

5부

융(C. G. Jung)과 함께 읽는 회복의 12단계 대장정

융의 두 임상 사례 — 남성 '사업가'의 여정과 어느 여성의 하강

융의 임상 기록 — 알코올중독의 정신병리

1) 숫자로 본 뷔르크힐출리

1900년부터 1904년 사이 뷔르크힐출리에 입원한 환자 1,325명 가운데 325명이 '알코올중독'으로 기록되었다(CW 3, para. 328). 입원 환자 네 명 중 한 명꼴이다. 이 가운데 융이 직접 치료를 맡은 알코올중독 환자는 연평균 약 5명이었다.

2) '퇴행' 개념 — 시대의 렌즈

융의 사례 기록을 읽을 때는 당시의 진단 언어를 감안해야 한다. 19세기 후반의 정신 의학을 지배한 것은 퇴행(degeneracy) 이론 — 정신질환을 세대를 거치며 악화되는 유전적 퇴화의 표현으로 보는, 모렐(B. A. Morel) 이래의 관점 — 이었다. 당시의 알코올중독 진단 역시 이 '퇴행' 개념과 결부되어 있었다. 따라서 기록에 남은 환자들은 알코올중독 스펙트럼의 극단에 있는 이들, 곧 단순한 알코올 의존을 넘어 다른 정신병리 증상까지 함께 보이는 경우가 많았다.

3) 일차 질환이 아니라 이차 현상 — 이중진단의 선구

주목할 것은 융의 진단적 관점이다. 그는 알코올 문제를 오늘날처럼 하나의 독립된 증상 범주로 분류하는 접근을 취하지 않았다. 그에게 알코올중독은 일차적(primary) 질환이 아니라, 대부분 다른 정신병리와 함께 나타나는 이차적 현상이었다. 즉 그의 임상 관점에서 알코올 문제는 흔히 오늘날의 이중진단(dual diagnosis) 구조 안에 있

었다. 환자는 술을 끊어야 하지만, 동시에 그 배후에 있는 근본 정신병리를 다루어야 한다는 것이다.

앞서 본 1992년 합의 정의가 알코올중독을 '일차적 질환'으로 선언한 것과 용의 관찰 사이에는 분명한 긴장이 있다. 그러나 이 긴장은 모순이라기보다 상호 보완에 가깝다. '일차성' 선언은 치료의 순서에 관한 것이다 — 먼저 술을 멈추지 않으면 어떤 치료도 시작되지 않는다. 용의 '이차성' 관찰은 치료의 깊이에 관한 것이다 — 술만 멈추면 끝났다고 믿는 순간 재발이 시작된다. 임상은 이 두 진실을 모두 필요로 한다.

4) 알코올 남용의 임상 효과

용은 알코올 남용이 다음과 같은 결과를 낳는다고 정리했다.

- 자아의 과도한 강조(over-accentuation of the ego)
- 다양한 증상의 주기적 발생
- 과민성(irritability)
- 우울(depression)
- 기존 성격 이상 특성의 악화
- 히스테리적 특성
- 일반적 퇴행 경향

한 세기 전의 목록이지만, 오늘의 임상가가 고쳐 쓸 대목은 거의 없다. 특히 첫 항목 — 자아의 과도한 강조 — 은 따로 살펴볼 가치가 있다. 언뜻 역설적으로 들리기 때문이다. 알코올은 자아의 경계를 녹이는 물질인데, 어떻게 자아를 비대하게 만드느냐
용 심리학은 이 역설을 팽창(inflation) 개념으로 푼다(CW 7 참조). 자아가 자신보다 큰 것 — 무의식의 에너지, 합일 체험의 누미노제 — 과 접촉하면서 그것을 제 것으로 동일시할 때, 자아는 신적 전능감으로 부풀어 오른다. 술 취한 사람의 과대성 —

“내가 누군지 알아?” — 은 정확히 이 구조다. 화학적으로 빌려 온 전체성의 에너지를 자아가 제 옷인 양 걸치는 것이다. 그리고 팽창의 대가는 언제나 같다. 술이 깨면 자아는 빌린 옷이 벗겨진 채 전보다 더 초라해져 있고, 이 수축을 견디지 못해 다시 팽창의 잔을 찾는다. 중독의 회로가 닫히는 지점이다.

A.A.의 통찰은 여기서도 융과 만난다. 12단계 작업의 표적이 음주 행위 자체가 아니라 “이기심과 자기중심성(selfishness, self-centeredness)” — 빅북의 표현으로 “우리 문제의 뿌리” — 라는 점은, 알코올중독의 핵심 병리를 자아 팽창으로 본 융의 관찰과 정확히 포개진다.

5) 강박 — 의지를 좌절시키는 신비

융은 알코올중독을 포함한 모든 중독의 한가운데에 강박(compulsion)이 있음을 이해했다. 그는 이렇게 썼다.

강박은 인간 삶의 위대한 신비이다. 그것은 우리의 의식적 의지와 이성을 좌절시키는 요소이며, 우리 안에서 때로는 모든 것을 집어삼키는 불꽃처럼, 때로는 생명을 주는 따뜻함처럼 나타난다.

— CW 14, para. 1517

강박이라는 말을 융의 어휘로 옮기면 콤플렉스의 자율성이 된다. 공교롭게도 융이 콤플렉스 개념을 실증적으로 정립한 곳이 바로 알코올중독 환자들을 치료하던 뷔르크홀츨리였다. 단어연상검사(word association test) 연구에서 융은 특정 자극어 앞에서 반응 시간이 지연되고 생리적 동요가 일어나는 현상을 관찰했고, 그 배후에 감정으로 충전된 자율적 심리 내용 — 콤플렉스 — 이 있다고 결론지었다(CW 2 참조). 콤플렉스의 핵심 성질은 자율성이다. 그것은 자아의 의지와 무관하게, 종종 그에 반하여 작동한다. 융의 유명한 정식이 말하듯, 사람이 콤플렉스를 가지는 것이 아니라 “콤플렉스가 사람을 가질 수 있다”(CW 8, para. 200).

