림 67.

이후 무척이나 고될 것으로 예상되는 미래의 삶에 대한 두려움과 원하는 목표에 도달하지 못한 채 삶을 살아내고 견뎌내느니 죽음을 선택하고자 하는 마음 사이에 B는 서 있었다. B와 이러한 두려움, 갈등에 관해 이야기를 나누었고, B는 음악을 그만둘 수는 없다고 하였다. 두렵지만 자신의 꿈과 목표를 향해 나아가고자 마음먹은 뒤로 공황발작은 다소 줄어드는 양상이었으나 원하는 학교의 시험을 보는 순간에, 연습이 잘 안 되는 순간에 공황발작은 간간이 나타났다.

융은 “대개 젊은 사람의 삶은 눈에 보이는 목표를 향한 전반적인 확대 발전이 특징이다. 따라서 젊은 사람들의 신경증은 주로 이러한 방향으로부터 후퇴하거나 망설이는데서 기인하는 것 같다.”³³⁾ 융은 신경증의 원인, 그러한 갈등의 원인을 먼 과거에서 찾기보다 현재에서 찾아야 한다고 보았다. 현재의 갈등으로 정체된 리비도는 전진하지 못하고 퇴행하여 유아적, 원초적 단계로, 즉 과거의 회상으로 돌아가 회상을 활성화시킨다. 이러한 회상의 활성화는 자칫 갈등의 원인을 현재에서 찾기보다는 과거로의 사건을 원인으로 귀결시킬 수 있으나, 이는 (어떤 목적을 위해) 과거의 회상을 이용하는 리비도의 퇴행에 의한 것³⁴⁾이라는 것을 염두에 두어야겠다. 이러한 리비도의 퇴행은 신경증 증상을 발생시키는데, 융은 전이에 대한 설명에서 이러한 신경증의 증상 발생 과정에 관해 이야기하고 있다. “모든 진전은 갈등에 의해 지연되고, 그러한 정지상태의 결과로 정신적 에너지는 명백히 쓸모없는, 여러 방향으로 흐를 수 있다. 교감신경계의 과도한 자극은 위나 장의 신경계 질환을 일으키고 또는 미주 신경(심장)을 자극한다. 환상이나 기억들은 과대평가되고, 의식의 마음을 괴롭힌다. 이러한 상태에서는 병적인 정지를 끝내기 위한 새로운 동기가 필요하다.”³⁵⁾ 어떠한 갈등으로 인해 정체되어 갈 곳을 잃은 리비도(에너지)가 변연계와 뇌간을 포함하는 중추-교감신경계를 활성화³⁶⁾시키고, 그로 인해 우리는 공황발작의 강력한 정동적 측면과 그에 동반된 신체 증상-자율신경계 증상을 겪는다.

가정을 벗어나 사회와 세상으로 전진하여 편입하는 것에 대해 젊은이가 갖

33) Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2007a) : 앞의 책, p41.

34) 한오수(1999) : “Jung CG의 ‘신경증’론-원인론과 관련해서”, 《심성연구》, 14(2), pp46-54.

35) Jung CG(1977) : 앞의 책, para 206.

36) Cardinali DP(2018) : *Autonomic Nervous System basic and clinical aspects*, Springer, Switzerland, p346.

는 두려움은 노인이 죽음을 두려워하는 것과 같은 것으로, 원시 부족에서는 성인식이라는 특별한 의례가 필요한 과정이었다. 성인식의 과정을 통해 자아의식은 상징적 죽음과 재생을 경험하고, 부족의 일원으로, 성인으로 인정받는다.³⁷⁾ 돌봄과 보살핌을 받으면서, 피터 팬의 세계에서 살던 어린 존재는 죽고, 어른으로 다시 태어나야 한다. 무의식의 달콤한 꿈을 뿌리치고, 의식의 발전과 분화를 이루어야 하는 과정은 고통스럽고, 세상에서 겪는 성공과 실패, 기쁨과 좌절, 어려움과 고통들은 모두 온전히 스스로 감내해야 하는 것이 된다. B는 미래에 겪을 일들과 어려움을 견디고 견여나가느니 죽는 게 낫겠다고 생각하는데, 이는 자아의식의 새로운 탄생을 위한 성인식의 죽음-의도적 죽음이 아닌, 퇴행하고자 하는 어린 의식적 태도의 뒷걸음질로, B의 내면에서 살아 숨쉬는 삶으로의 전진에 대한 충동의 발걸음과 부딪히고, 그러한 갈등은 공황발작으로 나타날 수 있다. B에게 노래하는 사람으로 사는 삶 자체는 무척 험난할 것으로 예상되어지고, 그 두려움이 B를 나아가지 못하게 하는데 왜 B는 자신의 미래에 대해 그런 예상을 하게 된 것일까? B는 그 어려움을 감당하기 힘들 정도로 크게 느끼고 갈등의 정체된 상태에 머물러 있다. 현실적인 생활과 그에 따른 고통을 견디고 견여나가기에는 자아가 다소 불안정하고 약하기 때문일까? 인과론적으로 공황발작이 시작되었던 시기는 자신을 키워주셨던 할머니가 돌아가셨던 시기로, B의 부모에의 의존이 불가능해지고, 성인으로서의 삶을 요구받기 시작하면서 그 갈등이 시작된 것으로 볼 수 있다. 그렇다면 합격이 점쳐지던 순간에 공황발작이 나타난 목적은 무엇일까? 저자는 한편으로 가수로서의 삶과 음악에 대한 B의 의식적 태도가 어떤 영향을 끼치고 있는 것은 아닐까 생각해 본다. B는 노래를 부르는 순간에는 그 순간에 집중하며, 그 순수한 즐거움을 느꼈지만, 어느덧 그것은 시험, 합격, 외적인 성공과 관련되기 시작했다. 주변 사람들의 시선을 지나치게 의식하며, 남들에게 인정받는 학교에 입학해야 한다는 생각이 B를 움아매기 시작했다. 준비 기간이 길어지면 남들과 비교하는 마음은 점점 커졌고, 자신 정도면 더 나은 학교에 가야 한다는 마음이 생겨나기 시작했다. 학교는 그 사람의 음악성을 대변해주는 잣대가 되기 시작했다. B는 어느덧 노래와 순수하게 관계 맺지 못하고, 노래는 어떤 수단이 되었고, 음악과 성공에 대한 좁은 시각이 자리 잡기 시작했다. 그런 B에

37) 칼 구스타브 융 엮음, 이부영 외 옮김(2013) : 《인간과 상징》, 집문당, 서울, p143.

게 공황발작은-Pan은 어떤 ‘문’을 연다(B는 특이하게도 공황발작을 ‘문’이 열리는 느낌이라고 표현했다). 문은 안과 밖을 경계 지으면서도 그 통로 역할을 하고, 문이 열리는 것은 어떤 시작을 나타내기도 한다.³⁸⁾ 온 우주의 영³⁹⁾인 Pan이 내면의 ‘문’을 연 이유는, 그 목적은 무엇이었을까 고민해본다.

여기 음악의 기원에 대한 중앙아메리카 신화가 있다.

“어느 날, Tezcatlipoca는 검은 바람의 신을 만들고, 태양으로부터 음악을 가져오게 한다. 바람은 바다에 도착하여 Tezcatlipoca의 조력자인 거북이, 인어, 고래의 도움으로 대양을 건넌다. 그가 오는 것을 본 태양은 그의 음악가들에게 그에게 대답하지 않도록 경고하는데, 그렇게 되면 그를 따라가야 한다고 하였다. 바람이 도착했을 때, 그는 말하는 대신에 노래를 불렀고, 음악가 중 한 명이 그에게 응답하여 그 뒤로 사람들이 기도와 춤을 위한 음악을 연게 되었다.”⁴⁰⁾ 태양으로부터 음악가를 데리고 오는 과정에서 음악가들이 응답하지 않자 바람의 신의 분노가 폭발하여 천둥, 번개가 치고, 하늘은 어두워져 태양의 신이 작아지는 등 엄청난 공포와 두려움을 만들어 낸다는 좀 더 상세한 장면도 있다.⁴¹⁾ 바람의 신은 음악가들을 독차지하려는 태양으로부터 음악가를 데리고 와 온 세상에 음악을 퍼트린다.