이 관점에서 중독의 강박은 의지박약의 문제가 아니라 사로잡힘(possession)의 문제다. “오늘은 한 잔만 해야지”라고 결심하는 것은 자아지만, 세 잔째를 주문하는 것은 콤플렉스다. 알코올중독자의 거듭된 결심과 거듭된 실패는 성격의 결함이 아니라 심리 구조의 역학이다. 여기에 12단계 가운데 제1단계의 임상적 정확성이 있다. “우리는 알코올에 무력했음을 인정했다”는 고백은 패배주의가 아니라, 자아의 의지가 콤플렉스의 자율성을 이길 수 없다는 사실의 인정 — 곧 치료가 시작될 수 있는 유일한 지점 — 이다.

동시에 융은 강박의 양면성을 놓치지 않는다. 인용문의 후반부 — “때로는 모든 것을 집어삼키는 불꽃처럼, 때로는 생명을 주는 따뜻함처럼” — 는 강박을 단순한 병리가 아니라 리비도, 곧 생명 에너지의 표현으로 본다는 뜻이다. 같은 에너지가 방향에 따라 파괴가 되기도 하고 창조가 되기도 한다. 중독 치료의 목표가 강박의 ‘제거’가 아니라 그 에너지의 ‘전환’인 이유가 여기에 있다.

4. 첫 번째 사례 — 스물일곱 살의 ‘사업가’

1) 입원

융의 첫 번째 사례는 만성 알코올중독자인 27세의 젊은 남성으로, 기록에는 ‘사업가’로 묘사된다(CW 1, para. 193). 그는 1901년 뷔르크헬출리에 자발적으로 입원했다. 입원 기록은 그의 상태를 이렇게 적는다. “약간 탈억제되고, 도취감이 있으며, 매우 수다스럽고, 관념의 비약이 있었다.”(CW 1, para. 194)

이 젊은이의 감정과 행동에 대한 융의 생생한 기록은 오늘날에도 고전적 사례 연구로 손색이 없다. 특히 그의 증상은 알-아논(Al-Anon)에 모이는 가족들의 경험과 곧바로 공명한다. 중독자와 한집에 사는 사람들이 무엇을 겪는지를, 한 세기 전의 진료 기록이 정확히 보여 주는 것이다.

2) 술 없는 날들의 풍경

환자는 술을 마시지 않을 때 어머니와 여동생에게 극도로 짜증을 내는 자신을 인식하고 있었다. 그는 이렇게 말했다.

나는 주먹으로 탁자를 내리치지 않으려고 애써야 했다. 어떤 일에도 집중할 수 없었고, 끊임없는 내적 불안에 시달렸다. 견딜 수 없는 도피 충동이 나를 모든 수익 활동으로부터 떼어 놓았다.

— CW 1, para. 193

주의 깊게 볼 것은, 이것이 음주 상태가 아니라 금주 상태의 기술이라는 점이다. 술이 없을 때 그는 평온해지는 것이 아니라 견딜 수 없어진다. A.A. 전통이 훗날 마른주정(dry drunk)이라 부르게 될 상태 — 술만 끊었을 뿐 중독의 정신 구조는 고스란히 작동하는 상태 — 의 교과서적 묘사가 여기에 있다. 가족의 입장에서 보면 마시는 그도 끔찍하지만 안 마시는 그도 끔찍하다. 알-아논의 가족들이 증언하는 혼란 — “술이 문제인 줄 알았는데, 술을 끊어도 문제였다” — 의 임상적 근거다.

3) ‘마지막 술’ — 이별의 의례

많은 알코올중독자들이 자신의 문제를 인정한 직후 ‘마지막 술’을 마신다. 빌 월슨도 그랬다. 1934년 12월 11일, 마지막 해독 입원을 앞둔 빌은 식료품점으로 가는 길에 맥주 네 병을 “한 번에 하나씩” 사서 세 병을 마셨고, “마지막 병을 든 채” 차에 올라 병원으로 향했다(Anon, 2005, p. 62). 그가 향한 곳은 타운스 병원 — 훗날 빅북 출판자금 2,500달러를 내놓게 되는 찰스 B. 타운스가 운영하던 바로 그 병원이었다.

‘마지막 술’은 단순한 탐닉이 아니라 복합적인 심리적 사건이다. 그 안에는 평생의 동반자를 떠나보내는 애도가 있고, 끝맺음만은 자기 손으로 고르겠다는 전능감의 마지막 발현이 있으며, 스스로에게 내리는 처벌의 성분도 있다. 용의 언어로 보태면, 그것은 일종의 문턱 의례(rite of passage)다. 옛 삶과 새 삶의 경계에 선 인간은 본능적으

로 의례를 치른다. 마지막 잔은 옛 신에게 바치는 마지막 제주(祭酒)이며, 그것을 마시는 순간 중독자는 — 자주 자신도 모르는 채 — 이별을 집행하고 있다. 빌이 마지막 병을 끝내 비우지 않은 채 손에 들고 병원 문을 들어섰다는 세부는 그래서 상징적이다.

4) 술이 빠져나간 뒤에도 남는 것

용에 따르면 이 젊은 남성의 질병은 분명 '단순 알코올중독'이었지만, 금주 기간에도 정신적 이상은 지속되었다(CW 1, para. 195). 용은 알코올이 신체에서 완전히 빠져나가는 데 약 6주가 걸릴 수 있으며, 금단 증상은 그 이후에도 이어질 수 있다고 보았다.

이 관찰의 함의는 크다. 중독은 물질의 문제로 시작되지만 물질의 제거로 끝나지 않는다. 술이 몸을 떠난 뒤에도 정서 조절의 어려움, 충동성, 공허감, 관계를 파괴하는 행동 양식은 남는다. 정신분석적으로 표현하면, 알코올은 그동안 부서진 내적 구조를 가리고 지탱해 온 보철물(prosthesis)이었던 셈이다. 보철을 제거하면 비로소 원래의 골절이 드러난다. 코헛(Kohut)의 자기심리학으로 옮기면, 알코올은 결핍된 자기대상(selfobject) 기능 — 달래 주고, 안아 주고, 응집시켜 주는 기능 — 의 화학적 대용물이다. 술은 불안정한 자기를 순간적으로 통합시켜 주지만, 그 대가로 자아 구조를 잠식한다. 대용물을 끊는 것은 회복의 시작일 뿐이며, 진짜 과제는 그 기능을 살아 있는 관계와 내적 구조로 다시 채워 넣는 일이다.

12단계의 설계가 이 임상적 사실을 정확히 반영한다는 점은 주목할 만하다. 술을 끊는 것은 제1단계의 전제일 뿐이고, 제4단계부터 제10단계까지는 온전히 성격 — 성격적 결함, 원한, 두려움, 손상된 관계 — 을 다룬다. 술이 아니라 사람이 치료의 표적인 것이다. 용이 1901년의 진료 기록에 남긴 관찰과 1939년의 빅북이 설계한 프로그램은 같은 임상적 진실 위에 서 있다.

5. 종합 — 용이 본 알코올중독의 삼중 구조

이 장에서 살펴본 용의 기록을 한자리에 모으면, 알코올중독에 대한 그의 이해는 세 개의 층위로 정리된다. 용은 알코올중독을 도덕적 타락으로 보지 않았고, 단순한 생물학적 질병으로도 보지 않았다. 그의 시야에는 세 층위가 동시에 들어와 있었다.

첫째, 영적 차원. 알코올 갈망은 전체성을 향한 영적 갈망의 저급한 형태다(spiritus contra spiritum).

둘째, 정신병리의 구조. 알코올 문제는 대개 배후의 정신병리와 함께 나타나며, 술을 끊은 뒤에도 그 구조는 남는다(이중진단의 선구적 관찰).

셋째, 자아의 팽창. 알코올은 자아의 경계를 녹이는 동시에 자아를 신적 전능감으로 부풀리며, 팽창과 수축의 회로가 중독을 달아 건다.

의학적 모델과 용의 모델을 나란히 놓으면 다음과 같다.

의학적 모델	용의 모델
통제 상실 (loss of control)	자아의 붕괴, 콤플렉스에서의 사로잡힘
내성 (tolerance)	같은 합일 체험을 향한, 갈수록 절박해지는 반복 추구
금단 (withdrawal)	자아 방어의 반동 — 보철물을 잃은 구조의 동요
갈망 (craving)	전체성을 향한 영적 갈증
블랙아웃 (blackout)	의식의 소멸, 자아의 후퇴, 무의식의 침입

두 모델은 경쟁하지 않는다. 의학이 중독의 기제(mechanism)를 기술한다면, 용은 중독의 의미(meaning)를 묻는다. 그리고 회복은 둘 모두를 필요로 한다. 해독과 재활이 기제를 다루는 동안, 12단계는 의미 — 갈망이 본래 가리키고 있던 방향 — 를 다룬다.

제4장. 첫 번째 사례, 그 후 — ‘사업가’는 어디로 갔는가

앞 장에서 우리는 스물일곱 살 ‘사업가’의 입원과 초기 경과, 그리고 술이 몸에서 빠져나간 뒤에도 정신적 이상이 사라지지 않았다는 용의 관찰을 보았다. 이 장에서는 바로 그 관찰을 출발점 삼아, 이 젊은이가 퇴원 이후 걸어난 길을 따라간다. 그의 여정은 한 개인의 일탈담이 아니라, 중독이라는 현상이 되풀이해 그려 보이는 임상적 문법의 한 표본이다.

1. 6주가 지나도 — 급성후 금단과 ‘마른 주정’

재발 예방 분야의 임상가 테런스 고르스키(Terence T. Gorski)는 금주 직후 찾아오는 ‘급성후 금단(post-acute withdrawal)’ 기간을 상세히 기술했다. 그에 따르면 술을 끊은 뒤 대략 6주에 이르는 이 시기에 환자는 우울, 불안, 혼란, 그리고 기억의 문제를 겪는다(Gorski, 1989, pp. 34–35). 급성 금단이 며칠 만에 몸을 훑고 지나가는 폭풍이라면, 급성후 금단은 그 뒤에 오래 머무는 잿빛 저기압이다. 오늘날의 연구는 이 국면이 6주에 그치지 않고 경우에 따라 수개월에서 한두 해까지 이어질 수 있음을 보여 주지만, 핵심은 시간의 길이가 아니라 사실 그 자체에 있다. 술이 사라진 자리에 곧바로 평온이 찾아오지는 않는다는 것이다.

알코올중독자들은 이 시기를 흔히 ‘하얀 손마디(white knuckling)’라 부른다. 벼랑 끝을 붙든 손에서 핏기가 가시도록, 이를 악물고 버티는 금주라는 뜻이다. 이 상태를 가리키는 또 하나의 이름이 앞 장에서 살펴본 ‘마른 주정(dry drunk)’이다. 술은 입에 대지 않지만, 심하게 취했을 때 튀어나오던 성격의 결함들 — 분노, 초조, 공격성 — 은 고스란히 되살아난다. 마시지 않을 뿐, 취해 있을 때의 그 사람 그대로인 것이다.

대상관계의 언어로 옮기면 이유는 분명하다. 물질은 끊었으나 내부 대상(internal object)이 변하지 않았기 때문이다. 중독이라는 무대에서 술은 여러 배우 가운데 하나일 뿐, 극본과 배

역은 그대로 남아 있다. 그래서 술 하나를 치우는 것만으로 연극이 끝나지는 않는다. 이것이 회복의 첫 번째 역설이다. 술을 끊는 순간 문제가 풀리는 것이 아니라, 비로소 진짜 문제가 얼굴을 드러낸다.