바람, 프노이마(Pneuma)는 ‘움직이는 공기’⁴²⁾로 용은 그것이 저절로 생겨나며 그것은 불가사의하고 무시무시한 귀신놀음이어서 원시적 불안이 생겨난다고 하였다. 이어 케냐의 엘고니 노인들이 설명한 ‘불안을 만드는 자’라고 부르는 밤의 신은 “차가운 바람결같이…. 당신에게 오고, 당신은 오한을 느낀다…”며 용은 이것을 아프리카의 목양신 판(Pan)이라고 하였다.⁴³⁾ 인간이 공포스러워 하면서도 신성한 어떤 에너지와 힘으로 경험하는 온 우주의 ‘영’인 Pan은

38) 한국문화기호사전편찬위원회(1992) : 《한국문화상징사전》, 동아출판사, 서울, pp280-283.

39) 마리-루이제 폰 프란츠(2019) : 《창조신화》, 한국용연구원, 서울, p217.

40) Read KA, Gonzalez JJ(2002) : *Mesoamerican Mythology*, Oxford university press, New York, p251.

41) Ober H(1994) : *How music came to the world*, HMC Co, New York-이 책은 동화책으로 작가는 Irene Nicholson의 Mexican and central american Mythology 책을 참조로 다스 쓴 글이라고 한다. 내용 중 수정사항을 언급하고 있는데, 여기 참조한 내용은 수정사항이 아니다.

42) Jung CG, 한국용연구원 C.G. 용 저작 번역위원회 옮김(2006a) : 앞의 책, p215.

43) Jung CG, 한국용연구원 C.G. 용 저작 번역위원회 옮김(2006a) : 앞의 책, p123.

차가운 바람처럼 다가오고,⁴⁴⁾ 그것은 알 수 없는 정신의 접근이자, 어떤 목적이 있는 움직임이다. 아리온, 피타고라스, 오르페우스를 포함한 음악가들과 아홉 뮤즈 여신들을 아우르는 바람의 신은 모든 조화의 생산자로 묘사된다.⁴⁵⁾ 태양이 독자지하고 있는 음악가들은 무의식의 어떤 것들을 형태를 갖추고 정돈하여, 아름다운 음악으로 표현할 수 있는 기능 혹은 활동으로 그것은 바람에 의해 전체 세상과 연결된다. 엠마 용은 음악을 심혼의 객관적 표현⁴⁶⁾이라고 이야기했다. 무의식의 어떤 움직임 혹은 내용들은 의식의 개입을 통해 (형태를 갖춘) 음악의 형태로 드러날 수 있다. 고대 그리스인들은 여러 신성한 제의에서 음악을 사용하였고, 음악을 신들로부터 내려온 특별한 속성으로 여기며, 주술적 능력과 같은 특별한 속성이 음악에 부여되어 있다고 여겼다.⁴⁷⁾ 그리스인들의 음악에 대한 태도는 처음 음악 이론을 연구했다고 알려진 피타고라스학파의 영향을 강하게 받았다.⁴⁸⁾ 피타고라스의 ‘the music(harmony) of sphere’는 지구를 중심으로 규칙적으로 도는 천구들의 움직임에 따른 우주의 음악으로, 7 천구들(달, 금성, 수성, 태양, 화성, 목성, 토성)은 7음계의 음들에 일치하는 비례관계의 음들을 낸다고 여겨졌다. 그 움직임들은 조화롭기 때문에-수적 법칙을 따르기 때문에⁴⁹⁾-협화음을 내지만 인간의 귀에는 들리지 않는데, 인간이 그 소리에 익숙해져 있기 때문이거나 소리가 중단된 적이 없기 때문이라고도 한다.⁵⁰⁾ 리듬과 멜로디는 인간의 귀로 듣기 힘든 천체의 움직임을 모방한 것으로 그것을 통해 우주의 질서를 이해하고 깨달을 수 있고, 피타고라스는 천체가

44) 베트남에서는 바람이 혈관을 타고 들어와 어지럼증을 일으킨다고 믿으며 “hit by the wind”(trung gio) 너무 많은 바람이 들어올 때 실신과 사망에 이를 수 있다고 여긴다: Devon Hinton외(2001) Panic disorder among Vietnamese refugees attending a psychiatric clinic: Prevalence and subtypes. 비슷하게 캄보디아에서도 Khyal이라는 바람 같은 물질wind-like substance이 혈액을 타고 공황발작과 같은 증상을 일으킨다고 믿는다.: Ross G외(2017) The palgrave handbook of sociocultural perspectives on global mental health, p56.

45) Jung CG, 한국용연구원 C.G. 용 저작 번역위원회 옮김(2006b) : 《용 기본 저작집 6권, 연금술에서 본 구원의 관념》, 솔, 서울, 그림 211.

46) 이부영(2009) : 《아니마와 아니무스》, 한길사, 경기도, pp129-130.

47) 타타르키비츠 W, 손효주 옮김(2016) : 《타타르키비츠 미학사 1, 고대미학》, 미술문화, 경기도, pp44-47.

48) 타타르키비츠 W, 손효주 옮김(2016) : 앞의 책, p385.

49) Read J(1966) : *Prelude to chemistry an outline of alchemy*, M.I.T., United states, p248.

50) 타타르키비츠 W, 손효주 옮김(2016) : 앞의 책 p145.

만들어내는 그 음악을 들을 수 있는 유일한 인간으로 알려졌고, 우주의 조화를 리라로 연주하고 노래를 불렀다고 한다.⁵¹⁾ 감정과 의사 결정 사이의 관계에 대한 글을 쓴 에얄빈테르는 아버지의 꿈을 꾸고 난 뒤 떠오르는 가사와 멜로디를 적고, 연주했던 일화를 소개했다. 아버지를 생각할 때 안에서 떠오르는 모습을 노래 가사가 아주 정확하게 표현했기 때문에 감정이 폭발했고, 가사는 손쉽게 적을 수 있었지만, 박자를 붙여 곡을 만드는 데에는 상당한 노력이 필요했으며, 그러한 과정을 수학 공리를 증명하는 일과 비슷하다고 표현하였다.⁵²⁾

그렇게 만들어진 음악은 그림이나 시와 같은 작품들과는 다소 다르게, 노래를 부르는 사람이나 연주하는 사람의 ‘재능’을 통해 표현된다. 그러한 ‘재능’은 어떤 음악적 기교뿐 아니라 다른 무언가이기도 한데, 아마도 B에게 주어진 재능-심혼과의 연결을 통해 인간의 깊은 마음을 접촉하고, 표현할 수 있는 것이고, 그것은 B를 어느 순간 심혼의 일부, 심혼의 악기가 되게 한다. 피아니스트 알프레드 브렌델은 무대에 오르면 음을 생각하지 않고 경험을 만들어내는 것을 생각한다고 하며, 스티비 윈더는 곡을 작곡했을 상태의 감정 상태로 들어가 연주하기 위해 노력한다고 한다.⁵³⁾ 그러한 상황에서 음악가는 아마도 (자아의) 어떤 의도 없음의 상태에 머무르면서도, 한편으로 깊은 그 무엇을 표현, 전달하고자 하는 의식성을 유지할 수 있어야 한다. 음악은 인도하며,⁵⁴⁾ 음악가는 심혼으로부터 그 역할을 부여받는다. 그렇게 전달된 음악은 또한 무의식과의 다리를 만든다. 이부영은 음악이 자아를 무의식의 깊은 곳으로 데려가는 심혼의 작용⁵⁵⁾일 것이라고 했다. 폰 프란츠는 음악이 아폴로와 디오니소스와 관련되며, 오르페우스가 음악을 통해 동물과 인간 사이에 낙원의 평화를 다시 가져왔다고 이야기한다. 그리고 역경의 내용 중 음악에 대한 다음 내용을 제시하고 있다. “(59괘)…… 성스러운 음악과 의식(ceremonies)의 영광은 음의 조화 속에서 모든 마음에서 공유될 수 있는 정감(emotion)의 강력한 흐름을 불러일으킨다. 정감은 모든 창조물의 공통적인 근원에 대한 의식을 깨운다. 이 방식으로 분열은 극복되

51) 서인정(2003) : “피타고라스의 우주의 음악론”, 《미학·예술학 연구》, 18, Dec, pp167-186.

52) 에얄 빈테르 지음, 김진원 옮김(2014) : 《협상가를 위한 감정수업》, 세종서적, 서울, pp239-240.

53) 대니얼 J.레비틴, 장호연 옮김(2008) : 《뇌의 왈츠》, 마티, 서울, p264.

54) 이부영(2009) : 앞의 책 p130.

55) 이부영(2009) : 앞의 책, pp129-130.

고⁵⁶⁾ 경직은 해소된다… (16괘)…… 음악은 마음속의 긴장을 낮추는 힘을 가지고 있고, 모호한 감정들의 지배를 약하게 한다. 마음의 열정은 노래, 몸의 율동적인 움직임과 춤으로 부지불식간에 스스로를 드러낸다… 음악은 인간의 감정을 정화할 수 있도록 설계됨, 엄숙하고 신성한 것으로 여겨진다……. 음악은 보이지 않는 세계와의 다리를 만든다…⁵⁷⁾ 가사의 유무, 음악의 종류와 상관없이 좋아하는 음악을 들을 때 뇌의 default mode network⁵⁸⁾가 활성화된다⁵⁹⁾는 점이 흥미롭다.

융은 “예술가… 궁극적으로 그 안에서 의지를 행사하는 것은 개인인 그가 아니라 작품이다. 사람으로서 그는 기분과 의지와 자신의 목적들이 있을 수 있지만, 예술가로서 그는 더 높은 의미에서 ‘인간’이고, 집단 인간, 무의식적으로 활동하는 인류 심혼의 운반자이며 형성자이다.”라고 했다.⁶⁰⁾ B가 “집단 인간”으로서 심혼의 소리를 전달하게끔 하는 역할 혹은 재능을 부여받은 것은 아닐까 하는 의문을 잠시 가져본다. 융은 “재능있는 자들은 햇불을 드는 사람(torch-bearer)으로 자연 그녀 자신에 의해 높은 지위에 선택되었다.”고 하였다.⁶¹⁾ 앞의

56) 타타르키비츠 W, 손효주 옮김(2016) : 위의 책, p156 “Smyrna의 Theon의 피타고라스 학파에 대한 텍스트 : 플라톤이 뒤를 따랐던 피타고라스학파는 여러 가지 면에서 음악을 대립하는 것들의 조화, 서로 같지 않은 것들의 통일, 적대적인 것들의 화해로 불렀다… 신은 적대적인 요소들을 조화롭게 만드는데, 사실 음악과 의술에서 신의 가장 큰 목표다… 음악은 자연 속에 있는 사물들 간에 일치의 토대가 되며 우주 내에서 가장 훌륭한 통치의 토대가 된다…”

57) von Franz ML(1997) : *Archetypal dimensions of the psyche*, Shambhala, United states, pp127-128.

58) 2001년 Raichle등은 “A Default Mode of Brain Function”이라는 논문 제목으로 default mode network라는 개념을 소개했다. 이 네트워크는 주의를 필요로 하는 목표지향적인 활동을 하는 동안에는 활동이 감소하고, 쉬는-휴식 상태일 때 활동이 증가한다. The Brain’s Default Mode Network Marcus E. Raichle, Annu. Rev. Neurosci. 2015. 38 : 433-447. (외부 자극과 관련이 없는) 휴식상태에서 발생하는 내향적 정신 활동은, “자극과 무관한 생각들(stimulus independent thoughts, SITs)” or 백일몽(daydreams), “자극과 관련된 이미지와 사고task unrelated imagery and thought”, and “자유 연상free association” or “의식의 흐름(stream of consciousness)”로 언급된다. Proceedings of the National Academy of Sciences (2001) vol 98, issue 7.

59) Wilkins RW, Hodges DA, Laurienti PJ, Steen M, Burdette JH(2014) : “Network Science and the Effects of Music Preference on Functional Brain Connectivity : From Beethoven to Eminem” Sci Rep 4, 6130.

60) Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2004) : 《융 기본 저작집 9권, 인간과 문화》, 숲, 서울, pp174-175.

61) Jung CG(1981) : *The development of personality*, Princeton university press, United states, para 252.

사례 A는 음악 작업을 할 때면, 벌레 한 마리가 자신을 조종하는 것 같다는 재미있는 이야기를 했다. A 역시 음악가로서 미래의 삶이 순탄하거나 밝지만은 않을 것으로 생각했지만 자신의 음악으로 위로를 받는 사람이 있다면 그것으로 충분하다고 하였고, 유명한 가수가 된다면 더할 나위 없이 좋겠지만, 그렇지 못하더라도 사람들이 와서 즐길 수 있는 음악 카페를 차리는 것이 자신의 현실적인 꿈이라고 했다. 비슷한 시기에 공황발작을 보고한 A와 B의 음악과 미래에 대해 갖는 사뭇 다른 태도는 나에게 궁금증을 갖게 했다. 물론 나는 B가 얼마만큼의 음악적 재능이 있는지도 알지 못하고, B를 예술가로 볼 수 있을지도 잘 모른다. 하지만 한편으로, 합격의 순간이 점쳐지던 순간에 B에게 찾아온 ‘온 우주의 영’인 Pan은 아마도 의식의 일방적 태도로 인해 닫힌 문을 열고자 했던 것이 아니었을까 생각해 본다. B에게 합격과 성공을 위한 하나의 수단이 되어버린 노래-음악은 본래 신들의 속성으로 여겨지기도 하였으며 조화와 평화, 치유를 가져올 수 있는 신성한 힘을 지닌 깊은 심혼의 표현이자 작용이다. 합격의 기로에 서 있는 B에게 나타났던 공황발작은 B에게 음악을 의식의 좁은 관점으로 바라보는 대신 깊은 수준에서 음악의 의미와 가치를 새롭게 이해할 수 있는 자세를 갖도록 계기를 마련한다. 가수로서 혹은 음악가로서 B는 기존의 의식의 태도를 새롭게 하는, 높은 ‘인간’에 이르러야 하는 성인식을 치러야 하며, 그리하여 B가 그 자체로서 음악에 충실할 때, 순수하게 음악에 담긴 그 무엇과 관계 맺을 수 있을 때, 그것은 더 이상 성공과 실패, 합격과 좌절, 혹은 미래의 어려움으로 B에게 다가오지 않을 것이다. 노래와 음악을 통해 자신의 내면과 연결되는 경험은 B에게 그러한 전진에의 갈등을 초월할 수 있는 새로운 태도를 갖게 할 수 있다. 그렇게 된다면 B는 노래하는 이로써 삶을 향한 전진에 대한 망설임을 떨칠 수 있고, 앞으로의 삶을 조금 다르게 바라볼 수 있지 않을까.