윙이 이 젊은이를 ‘조증-우울증적(manic-depressive)’이며 ‘정신병증적(psychopathic)’이라고 묘사한 것도 이 맥락에서 읽어야 한다. 다만 여기서 ‘정신병증’이라는 말은 오늘날 우리가 떠올리는 냉혈한 ‘사이코패스’가 아니라, 19세기 말 정신의학이 성격의 폭넓은 병리를 통틀어 가리키던 개념(코흐의 ‘정신병질적 열등’)에 가깝다. 많은 알코올중독자가 우울을 앓으며, 알코올은 한동안 그 우울을 달래 주는 자기치료(self-medication)의 수단으로 기능한다. 그러나 알코올은 끝내 우울을 더 깊게 만든다. 이 환자에게는 알코올중독과 양극성 우울이 함께 있었을 가능성이 있으며, 음주가 그 우울을 가려 온 장막이었을 수 있다. 술을 걷어 내자 장막 뒤에 있던 정동장애가 드러난 셈이다.

2. 지리적 변화 — “어디를 가든, 거기에 네가 있다”

그는 쾌락을 좇아 이곳저곳을 다녔고, 엄청난 양의 술을 마셨다. 마침내 갈망에 질려 해외로 떠났고, 그곳에서 친척 회사의 지점을 맡게 되었다. 그러나 그곳에서도 일이 잘 풀리지 않았다.

— CW 1, para. 193

중독의 영역에는 이 장면에 붙일 이름이 따로 있다. ‘지리적 변화(geographical change)’다. 사람과 장소와 사물을 탓하고, 새로운 환경에서 새 출발을 꾀하는 몸짓이다. 그러나 회복 공동체가 오래전부터 되뇌어 온 경구가 이 시도의 운명을 미리 말해 준다. “어디를 가든, 거기에 네가 있다(Wherever you go, there you are).” 풍경은 바뀌어도 그 풍경을 바라보는 사람은 그대로다. 이 젊은이에게도 바다 건너의 새 직장은 아무런 구원이 되지 못했다.

윙은 그가 새 자리에서 무너져 간 과정을 이렇게 기록한다. 사장이었던 삼촌의 권위를 노골적으로 무시했고, 사소한 일마다 짜증을 냈으며, 입에서는 욕설이 떠나지 않았고, 온갖 과잉으로 방탕한 삶에 빠져들었다. 그는 거의 아무 일도 하지 않았고, 몇 달 뒤에는 심각한 알코올중독자가 되어 다시 집으로 돌려보내졌다(CW 1, para. 193).

지리적 변화가 실패하는 이유는 구조적이다. 그것은 외적 대상을 갈아 끼우려는 시도일 뿐,

내적 대상 구조와 초자아, 그리고 자기 표상(self-representation)에는 손대지 못한다. 안쪽의 지형이 그대로인 한, 바깥의 지도를 아무리 새로 그려도 여정의 결말은 늘 같은 자리로 돌아온다. 새 직장, 새 도시, 새 나라는 그저 같은 이야기를 다시 상연할 무대를 하나 더 마련해 줄 따름이다.

3. 권위와의 전쟁 — 삼촌, 그리고 아버지 전이

집으로 돌아온 그는 알코올중독자 요양원에 머물렀다. 그러나 용의 기록에 따르면 그는 “금주에는 거의 관심을 두지 않았고, 술과 성적 과잉을 반복적으로 사용했다”(Ibid.). 요양원이라는 안전한 울타리조차 그의 행동 양식을 바꾸지 못한 것이다.

권위를 향한 이 노골적인 경멸 — 보다 임상적으로는 ‘반항적 저항(oppositional defiance)’ — 은 활동성 알코올중독자에게서 드물지 않게 나타난다. 그것은 알코올로 부풀려진 자아, 그리고 과도한 자기권리감(narcissistic entitlement)과 맞물려 있다. 앞 장에서 우리는 용이 알코올 남용의 첫 번째 효과로 ‘자아의 과도한 강조’를 꼽았고, 용 심리학이 이를 팽창(inflation)으로 설명한다는 것을 보았다. 삼촌과의 충돌은 바로 이 팽창한 자아가 현실의 권위와 부딪치는 지점이다.

정신분석의 눈으로 보면 삼촌이라는 인물은 단순한 상사가 아니다. 그는 아버지 전이(father transference)의 표적이며, 젊은이가 벌이는 싸움은 권위 대상 그 자체와의 투쟁이다. 과대자기(grandiose self)와 초자아(superego)가 한 방에서 충돌할 때, 알코올은 초자아의 목소리를 잠재우고 과대자기의 편에 서는 손쉬운 동맹이 된다. 그가 삼촌의 권위를 건디지 못한 것은 반항심이 유별나서가 아니라, 술이 그 반항심에 매번 기름을 부었기 때문이다.

4. 준비되지 않은 변화 — 변화의 단계

이 지점에서 냉정한 임상 원칙 하나를 짚어야 한다. 알코올중독자가 스스로 음주를 멈추기로 하지 않는 한, 그 어떤 개입도 성공할 가능성은 희박하다는 것이다. 프로차스카(Prochaska), 노크로스(Norcross), 디클레멘테(DiClemente)는 이를 ‘변화의 준비도(readiness for change)’라는 개념으로 정식화했다. 사람은 변화를 감당할 준비가 되어 있어야 비로소 변화할 수 있다.

이들의 범이론적 모형(transtheoretical model)은 변화를 다섯 단계로 나눈다. 아직 문제를 문제로 여기지 않는 전숙고(precontemplation), 문제를 인식하고 득실을 저울질하기 시작하는 숙고(contemplation), 마음을 정하고 작은 준비에 들어가는 준비(preparation), 실제로 행동을 바꾸는 실행(action), 그리고 그 변화를 지켜 내는 유지(maintenance)다. 여기에 언제든지 이전 단계로 되돌아갈 수 있는 재발(relapse)이 그림자처럼 따라붙는다. 전숙고 단계에 있는 사람은 금주를 진지하게 고려조차 하지 않는다. 회복이 시작되려면 적어도 숙고 단계에는 발을 들여야 한다.