3. C

C는 중학교 때부터 음악 작업을 시작했지만, 주변의 놀림감이 되었고 작업 결과물에 대한 열등감으로 끊임없이 고통 받으면서도 10년 가까이 음악을 포기하지 않고 작업을 해온 20대 초반 남성이다. 공황발작은 고등학교 무렵부터 발생하였으며 지속적인 우울감과 감정 기복, 자해, 자살사고 등의 증상이 있었다. C는 중학교 무렵부터 아르바이트를 해서 집안에 돈을 보태곤 하였고, 어머

니는 다른 형제자매보다는 막내인 C를 많이 의지하였다. C는 어려서 춤과 음악 모두에 관심이 있었는데, 춤으로는 성공하기 더 어렵지 않았냐는 아버지의 조언에 따라 음악을 선택했다고 하였다. 음악에 대한 걱정은 쭉 지속되어 왔는데, 주변의 부정적인 시선 뿐 아니라 자신이 재능이 없는 것 같기도 하고, 음악으로 성공하기 쉽지 않은 여러 상황에 대한 생각들이 든다고 했다. 그러면서도 평소 괴팍하고 예민한데 음악을 듣거나 작업을 할 때는 유해진다고 표현하였고 성공을 위해서 음악을 포기할 수 없으면서도 음악을 통해 사람들에게 이야기를 들려주고 싶다고 하였다. C는 음악과 관련된 교육을 받거나 공부를 하지 못한 상태였고, 자신의 음악적 재능에 대해 끊임없는 열등감에 시달렸다. 자신이 동경하는 사람들을 모두 이겨야 자신이 잘하는 것이라고 여겼고, 자신의 선택이 틀리지 않았다는 걸 증명하기 위해서라도 음악으로 성공하고자 하였다.

C는 아르바이트하는 중 반복적으로 발생하는 공황발작 때문에 성인이 되어 진료를 보기 시작하였고, 다음과 같은 꿈을 반복적으로 꾸는다고 보고하였다. “뒤에서 뭔가 엄청 위험한, 보랏빛 안개 같은 게 계속 쫓아오고, 나는 땅에서 살짝 뜬 상태로 마을을 계속 돌면서 수 시간 동안 도망을 다닌다. 동네는 펜스로 둘러싸여 있어서 밖으로 나가지는 못한다.” C는 뒤에서 쫓아오는 것이 너무나 두려워서 뒤를 돌아볼 엄두조차 내지 못했다. 꿈속의 동네는 태어나면서부터 지금까지 사는 곳으로 다소 폐쇄적이고, 갇혀있다는 느낌이 들고 음악으로 성공해서 자랑스럽게 만들고 싶은 곳이라고 했다. 펜스는 자기 자신이 세운 벽으로 넘어서야 하는 자기 자신인 것 같다고 연상하였다. 안개는 지면에 붙어 있는 구름으로 수증기가 포화된 상태에서 발생하는⁶²⁾ 물의 뜻을 가진 ‘안’과 ‘개’의 합성어로, 신의 계시와 같은 전조나 신비한 능력 또는 모호하며 쉽게 잡히지 않는 인간 정서의 표출물 등을 상징하기도 한다.⁶³⁾ 공기 중에 무엇인가 포화되기 시작했고, 그것은 안개의 형태로 자신을 드러내며, C는 그 무엇인가를 피하기 위해 필사적으로 도망간다. C는 어려서부터 보라색에 대해서는 알 수 없는 반감이 있었고, 불안하고 알 수 없는 색이라고 연상하였다. 보라색을 띠고 C를 쫓는 안개는 C에게 다가와 통합되고자 하는 어떤 것일까? 아니면 C가 연상한 것처럼 C가 그 경계를 뛰어넘도록 하려는 것일까?

62) 한국기상학회 제공 기상학백과 : <https://terms.naver.com/entry.naver?docId=5702057&cid=64656&categoryId=64656>.

63) 한국문화기호사전편찬위원회(1992) : 앞의 책, pp458-459.

얼마 후 그것은 형태를 갖추고 결국 꿈자아를 죽인다. “어두운 밤. 나는 집으로 들어오는 사람들 복부를 찢어 죽이고 있었는데, 보라색 털을 가진 커다란 동물이 나타나서 나를 죽이고 꿈이 끝났다. 나는 그것을 관찰하고 있었다.” 집으로 들어오는 사람들은 모르는 사람들이었고, 꿈자아가 복부를 무언가로 찢어서 죽였으며, 마지막에 나타난 보라색 동물은 네발 동물인데 크기가 자신의 몸의 2배여서 얼굴이나 모양새를 보지 못했다고 한다. 죽는 자신의 모습에 대해서는 저항 같은 걸 하지 않고 받아들이는 듯했고, 자신의 나약한 부분, 남들과 비교하고 자격지심이 많은 부분이 죽었으면 좋겠다고 했다. C는 자신의 집에 들어오자 하는 여러 측면들의 복부-원시적인 본능의 중심이자 정동적 중심⁶⁴⁾-를 찢어 죽여 억압하는데, 억압된 그 무언가는 보라색 털을 가진 커다란 동물의 형태로 나타나 결국 C를 죽인다. 도시, 집의 이미지는 그들의 내용-집이나 도시의 거주자(inhabitant)-을 우리에게 가져다준다.⁶⁵⁾ 집은 꿈에서 흔히 반복되는 상징으로 일반적으로 습관적이거나 물려받은 태도, 습관적인 생활 방식, 또는 집처럼 습득된 어떤 것, 또는 온 가족과 함께 사는 방식을 의미할 수 있다.⁶⁶⁾ C가 태어나서 지금까지 살고 있는 폐쇄적인 마을, 그리고 C의 집은 모두 C가 현재까지 살아온 습관적이거나 물려받은 방식, 전체 가족과 함께 사는 방식으로, 그곳에 보라색 안개와 보라색 털을 가진 동물이 들어온다. 융은 보라색에 대해 이렇게 이야기했다. “보라색은 원형의 색으로, 충동과 잘 어울리는 붉은 색과 정신에 잘 어울리는 파란색으로 이루어진 색이다. 충동은 생리적 역동성으로 또는 일련의 상의 결합으로 의식에 나타나고 누미노제의 힘의 작용을 전개한다. 원형은 충동의 상으로, 심리학적으로 인간 본성이 지향하는 정신적 목표, 더 높은 영역에서의 충동의 복원-충동의 의식적 실현이나 동화를 의미한다.”⁶⁷⁾ 테오도르 압트는 보라색을 위와 아래로부터 동시에 발현되는 정신이라고 표현했다.⁶⁸⁾ 꿈은 C에게 통합되어야 할 충동이자 본능이 아주 강렬하게 C를 뒤쫓고 있다고 말하는 듯하다. C는 실현되고자 하는 그의 본능적 부

64) Jung CG (1938) : *Dream Analysis, notes of the seminar given in 1928-30*, Routledge, New York, pp334-335.

65) Jung CG (1978) : *Aion*, Princeton university press, United states, para 353.

66) Jung CG (1938) : 앞의 책, p39.

67) Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2006a) : 앞의 책, pp76-78.

68) 테오도르 압트 지음, 이우경 옮김(2010) : 앞의 책, p101.

분들을 억압하고-그럼으로써 그는 열등감을 느끼는 것일지도 모르겠다-억압된 그 본능은 결국 거대한 힘으로 C를 압도한다. C의 내면에서는 의미를 지닌 아주 강렬한 충동이 올라오고 있고, 그 강렬한 에너지는 C의 의식성을 잃게 만들 위험, 강렬한 충동적 상태에 사로잡히게 만들 위험도 가지고 있다. C는 그러한 충동을 반복적인 공황발작-집단적 무의식은 일종의 공포, 공황으로 경험될 수 있다⁶⁹⁾-으로 경험하고 있는 듯하다.