흥미롭게도 이 모형은 분석적 관점과 맞닿는 데가 있다. 전숙고 단계는 부인(denial)과 하나로 붙어 있는 자아 상태 — 문제를 볼 눈 자체가 아직 감겨 있는 상태 — 로 읽을 수 있다. 숙고 단계는 그 눈이 실눈만큼 뜨이는 순간, 곧 갈등을 인식하는 자아가 처음으로 고개를 드는 순간이다. 우리의 '사업가'는 바로 그 문턱에서 서성이고 있었다. 다음 절이 보여 주듯, 그에게 통찰이 없지는 않았다. 없었던 것은 통찰을 행동으로 옮길 힘이였다.

5. 통찰과 강박 사이 — 알면서도 마신다

그의 폭음(dipsomania)에 관해서는, 나는 그가 자신의 최악의 모습 속에서조차 통찰을 보였다고 생각한다. 그러나 그는 자신에게 저항할 수 있는 능력과 힘이 부족했다.

— CW 1, para. 194

이것은 전날 밤 “다시는 마시지 않겠다”고 다짐하고도 아침이면 어김없이 같은 자리로 돌아오는, 알코올중독자의 전형적인 초상이다. 그가 거짓말쟁이나 사기꾼처럼 보이지 않는 까닭이 여기에 있다. “내일은 끊겠다”는 약속은 종종 진심이기 때문이다. 사람은 자신의 문제를 깊이 꿰뚫어 보면서도 여전히 술잔을 든다. 이 비논리는 강박(compulsion)의 본성을 이해하지 않고서는 설명되지 않는다.

앞 장에서 우리는 용이 강박을 ‘콤플렉스의 자율성’으로 파악했음을, 그리고 “오늘은 한 잔만”이라 결심하는 것은 자아지만 세 잔째를 주문하는 것은 콤플렉스라는 사실을 보았다. 여기에 몸의 언어를 보태야 그림이 완성된다. 갈망은 의식적 의지가 자리한 곳보다 훨씬 아래, 진화적으로 오래된 뇌 영역에서 솟아오른다. 흔히 이를 ‘파충류 뇌’라 부르지만, 이는 매클린의 삼위일체 뇌 모형에서 온 통속적 비유일 뿐 문자 그대로의 신경해부는 아니다. 좀 더 정확히

말하면, 보상을 관장하는 중뇌-변연계 도파민 회로와 스트레스를 담당하는 편도체·시상하부 축이 갈망의 근원이다. 술이 박탈되면 이 하위 회로는 떨림과 초조라는 신체 신호를 일으켜 우리를 다시 술 쪽으로 떠민다. 그리하여 갈망은 이성으로 다스리기 어려운, 비합리적이고 완강한 힘의 옷을 입는다.

여기서 우리는 정신치료의 오래된 진실 하나와 마주한다. 통찰은 행동의 변화를 보장하지 않는다는 것이다. 인지적으로는 이해하고 정서적으로는 후회하지만, 몸은 다시 요구한다. 상위의 자아 기능과 하위의 충동 체계, 그리고 신체에 새겨진 기억 사이에 깊은 단절이 있는 것이다. 12단계의 제1단계 — “우리는 알코올에 무력했음을 인정했다” — 가 패배 선언이 아니라 치료의 출발점인 이유가 여기서 다시 확인된다. 자아의 통찰만으로는 이 단절을 건너 뛸 수 없다.

6. 유머라는 갑옷 — 그리고 딜런 토머스의 ‘기록’

그럼에도 이 젊은이의 내면에는 다른 결의 순간이 있었다. 요양원에서 그는 드로잉 수업을 들었는데, 처음에는 매사에 가볍고 표면적인 태도를 보였다. 그러나 몇 차례 수업을 거치면서 그는 자신의 피상성이 어딘가 정상이 아니라는 것을 깨닫고, 이를 솔직히 인정했다. “나는 항상 이랬습니다. 당신도 나를 피상적이고 박식한 체하는 사람이라고 여겼겠지요.” 그는 이렇게 말하며 오히려 즐거워했다.

이 장면은 통찰의 순간인 동시에, 그 통찰을 유머로 감싸 흘려보내는 순간이기도 하다. 그의 피상성과 반항과 과대성 아래에는 상처 입은 진정한 자아(true self)가 숨어 있고, 유머는 그 자아가 걸친 갑옷이다. 웃음으로 바꾸어 놓는 순간, 고통스러운 감정에 직접 닿는 일을 면할 수 있기 때문이다. 대상관계의 언어로 말하면, 유머는 공격적인 내부 대상으로부터 자기를 보호하는 방식 — 수치심과 죄책감, 그리고 초자아의 공격을 피해 가는 우회로 — 이다. 융적으로 보면 그것은 삶을 향한 야성적이고 디오니소스적인 충동과 관습에 대한 경멸이 뒤섞인 모습이며, 이때의 디오니소스적 충동은 단순한 방종이 아니라 생명력을 향한 굶주림으로 읽어야 한다.

융은 이 젊은이의 뿌리를 한 문장으로 요약한다. “오, 그의 어머니가 그를 얼마나 망쳐 놓았는지! 그는 자기만족에 빠져 거의 아무것도 할 줄 몰랐고, 삼촌을 병들게 할 만큼 괴롭히면

서도 자신을 곤경에서 구해 준 것에 고마움 하나 느끼지 못했다”(CW 1, para. 194). 과잉보호와 좌절의 결핍, 그리고 경계 형성의 실패 — 어머니가 ‘망쳐 놓았다’는 이 표현 속에는 훗날 나르시시즘적 성격 구조가 어떻게 빚어지는지에 대한 초상이 담겨 있다.

수치심은 알코올중독자의 삶에서 예외가 아니라 상수(常數)다. 그래서 많은 이들이 가족에게 입힌 상처를 인정하는 대신, 그것을 한바탕 웃어넘길 수 있는 이야기로 바꾸어 버린다. 빌 월슨의 후원자였던 에비 대처(Ebby Thacher)가 남긴 자동차 사고 이야기가 그 전형이다. 술에 취해 집으로 차를 몰다 박공벽을 부수고 부엌 한복판에서 멈춘 뒤, 구석에 웅크린 채 놀란 여인을 바라보며 그는 태연히 물었다고 한다. “커피 한 잔 주실 수 있을까요?”(The Winner’s Circle, 2012).