기억하는 첫 공황발작은 집안에 대한 걱정 혹은 음악을 계속해도 되는 걸까 하는 걱정을 하는 중에 일어났다고 기억하였다. C는 여러 이유로 학교생활⁷⁰⁾에는 충실하지 못했으며, 가족을 위해 자신이 희생하여 돈을 벌고 어머니에게 버팀목이 되고자 했다. C는 가족들이 싸우거나 형제자매에게 문제가 생겼을 때 과도한 책임감을 느끼곤 했고, 가족을 위해 자신이 희생하며 돈을 벌어서 집안에 생활비를 보태고 어머니에게 자신이 만이였으면 좋겠다는 이야기를 들곤 하였다. C는 가족을 위해 자신의 개인적인 욕구들과 감정들이 존재하지 않은 것처럼 지내왔고, 그런 모습은 꿈에서 자기 삶의 방식에 찾아온 낯선 이들과 익숙하지 않고, 본인의 일부라고 여기지 않는 측면들-을 죽이고 억압하는 모습으로 표현된다. 의식에서 억압된 측면은 무의식으로 더 가라앉아 동물의 형상으로 모습을 드러내고, 그런 C에게 찾아온 보라색 동물은 C를 죽여 그가 더 이상 자신을 억압하는 행동을 하지 못하도록 한다. C가 억압한 자신의 고유한 욕구들과 감정들은 정신적 목표를 지닌 자기보존의 본능으로 생각해 볼 수 있다. 첫 공황발작이 집안과 음악 사이에서 자신의 미래에 대해 고민하던 순간에 일어났다는 것은 주의 깊게 살펴볼 일이다. C에게 음악은 어떤 의미였을까? C가 음악 작업의 결과물에 대해 열등감에 시달리면서도 음악 작업을 통해 만들어 내려고 했던 것은 무엇이었을까? C의 곡은 과연 C에게 무엇이었을까? C는 한 래퍼의 음악을 듣고 가수가 되기로 하였다고 했는데, 그 가수가 (노래로) 자신의 의견을 표현하고, 그것을 강력하게 밀고 나가는 것이 멋있어 보였다고 하

69) Jung CG(1938) : 앞의 책, p75.

70) 융은 1923년 강의한 Child development and education에서 다음과 같이 언급하고 있다. “매우 중요한 것은 학교가 젊은이들이 그의 가족들과의 무의식적 동일시로부터 자유로워지게 하고, 스스로에 대해 적당히 의식적이 되도록 해야 한다는 것이다. 이러한 의식 없이는 그는 그가 정말로 원하는 것이 무엇인지 알 수 없고 오해받고 억압된 느낌을 가지면서 항상 모방적이고 의존적인 상태에 머무르게 될 수 있다.” Jung CG(1981) : 앞의 책, para 107a.

였다. C는 음악으로 이야기를 들려주고 싶다고 하였고, 곡을 통해 자신만의 무언가를 만들어 내고 표현하고자 하였다. 가족을 위해 자신을 억압하며 살아온 C에게 음악 작업은 그 자신의 고유한, 개인적인 의견과 감정들, 욕구들을 표현하고 드러낼 수 있는 방법이었고, 초기에 그것은 욕이 포함된 과격하고 공격적인 형태의 음악이었다. 강렬하고 정돈되지 않은 감정들과 무의식의 내용은 음악이라는 통로를 통해 그에게 닿았고, C는 음악으로 자신의 존재를, 자신 안에서 올라오는 것들을 주장하고자 했고, C가 음악을 포기할 수 없었던 이유는 음악 작업을 통해 만들어 냈던 작품을 통해 자신의 일부분을 경험할 수 있었기 때문일 것이다. 그러나 C에게 다가온 원형의 색인 보라색을 띠는 커다란 동물-본능과 충동-은 단순히 음악을 통해 충족되거나 표현되기만을 원하지 않고, C의 삶에서, '더 높은 영역'에서 의식적으로 실현되고, 동화되기를 원한다. C의 태도는 음악가로서의 삶과 그의 개인적인 삶 사이에서 일종의 구획중후군 같은 것을 형성하고 무의식의 충동은 폐쇄적이고 습관적인 방식의 그의 개인적인 삶에 강력하게 다가온다. 처음엔 C에게 음악이 그의 일부를 표현하고 드러낼 수 있는 통로였으나, 음악이 기존의 삶의 방식을 고수하기 위해 형성된 자신만의 유아적 안식처 같은 역할, 무의식적인 수준에서 충동을 만족시키는 역할만을 하게 되면서 C는 그러한 음악 작업의 결과물 때문에 점점 열등감에 시달리게 된다. 또한 C는 어느덧 음악이 일처럼 느껴지기 시작했으며, 자신이 틀리지 않았다는 것을 증명하고자 음악을 통해 성공하고자 하였고, 자신이 동경하는 사람들을 모두 이겨야 잘하는 것이라고 판단하며, 다른 사람들을 모두 이겨 자신이 우월하다는 것을 보여주고자 하였다. 그러한 태도는 권력, 힘(power)의 관점으로 "그가 나보다 강한가? 내가 그보다 더 힘이 센가?"⁷¹⁾의 기준을 만들고, 우월하고자 하는 욕망, 권력의지는 그들이 할 수 있는 사회적 역할보다는 상용(相容)할 수 없는 욕구와 충동의 만족을 중요시한다.⁷²⁾ 권력의 관점에서 자신을 주장하는 것은 자기보존의 충동⁷³⁾에 상응하는 것으로, 자기보존 본능이

71) Jung CG(1988) : *Nietzsche's Zarathustra, notes of the seminar given 1934-9*, Routledge, p1353.

72) Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2007a) : 앞의 책, p34.

73) 폰 프란츠는 "넓은 의미에서 권력은 개체의 자기보존 본능에 상응한다... 성과 자기보존은 인간에게 사랑과 권력으로 나타난다. 사랑은 성을, 권력은 자기보존 본능을 포함한다." 라고 하였다. 마리-루이제 폰 프란츠, 홍숙기 옮김(2017) : 《영원한 소년과 창조성》, 한국융연구원, 서울 p263.

적절히 충족되고 표현될 수 있다면, 적절한 형태로 자신의 권력을 주장하고 요구할 수 있을 것이다. C에게 필요했던 자기 자신을 주장하는 것, 그것은 동물적 본능이자, 전체 개인의 실현을 목적으로 하는 역동이기도 하다. 그러나 의식에서 자기보존 본능이 실현되지 않으면 아래에서는 점점 불어나 과대해지고, 그로 인해 의식에서는 열등감을 느끼고, 무의식적인 과도한 권력 욕구로 드러날 수 있다. 다음 꿈은 C가 자신의 내면과 접촉하며, 변화하는 모습을 보여준다.

얼마 뒤 C는 다음과 같은 꿈을 보고 하였다. “동굴을 계속 걷는 꿈. 몇 년을 걷는. 동굴 안에 노란 별 같은 게 반짝여서 길이 보이고, 혼자서 걸어가는 중. 의심 없이 길을 걸어간다” C는 자신이 처음으로 아무도 걸어가지 않는 길을 걷는 인간인 것 같다고 하였다. C는 동굴의 길에 대해 그렇게 무섭게 느껴지지 않았으며, 갈래길도 있고 내리막길도 있고, 목표가 있다면 괜찮을 것 같다고 하였다. 동굴 안의 노란 별은 길을 밝혀주는 역할을 한다. 동굴은 무의식의 어둠과 고립이자,⁷⁴⁾ 깊은 내적 자연을 상징한다.⁷⁵⁾ C는 그 동굴을 걸으면서 무엇을 경험하는 걸까? 그는 자신이 가족의 문제에 계속 개입하다가는 자신이 죽을 수도 있겠다는 생각이 들었다고 한다. 형제들의 문제는 형제들 각자가 해결해야 할 것 같고, 자신이 막내처럼 지내지 못해 서운했던 점을 부모님에게 이야기했을 때 부모님이 사과해 준 것이 무척 위안이 되었다고 한다. C가 자신의 내면에 관심을 기울이고 솔직한 감정들과 생각들을 표현하기 시작하면서 그는 그동안의 자신의 관점과 행동방식을 바꾸어 나가기 시작했다. 다소 과격하고 공격적이었던 기존의 음악성을 바꿔나갔고, 음악을 일처럼 여기면서 돈을 벌고 성공해야 되겠다는 생각 대신, 다른 일을 하면서도 음악을 할 수 있겠다고 여기게 되었다. 지금도 음악으로 성공하고 싶은 마음이 있지만 가볍게 하는 것 같고, 다시 산다고 생각하고 새롭게 시도하는 것 같다고 하였다. 그러면서 C의 공황발작은 점점 줄어들어 갔다, C는 점차 성공과 비교, 서열이라는 외향적-힘의 관점으로 자신을 평가하지 않고, 자신만의 내면에, 자신만의 음악에 집중하기 시작하며 내향화된 태도로 음악 작업을 하게 되었다. C가 새로워진 태도로 음악 작업을 하게 되면서 그는 스스로 (그의 표현에 따르면) 음악성

74) Jung CG(1993) : *Psychology and alchemy*, Princeton university press, United states, para 197.