그러나 무용담으로 다듬어진 이야기 뒤의 현실은 웃을 수만은 없는 것이었다. 에비의 음주 운전은 실제로 그를 법원의 강제수용 문턱까지 몰고 갔고, 옥스퍼드 그룹의 세 사람 — 그 가운데 한 명이 바로 용에게 치료받았던 롤랜드 해저드(Rowland Hazard)였다 — 이 개입해 그를 자신들의 보호 아래 넘겨받으면서 겨우 정신병원 감금을 면했다. 알코올중독자의 허세는 이렇게 우연한 구원에 기대어 겨우 파국을 비껴가곤 한다. 그리고 모든 허세가 그렇게 웃음으로 끝나는 것은 아니다.

웨일스의 시인 딜런 토머스(Dylan Thomas)는 서른아홉의 나이에 뉴욕에서 세상을 떠났다. 화이트 호스 선술집에서 마신 뒤 호텔 첼시로 돌아온 그는 “위스키를 열여덟 잔 연달아 마셨다. 이건 기록일 거야!”라고 호언했다(Brinnin, 1955; cf. Gately, 2008, p. 415). 그러나 그를 접대한 바텐더와 술집 주인은 훗날 그가 그 절반도 마시지 못했을 것이라고 증언했다. ‘열여덟 잔’은 사실이라기보다 그가 스스로 지어낸 신화에 가까웠던 셈이다. 실제로 그는 이미 중증의 기관지폐렴을 앓고 있었고, 담당 의사가 놓은 과다한 모르핀이 혼수의 직접적 방아쇠가 되어 그는 다시는 깨어나지 못했다. 자기를 파괴하면서까지 과시하려는 전능감, 그 밑에 흐르는 무의식적 죽음 충동 — 딜런 토머스의 ‘기록’은 단순한 허풍이 아니라 그 위태로운 심리의 표본이며, 신화가 어떻게 한 사람의 실제 죽음을 가려 버리는지를 보여 주는 사례이기도 하다.

이렇게 첫 번째 사례는 단순한 ‘알코올 문제’를 넘어선다. 그것은 나르시시즘과 수치심, 디오

니소스적 충동과 죽음 충동이 얹혀 든 복합 구조다. 그리고 이 구조 앞에서 의지와 통찰은 번번이 무력하다. 바로 그 무력함의 자리에서 12단계는 시작된다.

제5장. 두 번째 사례 — 어느 여성의 하강

융은 또 한 사람의 환자에 대해서도 상세한 배경을 남겼다. 1896년에 알코올중독으로 처음 입원한 한 여성이다. 앞의 남성 사례가 위로 부풀어 오르는 자아의 이야기였다면, 이 여성의 이야기는 그 반대편 — 외상과 수치심 속으로 함몰해 가는 자기(自己) — 의 이야기다.

1. 바닥에서 시작된 기록

그녀가 처음 입원했을 때 나이는 30대 후반이었고, 의학적으로 이른바 ‘바닥(rock bottom)’에 이른 것으로 보였다. 여성 알코올중독자가 이 바닥에 닿는 시기는 대개 마흔 언저리다. 여기에는 이유가 있다. 여성은 신체적으로 알코올에 더 취약하고, 사회적 낙인 또한 남성보다 훨씬 무겁게 짊어지기 때문이다(Bauer, 1982, p. 19).

이 취약성은 오늘날 ‘텔레스코핑(telescoping)’이라 불리는 현상으로 정리된다. 여성은 음주를 시작한 뒤 심각한 문제에 이르기까지의 진행이 남성보다 빠르게, 마치 망원경을 접듯 압축되어 나타난다. 같은 양을 마셔도 체내 수분이 적고 위장의 알코올 분해효소가 낮아 혈중 농도가 더 높이 치솟는 생리적 조건이 그 배경에 있다. 그래서 여성의 하강은 더 가파르고, 그것을 지켜보는 사회의 시선은 더 가혹하다.

2. 진단 이전의 외상

융이 제시한 이 사례사는, 어린 시절이나 청소년기에 성적 학대를 겪은 여성들에게서 되풀이해 나타나는 자기파괴적 하강의 이야기와 닮아 있다. 겉으로 드러난 가족력부터 보자. 그녀의 아버지는 간경화로 사망했고, 어머니는 융의 표현으로 “어느 정도의 정신질환, 겉보기에 광기와 마비가 있는 상태”로 고통받고 있었다(CW 1, para. 197). 광기와 마비가 함께 온 정황은 당시 흔했던 진행마비(마비성 치매)를 짐작하게 한다.

당대의 통념으로는 알코올중독이 특히 부계를 통해 유전된다고 여겨졌다. 오늘날의 관점에서 알코올사용장애의 유전적 소인은 실재하지만(유전율은 대략 절반에 이른다), 그것이 ‘부

계 라인'을 따라 전해진다는 생각은 시대의 관념에 가깝다. 어느 쪽이든, 어머니의 질환이 딸의 알코올 문제를 악화시켰을 가능성, 그리고 동반질환(dual diagnosis)의 가능성은 함께 고려할 만하다.

그러나 이 진단의 밑바닥에는 유전보다 더 결정적인 것이 있었다. 트라우마다. 용은 그녀가 스스로를 심하게 더럽혀졌다고 여겼으며, 성적 외상에서 비롯된 "현저한 히스테리"를 보였다고 기록했다(CW 1, para. 204).

3. 성적 외상과 억압

그녀는 열여덟 살 때 집안의 한 남성 고용인에게 두 차례 강간을 당할 뻔했다. 하필 그 무렵 그녀의 아버지는 혼외 관계를 맺고 있었고, 가해자는 그 사실을 폭로하겠다고 협박하며 그녀가 신고하지 못하도록 입을 막았다. 그녀는 이 폭행의 기억은 물론, 어린 시절부터 이어져 온 성적 접촉마저 "전혀 인정하지 않았다". 억압(repression)이 작동한 것이다. 그리고 그 고통을 무디게 하기 위해 그녀는 와인에 손을 대기 시작했다.

친척들의 말에 따르면 그녀는 선천적으로 기질이 좋고 부드러운 사람이었으나, 의지는 극도로 약했다고 한다. 이런 그녀에게 알코올은 여러 기능을 동시에 수행하는 도구였다. 외상의 기억을 마취시키고, 수치심을 완화하며, 견디기 어려운 현실로부터의 해리(dissociation)를 거들었다. 이것이야말로 자기치료 가설(self-medication hypothesis)의 전형적인 모습이다. 다만 남성 사례에서 술이 우울과 공허를 달랬다면, 여기서 술이 달래려 한 것은 외상 그 자체였다.

4. 히스테리라는 언어

용이 '히스테리'라 이름 붙인 것을 오늘의 언어로 옮기면 해리와 신체화, 그리고 정동의 전환(conversion)에 해당한다. 억압된 것은 사라지지 않고 다른 통로로, 흔히 왜곡된 형태로 되돌아온다. 그녀의 삶에서 그 통로는 종종 술과 성(性)이었다. 스물둘에 결혼했으나 그 결혼은 "행복하지 않았다". 남편은 그녀를 이해하지 못했고, 그녀는 사회적 예절에 좀처럼 적응하지 못했다. 자기 집에서 열린 파티에서 그녀는 몰래 술에 취한 채 정원으로 나가 하녀와 춤을 추었다.

이런 장면을 방중이나 일탈로만 읽으면 핵심을 놓친다. 그것은 오랫동안 억눌려 온 성적 에너지가 통제를 잃고 왜곡된 형태로 분출된 것이다. 억압이 강할수록 그 반동도 격렬해진다. 겉으로는 규범을 벗어난 돌출 행동이지만, 그 안에는 이름 붙여지지 못한 외상의 정동이 출구를 찾아 헤매고 있었다.

5. 결혼, 그리고 공모하는 관계

용의 이 사례에는 오늘날 우리가 관계의 병리라 부를 만한 통찰이 담겨 있다. 중독은 흔히 '돌봐 줄 누군가'를 곁에 두는 방식으로 관계를 맺는다. 그녀의 남편은 그녀를 오해했고, 이윽고 스스로도 가정부와 친밀한 관계를 시작했다. 한쪽의 병리와 다른 쪽의 병리가 서로를 지탱하며 맞물리는 구조, 곧 상호 투사적 결합(collusive pattern)이 형성된 것이다.

이것은 한 개인의 병리가 아니라 두 사람이 함께 짜 나가는 병리다. 대상관계의 시각에서 보면, 그것은 초기의 외상이 성인의 관계 안에서 되풀이되는 재연(reenactment)이며, 어린 시절 채워지지 못한 자기-대상(selfobject)의 실패가 결혼이라는 무대에서 다시 상연되는 과정이다. 그녀는 안전을 구하려 결혼이라는 관계로 들어섰지만, 그 관계는 그녀가 달아나려 했던 바로 그 상처의 구조를 고스란히 되풀이했다.

6. 부러진 다리에 빛을 비추다 — 분석의 한계

용은 이 사례를 두고 인상적인 비유를 남긴다. 부러진 다리에 빛을 비춘다고 해서 다리가 낫는 것은 아니라는 것이다. 분석은 무의식 속 콤플렉스를 의식의 빛 아래로 끌어낼 수 있다. 그러나 이미 여러 겹으로 교차하고 단단히 응고된 콤플렉스는, 그것을 밝히 비추어 보는 통찰만으로는 풀리지 않는다.

이 대목은 앞의 남성 사례에서 만난 진실 — 통찰은 변화를 보장하지 않는다 — 과 정확히 포개진다. 남성 사례에서는 강박의 자율성이, 여성 사례에서는 응고된 외상이 각기 통찰의 힘을 무력하게 만들었다. 그리고 이 인식은 초기의 용이 훗날의 용으로 나아가는 길목을 예고한다. 지적 통찰을 넘어서는 무엇, 곧 상징을 통한 변형과 개성화(individuation)의 과정이 필요하다는 자각이 여기서 이미 싹트고 있는 것이다.

7. 대상관계로 다시 읽기, 그리고 용 이론에서의 자리

이 여성의 사례를 대상관계의 문법으로 다시 짜 보면 이렇게 된다. 외상을 가한 대상 — 가해자, 그리고 그를 눈감아 준 아버지 — 은 그녀 안에 박해하는 내부 대상으로 자리 잡는다. 수치심과 성적 흥분이 뒤엉킨 채로 말이다. 알코올은 이 내부 박해자의 목소리를 잠재우는 자가진정(self-soothing)의 화학물질이 된다. 그리고 히스테리 발작은 이중의 전언을 담은 몸의 언어다. 한편으로 그것은 “나를 보아 달라”는 호소이고, 다른 한편으로는 “나를 침범하지 말라”는 절규다.

이 사례를 융 이론 안에 놓으면 그 위치가 분명해진다. 이 시기의 융은 아직 정신병리의 기술(記述)과 콤플렉스 이론에 무게를 두고 있었다. 만일 후기의 융이 같은 사례를 다시 만났다면, 그는 아마 이것을 아니무스(animus)의 문제로, 그림자(shadow)와의 관계로, 그리고 상처 입은 여성성 원형(archetype)의 문제로 확장해 읽었을 것이다. 초기의 임상 기록과 후기의 상징 이론 사이에 놓인 이 거리가, 융이라는 사상가가 걸어간 길의 폭을 짐작하게 한다.

제6장. 두 하강이 함께 말하는 것 — 종합

두 사례를 나란히 놓으면, 알코올중독이 하나의 얼굴만 지닌 것이 아님이 드러난다. 남성의 이야기는 위로 부푸는 자아의 이야기였다. 나르시시즘, 반항, 디오니소스적 충동, 그리고 팽창. 여성의 이야기는 아래로 무너지는 자기의 이야기였다. 성적 외상, 수치심, 오염감, 억압, 그리고 히스테리. 팽창과 함몰, 과대와 수치 — 방향은 정반대지만, 두 사람 모두 술이라는 같은 물질에 매달렸다.