75) Boa F(1992) : *The way of the Dream conversations on Jungian dream interpretation with Marie-Louise von Franz*. Shambhala, Boston, p180.

을 바꾸었는데, 그의 개인적 인격의 변화와 더불어 음악적 영역에서도 어떤 변화가 동반된다. 그의 갱신된 자세를 통해 리비도는 다시 흐르며 (갈등으로 인해 정체되어 쓸데없는 곳으로 향하지 않기 때문에) 공황발작은 나타나지 않고, 그러한 에너지들이 C의 음악적 영역으로도 흘러 들어가 새로운 형태를 취하게 되는 것으로 생각해 볼 수 있다. 음악성의 변화에 대해 다른 관점에서 살펴 보자면, 폰 프란츠가 이야기한 “예술가라는 것으로부터 치유”를 고려해볼 수 있는데, 예술가는 자신의 작품들의 발달을 통하여 자신의 문제를 벗어날 수 있고, 작품을 살아냄으로써 한 걸음 더 나아가 다음 작품의 진전을 이룰 수 있다.⁷⁶⁾ C가 자신의 ‘곡-음악’을 살아낸 것이라면, 그의 다음 음악은 앞으로 나아가 발전할 수 있다.

여전히 C는 원형경기장에서 사자와 싸우는 꿈을 꾸기도 하지만, 그것을 더 이상 공황발작의 형태로 경험하지는 않는다. 콜로세움에서 C는 자신에게 덤벼드는 수사자 한 마리를 겨우 무너뜨렸고, 두 번째 사자를 마주하며 꿈에서 깬다. C는 사자를 압도적인 존재로 연상하였고, 창은 효과가 없어서 힘들게 목도 조르고 하여 겨우 무너뜨렸다고 했다. 경기장에 보는 사람도 많은데 내가 이기지 못하면 창피할 것 같았고, 자신이 이길 수 있는 걸 보여주고 싶기도 했다고 한다. 그러면서 자신이 맞아도 좋고 때려도 좋으니 (사자와) 직면하고 싶은 것 같다고 했다. 원형경기장은 마법원 혹은 만다라로 정신의 의식적 측면과 무의식적 측면 전체를 아우르는 Self의 상징으로 볼 수 있고, 의례적인 만다라의 중심을 둘러싸고 있는 원형의 경계는 항상 외부로부터의 방해뿐 아니라 폭발 또는 분열을 막아주고 대극을 화해시키는 목적을 갖는다.⁷⁷⁾ 사자는 왕, 강력한 본능적 에너지, 욕구이고 왕실의 문장에서 사자는 엄청난 용기와 힘, 권력을 상징한다.⁷⁸⁾ C는 원형경기장 안에서 수사자와 맨손으로 싸우고, 수사자 한 마리를 제압하는 데 성공한다. 그는 자신의 강력하고 압도적인 본능적 에너지-본능에 사로잡혀 충동적이 될 경우 권력욕이나 야생적 욕구⁷⁹⁾로 나타날 수 있는-를 극복하고자 애쓰고 있다. 그가 그러한 충동성을 극복하는 데 성공한다면, 그 충동이

76) 마리-루이제 폰 프란츠, 홍숙기 옮김(2017) : 앞의 책, pp62-65.

77) von Franz ML(2004) : *The passion of Perpetua*, Inner city books, Toronto, pp58-59.

78) Jung CG(2008) : *Children's dreams*, Princeton university press, United Kingdom, p63.

79) 모든 것을 원하는 유치한 야생적 욕구들-마리-루이제 폰 프란츠, 이상익 옮김(2022) : 《연금술》, 한국융연구원, 서울, p126.

가지는 정신적 목표-아마도 자아의식의 힘과 용기, 권리-를 의식적으로 실현해 나갈 수 있고, 그 에너지가 음악적 영역으로 흐를 수 있다면 그는 또한 음악가로서 그의 독창성과 창조성을 표현해 낼 가능성도 갖게 될 수 있을 것이다.

나가는 말

글을 쓰던 중 글쓴이는 다음과 같은 꿈을 꾸었다. “고속도로. 톨게이트 부분을 지나는데 앞에 어떤 트럭 운전하는 할아버지 때문에 속도를 늦추고 아주 느릿느릿 간다. 톨게이트를 지나 앞으로 가로질러 가보니 차들이 정체. 도로에 물개와 커다란 곰이 충돌해서 곰이 피를 흘리고 쓰러져 있다. 그래서 차가 밀리는 중이었다.” 이 논문의 중간 정도 작업을 하던 중 이 꿈을 꾸었는데, 당시 한동안 몸이 아팠고, 몸이 어느 정도 회복된 후에야 글을 다시 쓸 수 있었다. 인간의 정신 안에서 어떤 강력한 것이 몰아칠 때, 그것은 인간의 다른 부분과 충돌하고 그것이 이해되지 못하는 상태에서 인간은 단지 갈등과 그로 인한 대극성의 표현이 된다. 정체된 에너지가 어떠한 작품이나 다른 형태로 흘러가지 못한다면, 일종의 신경증의 형태로 나타날 수도 있겠다는 생각이 든다. 어떤 창조적 충동은 외부의 구체적 형태를 지니고 드러나야 할 수 있는데, 인간의 일부 혹은 다른 본능을 손상시키면서도 구체적으로 창조되어야 하는 어떤 작품으로 나타나야 할 수도 있다. 물론 그 창조적 충동은 전체 정신의 실현-인격의 창조적 변환으로도 바라볼 수 있다.⁸⁰⁾

A, B, C는 모두 자살사고에 시달리곤 했고, A는 여러 차례 죽임을 당하는 꿈을 꾸곤 했으며, C는 보라색 털을 가진 괴물에게 죽임을 당하는 꿈을 꾸었다. 이 꿈들은 다르게 해석될 수 있는 여지들이 분명히 있다. 이들의 의식의 어떤 측면들은 무의식의 상에 의해 쉽게 억압되고 자아의 안정성을 유지하지 못한 채로 어떤 내용들이 다듬어지지 않은 형태로 표현될 가능성이 있다. 초기에 A 어둡고 힘들기만 한 곡을 쓸 때 2번째 어두운 인격이 나타나 작업을 하고, 공격적이고 힘든 가사들이 나온다고 하였다. C 역시 욕이 포함되고 과격하고 공격적인 곡을 쓰곤 하였었다. 의식 상황들에 대한 여러 문제를 해결해 나가며,

80) 김계희(2013) : “창조적 글쓰기가 개인 및 시대에 미치는 치유적 작용”, 《심성연구》 28(1), p2.

자아 강도가 점차 강해지면서 A와 C의 음악에도 변화가 찾아왔다. 글쓰이는 음악에 대해 잘 알지 못하지만, 기존보다 더 따뜻하고 부드럽게 접할 수 있다는 느낌을 받았다. 청소년기 후반-초기 성인기에 발생하는 자살사고는 여러 측면에서 살펴보아야 하겠지만, 용이 청년기의 문제에 관해 이야기한 부분에서 어떠한 목적의미를 지니는지 생각해 볼 수 있다.: “청년기의 시기에 모든 문제에 결부되어 있는 것 같이 보이는 어떤 특정한 특징……. 그것은 어린 시절의 의식단계를 고수하려는 경향으로 어떤 것이 완전히 무의식적으로 어린애인 상태로 남아있고 싶어 하고, 혹은 최소한 그의 자아만을 의식하고, 어떤 것을 거절하고자 하며 혹은 최소한 자아 자신의 의지를 억누르고 아무것도 하려고 하지 않거나 또는 최소한 자기 자신의 욕망이나 힘을 관찰하고 싶어 한다.”⁸¹⁾ 의식의 발전과 분화는 자연에 의해 인간에게 주어지고 요구되어지며, 청소년-초기 청년기의 시기에 어린 시절의 의식단계는 죽고 새로워져 자아의식의 힘과 안정성이 공고해지며, 무의식으로부터 분리되어 집단적 의식의 세계에 자리를 잡는다. 그런 면에서 그 시기에 음악과 밀접한 관계를 맺는 이들은 어쩌면 무의식으로부터의 분리가 분명히 이루어질 수 없고, (여러 상황과 환경에의 영향이 더해져) 자아의식의 분화와 안정성이 상대적으로 불안정하여 A, B, C가 겪는 것처럼 여러 증상으로 고통받는 것일지도 모르겠다. 물론 이는 원인과 결과를 반대로 생각할 수도 있는, 혹은 원인과 결과가 아닌 하나의 현상일 수도 있는, 가정일 뿐이다.

A는 예술적 감수성이 풍부하고, 자신이 내면에서 접촉한 어떤 것을 현실적인 결과물의 형태로 창조하고 변환시키는 능력이 뛰어나지만, 폭넓고 강렬한 감정들 속에서 종종 자신을 잃곤 했다. A에게 공황발작은 그러한 감정적 소용돌이에서 한 발짝 비켜서서 자신의 상황을 객관화하고 그에 맞는 생각을 해보도록 한다. B는 노래하는 이로서의 삶을 사는 것에 대한 두려움으로 인해 삶에 온전히 자신을 내맡겨 자신의 미래를 만들어가지 못하며, 그러한 전진에의 갈등과 정체는 공황발작의 형태로 B에게 강렬하게 다가온다. B가 성공과 합격을 위한 노래 대신, 예전처럼 노래를 부를 때의 그 순수한 즐거움을 느끼면서 음악-자신의 심혼과 올바른 관계를 맺고 노래할 수 있다면, B는 그러한 갈등을 뛰어넘어 미래에 감당하고 견뎌내야 할 어려움을 이전과 다르게 받아들일

81) Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2004) : 앞의 책, pp79-80.

수 있고, 그러한 정체는 해소될 수 있을 것이다. C는 가족을 위해, 어머니를 위해 자신의 일부를 억압했고, 음악을 통해서 자신의 억압된 일부들을 충족하고자 하였다. C는 자신의 본능적 욕구를 음악을 통해 경험하고 표현하고자 하였으나 음악으로 성공하여 자신을 내세우는 것이 아닌 본래의 문제에 다다라야 했다. C에게 반복적으로 찾아오는 공황발작은 자기보존의 충동으로, 개인적 욕구와 감정, 의견들-자기 자신을 주장하는 것을 의식적으로 실현, 동화시켜 나가도록 한다. 세 사례에서의 공황발작은 각기 다른 의미가 있는 것처럼 보이지만, 청년기 이전 시기의 의식 수준으로부터 새로워질 것을 촉구하는 무의식의 강력한 접근이라는 공통점이 있다.

세상과 삶으로 전진해야 하는 젊은이들은 어리고 유아적인 의식의 태도를 희생하고 ‘성인’이 되어야 하는 성인식을 겪어야 하며, 그 과정을 망설이는 이들은 신경증을 겪는다. 음악을 하는 젊은이들 역시 그러한 신경증을 겪을 수 있다. 자연에 의해 선택받은 그들의 자아가 어떤 이유로 인해 협소하고 경직된 자세와 관점을 갖게 될 때, ‘자연의 신’, ‘온 우주의 영’은 고통스러운 공황발작의 모습으로 자신을 드러내 그들의 태도와 관점의 새로워짐을 촉구한다. 무의식과 가까이 있는 그들은 자살 충동에 시달리기도 하는데, 이는 무의식의 품으로 돌아가고자 하는 퇴행적 욕구인 동시에 새로운 인격의 탄생을 목적으로 하는 충동이기도 하다. 그들이 그러한 고통 속에 숨겨진 의미를 이해하고 깨달을 수 있다면 음악가로서의 성인식을 성공적으로 마치고, 음악가-예술가로서의 책무, ‘높은’ 인간으로 무의식의 창조적 영역과 순수하고 진실한 관계를 맺는 예술가로서의 가능성을 갖게 될 수 있을 것이다.

이 글의 시작은 음악을 하는 이들이 고통스러워하는, 잘 조절되지 않는 공황발작에 대한 의문이었으나, 글을 쓰면서 청년들의 신경증이 어떠한 것을 목적으로 하는지 이전보다 폭넓게 생각해 볼 수 있게 된 것, 그리고 한편으로 음악가들 역시 어떤 의미에서는 어떠한 소명을 받은 이들일 수 있다는 의문을 품게 된 것, 신경증의 의미를 통합하고자 하는 의식의 태도의 중요성을 느끼게 된 것에 만족하고자 한다. 공황발작의 의미에 대한 궁금증에서 시작한 이 글은 결국은 다른 질문들을 남기고 끝을 맺는데, 지금은 여기까지가 최선인 듯하다.

이 글은 많은 제한점을 가진다. 공황발작으로 나타날 수 있는 수많은 갈등요인과 목적 중 일부만만이 다루어졌다. 공황발작의 형태로 우리에게 다가오

는 것의 의미는 각각의 사례와 상황에 따라 다를 것이고, 어떠한 신(神)이 우리를 찾아오는 것인지 잘 살펴야 할 것이다. 이 글의 가장 큰 한계는 각 사례자가 겪고 있는 여러 고통 중에서 공황발작만을 분리하여 보았기 때문에, 사례를 전체적으로 바라보고 이해하지 못한 부분이다. 비슷한 시기에 비슷한 증상을 가진 이들이 내원하여 그들의 생활에 큰 영향을 주는 공황발작을 주로 호소하기 시작하면서, 증상의 의미에 대한 의문을 갖기 시작했기 때문에 생긴 제한점이다. 몇 년 전 가수를 준비하는 연습생들의 공황발작이 잘 조절되지 않았던 것에 대한 궁금증과 당시 그 증상의 심리적 의미를 이해하지 못해 안타까운 마음이 남아 있던 것도 한몫할 것이다. 더불어 아직은 경과관찰 중인 사례들을 대상으로 이루어졌다. 음악가-예술가들이 겪는 신경증이 그의 개인적 또는 집단적 문제 그리고 예술가로서의 문제와 어떻게 관련되고, 어떻게 이해될 수 있는지에 대한 깊이 있는 관찰과 종합적 이해가 부족하며, 이는 앞으로의 숙제로 남은 듯 하다.

브루노 괴츠의 『공간 없는 나라』는 피아니스트이자 작곡가를 추모하는 다음과 같은 시로 시작한다. 이 시를 끝으로 글을 마치고자 한다.

“... 우리 뱃사람들은 아직 발견되지 않은 땅을 찾아 길을 떠났다.

그러다 밤과 공포가 우리를 엄습하면
너는 새 고향의 자유의 노래를 불러다오.
그러면 모든 유령이 가벼운 숨털처럼 떠나가 버린다.