그들을 이어 주는 첫 번째 끈은 자기치료 가설이다. 한 사람에게 술은 우울과 공허를 달래는 것이었고, 다른 한 사람에게는 외상의 기억과 수치심을 마취하는 것이었다. 그러나 두 경우 모두, 술은 잠깐의 진정 뒤에 반드시 더 깊은 악순환을 남겼다. 달래려던 바로 그것을 술이 도리어 키운 것이다.

두 번째 끈은 통찰의 한계다. 남성에게도 여성에게도 통찰이 없지는 않았다. 그러나 남성에게는 강박의 자율성이, 여성에게는 응고된 외상이 그 통찰을 행동으로 옮기지 못하게 가로막았다. 자아의 의지와 이해만으로는 넘을 수 없는 문턱이 있다는 것 — 이것이 두 사례가 함께 가리키는 지점이며, 12단계가 “무력함의 인정”에서 출발하는 이유이기도 하다.

바로 여기서 융의 임상 기록과 12단계의 설계가 만난다. 술을 멈추는 것은 제1단계의 전체 일 뿐, 회복의 본체는 그다음에 온다. 제4단계에서 제10단계에 이르는 작업이 겨누는 것은 술이 아니라 사람 — 성격의 결함, 오래된 원한, 두려움, 그리고 부서진 관계 — 이다. 남성의 팽창한 자아든 여성의 응고된 외상이든, 결국 다루어야 할 것은 술이 가리고 있던 내적 구조 그 자체다. 그리고 갈망의 방향을 아래에서 위로 돌려세우는 일, 곧 '영으로써 술에 맞선다 (spiritus contra spiritum)'는 공식이 두 사람 모두에게 필요한 전환이었다.

마지막으로, 두 사례의 차이는 그 자체로 하나의 주제를 연다. 여성의 중독은 성적 외상, 사회적 낙인, 의존과 자기파괴라는 결을 남성과는 다르게 지닌다. 융이 한 세기 전 진료 기록에 남긴 이 여성의 이야기는, 오늘날에도 여전히 유효한 물음 — 중독을 성별의 렌즈로 다시 본다는 것은 무엇인가 — 으로 우리를 이끈다. 그 물음은 다음 장으로 이어진다.

강의에서 실습으로 — 그림자와 직접 마주하는 자리

두 사례가 거듭 보여 준 것은, 무의식의 그림자와 콤플렉스가 머리로 이해하는 것만으로는 통합되지 않는다는 사실이다. 그것을 실제로 만나 개성화의 한 걸음을 떼는 데에는, 혼자만의 독서가 아니라 머물러 줄 구조화된 자리가 필요하다.

「그림자를 안아주다」(shadowheal.com)는 바로 그 한 걸음을 위해 마련된, 융 분석심리학에 기반한 심리분석 서비스다. 융 학파 메소드로 조율된 '융이안 AI'와 함께하는 50분 세션에서 그림자 분석·꿈 분석·능동적 상상 가운데 하나를 골라 깊이 머물고, 세션이 끝난 뒤 종합 리포트를 받는다. 이 강의에서 개념으로 만난 그림자·투사·콤플렉스를 이제 자기 자신의 언어로 마주해 보고 싶은 분께 조용한 출발점이 되어 줄 것이다. 다만 이것은 질병을 진단·치료하는 의료가 아니라 자기이해를 위한 심리분석이며, 사람의 목소리가 필요한 자리에서는 회복 의자리의 상담이 함께한다.

표기와 편집에 관한 일러두기

- CW는 융 전집(Collected Works of C. G. Jung)을 가리키며, 본문의 인용 출처(Gorski 1989; Bauer 1982; Brinnin 1955; Gately 2008; Prochaska-Norcross-DiClemente; The Winner's Circle 2012 등)는 원전의 표기를 따랐다.

- 재발 예방 연구자의 이름은 테런스 T. 고르스키(Terence T. Gorski)로 바로잡았다(원고의 'Terrey'는 오타). 급성후 금단(post-acute withdrawal, PAWS)은 대략 6주로 끝나지 않고 경우에 따라 수개월에서 1~2년까지 이어질 수 있어, 본문의 '6주'는 초기 국면을 가리키는 것으로 읽어야 한다.
- 변화의 단계는 프로차스카·디클레멘테의 범이론적 모형에 따라 전숙고·숙고·준비·실행·유지의 다섯 단계와 재발로 정리했다(원고는 앞의 두 단계만 언급했다).
- 용이 남성 환자에게 쓴 '정신병증적(psychopathic)'이라는 말은 당대의 광의적 성격장애 개념(코흐의 '정신병질적 열등')으로, 오늘날의 '사이코패스'와는 다른 뜻을 밝혀 둔다.
- 갈망의 신경생물학을 설명하며 쓴 '파충류 뇌'는 매클린의 삼위일체 뇌 모형에서 온 통속적 비유다. 현대 신경과학은 이를 문자 그대로 지지하지 않으며, 본문에서는 피질의 상위 조절과 변연계·보상계의 하위 충동 사이의 괴리라는 취지로만 사용했다.
- 딜런 토머스의 '위스키 18잔'은 그 자신의 호언이며, 그를 접대한 이들의 증언에 따르면 실제 음주량은 그 절반에 못 미쳤을 것으로 전한다. 그의 사망은 중증 기관지폐렴에 담당의의 모르핀 과다투여가 겹친 결과로, 여러 전기와 부검 기록이 이를 뒷받침한다.
- 예비 대처의 일화에서 그는 음주운전으로 법원의 강제수용 위기에 몰렸으나, 옥스퍼드 그룹의 세 사람(그중 한 명이 용의 환자였던 롤랜드 해저드)이 개입해 자신들의 보호 아래 가석방받으며 감금을 면했다.
- 여성 사례의 가해자에 대해 원고에는 '집안의 남성 고용인'과 '삼촌'이라는 두 표기가 함께 있었으나, 1차 서술을 따라 '집안의 남성 고용인'으로 통일했다.