리듬과 유투 속에 세계가 녹아 환해지고,
별들로부터 늦은 행복이 안개비로 내리며,
공간없는 나라가 태양처럼 우리를 비춘다.”⁸²⁾

참 고 문 헌

김계희(2013) : “창조적 글쓰기가 개인 및 시대에 미치는 치유적 작용”, 《심성연구》, 28(1).

대니얼 J. 레비틴, 장호연 옮김(2008) : 《뇌의 왈츠》, 마티, 서울.

대한신경정신의학회편(2016) : 《신경정신의학》, (주)아이엠이즈컴패니, 서울.

마리-루이제 폰 프란츠(2017) : 《영원한 소년과 창조성》, 한국융연구원, 서울.

82) 마리-루이제 폰 프란츠, 홍숙기 옮김(2017) : 앞의 책, pp227-228 재인용.

- _____ (2019): 《창조신화》, 한국용연구원, 서울.
- _____ (2022): 《연금술》, 한국용연구원, 서울.
- 신서희(2017): “최근 5년간 공황장애 환자의 진료경향 분석”, 《정책동향》, 11(4).
- 서인정(2003): “피타고라스의 우주의 음악론”, 《미학·예술학 연구》, 18, Dec.
- 아폴로도로스 지음, 천병희 옮김(2016): 《원전으로 읽는 그리스 신화》, 도서출판 숲, 경기도.
- 오재영(2014): “국내 대학병원 공황장애 환자들의 임상적 특징에 대한 연구: 다기관, 후향적 연구”, 《대한불안의학회지》, 10(1).
- 예리히 노이만 지음, 이유경 옮김(2010): 《의식의 기원사》, 분석심리학연구소, 서울.
- 예알 빈테르 지음, 김진원 옮김(2014): 《협상가를 위한 감정수업》, 세종서적, 서울.
- 이부영(1999): “Jung CG의 ‘신경증’론”, 《심성연구》, 14(2).
- _____ (2009): 《아니마와 아니무스》, 한길사, 경기도.
- 이희희 엮음(2009): 《세계 민담전집 17 중국 한족 편》, 황금가지, 서울.
- 이호영(1992): 《공황장애》, 중앙문화사, 서울.
- 이현주(2019): “한국인에게 나타나는 공황장애의 신체적 증상 및 유발 요인의 특징”, 《J Korean Neuropsychiatr Assoc》, 58(4).
- 지그문트 프로이트, 황보석 옮김(2017): 《프로이트 전집 10, 정신병리학의 문제들》, 열린 책들, 경기도.
- 지빌레 비르크호이저-왜리 지음, 이유경 옮김(2012): 《민담의 모성상》, 분석심리학연구소, 서울.
- 진쿠퍼, 이윤기 옮김(2019): 《그림으로 보는 세계 문화 상징사전》, 까치글방, 서울.
- 칼 구스타브 융 엮음, 이부영 외 옮김(2013): 《인간과 상징》, 집문당, 서울.
- 테오도르 압트 지음, 이유경 옮김(2010): 《융 심리학적 그림 해석》, 분석심리학연구소, 서울.
- 하인리히 칠편(2000): 《인도의 신화와 예술》, 대원사, 서울.
- 한국기상학회 제공, 기상학백과: <https://terms.naver.com/entry.naver?docId=5702057&cid=64656&categoryId=64656>.
- 한국문화기호사전편찬위원회(1992): 《한국문화상징사전》, 동아출판사, 서울.
- 한오수(1999): “Jung CG의 ‘신경증’론-원인론과 관련해서”, 《심성연구》, 14(2).
- 타타르키비츠 W, 손효주 옮김(2016): 《타타르키비츠 미학사 1, 고대미학》, 미술문화, 경기도.
- APA, 권준수 외 옮김(2018): 《DSM-5 정신질환의 진단 및 통계 편람 제5판》, 학지사, 서울.
- Boa F(1992): *The way of the Dream conversations on Jungian dream interpretation with Marie-Louise von Franz*. Shambhala, Boston.
- Cardinali DP(2018): *Autonomic Nervous System basic and clinical aspects*, Springer, Switzerland.
- Chevalier J, Gheerbrant A(1996): *The Penguin Dictionary of Symbols*, Penguin Books,

- England.
- Graves R(1960) : *The Greek Myths*, Vol 1, Penguin Books, England.
- Jung CG, 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2004) : 《융 기본 저작집 9권, 인간과 문화》, 솔, 서울.
- 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2006a) : 《융 기본 저작집 2권, 원형과 무의식》, 솔, 서울.
- 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2006b) : 《융 기본 저작집 6권, 연금술에서 본 구원의 관념》, 솔, 서울.
- 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2007a) : 《융 기본 저작집 1권, 정신요법의 기본문제》, 솔, 서울.
- 한국융연구원 C.G. 융 저작 번역위원회 옮김(2007b) : 《융 기본 저작집 3권, 인격과 전이》, 솔, 서울.
- _____ (1938) : *Dream Analysis, notes of the seminar given in 1928-30*, Routledge, New York.
- _____ (1977) : *Two Essays on Analytical Psychology*, Princeton university press, United states.
- _____ (1978) : *Aion*, Princeton university press, United states.
- _____ (1981) : *The development of personality*, Princeton university press, United states.
- _____ (1988) : *Nietzsche's Zarathustra*, notes of the seminar given 1934-9, Routledge.
- _____ edited by Douglas C(1997a) : *Visions 2, Notes of the seminar given in 1930-1934*, Princeton university press, United states.
- _____ edited by Douglas C(1997b) : *Visions 1, Notes of the seminar given in 1930-1934*, Princeton university press, United states.
- _____ (1993) : *Psychology and alchemy*, Princeton university press, United states
- _____ (2008) : *Children's dreams*, Princeton university press, United Kingdom.
- Neumann E(1971) : *Amor and Psyche*, the psychic development of the feminine, Princeton university press, united states.
- Ober H(1994) : *How music came to the world*, HMCo, New York.
- Read J(1966) : *Prelude to chemistry an outline of alchemy*, M.I.T., United states.
- Read KA, Gonzalez JJ(2002) : *Mesoamerican Mythology*, Oxford university press, New York.
- Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz P(2007) : *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry*, Wolters Kluwer, Philadelphia.
- von Franz ML(1997) : *Archetypal dimensions of the psyche*, Shambhala, United states.
- _____ (2004) : *The Passion of Perpetua*, Inner city books, Toronto.
- Wilkins RW(2014) : "Network Science and the Effects of Music Preference on Functional Brain Connectivity: From Beethoven to Eminem" *Sci Rep* 4.

Shim-Sŏng Yŏn-Gu 2022, 37 : 1

〈ABSTRACT〉

**The Meaning of Panic Attacks
in Three Young People who Play Music**

Kikyong Yi, M.D. **

This text is an attempt to understand the psychological meaning of panic attacks occurring in the young people in their early twenties who play music. A panic attack is a type of anxiety neurosis known to occur primarily in their twenties and is characterized by extreme fear and terror accompanied by various symptoms in the autonomic nervous system. Situations with occurring panic attacks were examined in three cases combined with panic attacks and mood swings, suicidal ideation, and self-mutilating behaviors, and the psychological meaning of panic attacks was reviewed for each case. In the first case, panic attacks make one think or reflect with consciousness for someone who wants to remain unconscious. In the second case, for one who hesitates to move forward in life and finds oneself in conflict, panic attacks open the inner mind and allow one to come in touch with one's deeper mind, thereby opening possibilities to transcend the conflict. In the third case, one experience the instinct and impulse of desiring to realize the unconsciousness as panic attacks and thereafter consciously realize the impulse as well. Their panic attacks, which all seem to have different meanings, are likely a powerful approach of the unconsciousness to urge a renewal from the consciousness level of the youth period.

KEYWORDS : Young people; Panic attack; Music; Analytical psychology.

***Yongin Mental Hospital, Yongin, Korea*