

6 부

융(C. G. Jung)과 함께 읽는 회복의 12 단계 대장정

어느 여성의 하강, 그리고 A.A.는 어떻게 작동하는가

제 5 장. 두 번째 사례 — 어느 여성의 하강

융은 또 한 사람의 환자에 대해서도 상세한 기록을 남겼다. 1896 년에 알코올중독으로 처음 입원한 한 여성이다. 앞 장의 남성이 위로 부풀어 오르는 자아의 이야기였다면, 이 여성의 이야기는 그 반대편 — 외상과 수치심 속으로 가라앉는 자기(自己) — 의 이야기다.

1. 바닥에서 시작된 기록

그녀가 처음 입원했을 때 나이는 30 대 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 불린다. 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 이면의 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, 어머니 역시 융의 표현으로 “어느 정도의 정신질환, 겉보기에 광기와 마비가 있는 상태”를 앓았다(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 ‘부계 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. 웅은 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. 앞 장의 남성에게 술이 우울과 공허를 달래는 자기 치료였다면, 여기서 술이 달래려 한 것은 외상 그 자체였다.

4. 히스테리라는 언어

웅이 ‘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 방종이나 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

웅의 이 사례에는 오늘날 우리가 관계의 병리라 부를 만한 통찰이 담겨 있다. 중독은 흔히 ‘둘봐 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 자기대상(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. 상태가 악화되면서 그녀는 결국 수용소로 보내졌다(CW 1, para. 197).

6. 광기 속의 광기 — 병동에서 맺어진 약혼

1896년 어느 날, 외출 중이던 그녀는 예기치 않게 약혼을 했다. 상대는 같은 병원의 다른 환자였고, 그 역시 알코올중독자였다. 융은 이 일을 한마디로 적었다. “광기 속의 광기.”

그리고 얼마 지나지 않아 그녀는 “다시 술을 마시기 시작했다”.

왜 하필 회복의 자리에서 이런 결합이 생기는가. 앞 절에서 본 원리가 여기서 한 번 더 작동한다. 중독은 관계를 맺는 방식이기도 하다. 많은 중독자는 자신을 돌봐 줄 사람을 찾는다. 남성 알코올중독자가 헌신적으로 돌보는 ‘간호사형’ 배우자를 고르는 것으로 악명이 높은 것도 같은 이유다. 오늘날 이 구조에는 공의존(codependency)이라는 이름이 붙어 있다.

그러나 두 사람이 모두 중독자일 때 예후는 더 나쁘다. 각자가 자기 안에서 견디기 힘든 부분을 상대방에게 던져 놓고, 그 부분을 상대방에게서 발견해 비난하기 때문이다. 융의 언어로는 그림자의 상호 투사다. 내가 보고 싶지 않은 나를 너에게서 보고 화를 내는 것이다. 그렇게 두 사람은 서로의 병을 지켜 주는 파수꾼이 된다.

회복 현장에는 이 장면을 겨냥한 오래된 조언이 있다. 금주 첫 1년 동안에는 인생의 큰 결정을 미루라는 것이다. 이 조언은 도덕적 훈계가 아니다. 회복 초기의 뇌는 아직 정서를 스스로 조절하는 힘을 되찾지 못한 상태다. 이때 새로운 관계가 주는 강렬한 흥분은, 술이 하던 일을 그대로 대신한다. 순간적으로 자기를 하나로 묶어 주고, 공허를 잠시 채워 준다. 대상만 바뀌었을 뿐 구조는 같다.

그녀에게 이 약혼은 구원처럼 보였을 것이다. 그러나 실제로는 결혼에서 이미 한 번 겪은 구조를 되풀이하는 일이었다. 안전을 구하려 관계로 들어가고, 그 관계가 다시 상처의 모양을 되살린다. 재발은 그 뒤를 따라왔다.

7. 속치마와 선술집 — 몸으로 말해진 수치심

이후 그녀는 식료품 일로 생계를 꾸리려 했으나 잘되지 않았다. 융의 기록은 그다음을 이렇게 적는다. 그녀는 술에 취해 거리를 돌아다녔고, 평판이 나쁜 선술집을 드나

들었다. 한 번은 흥분한 상태에서 옷을 찢어 속치마만 남긴 채 서 있었다. 그 뒤로는 종종 속치마와 비옷만 걸치고 선술집에 나타났다.

그리고 그녀는 다시 병원으로 돌아왔다. 입원 당시 그녀는 진전섬망(delirium tremens)을 동반한 히스테리 발작을 보이고 있었다.

이 장면은 두 겹으로 나누어 읽어야 한다.

첫째는 몸의 문제다. 진전섬망은 오랫동안 많이 마시던 사람이 술을 끊거나 줄일 때 찾아오는, 금단 가운데 가장 위험한 상태다. 손이 심하게 떨리고 땀이 나며, 잠들지 못하고, 있지도 않은 것이 보이거나 들리고, 자기가 어디에 있는지조차 모르게 된다. 치료하지 않으면 목숨을 잃을 수 있다. 오늘날 이것은 명백한 의학적 응급이며, 병원에서 약물과 수액으로 관리해야 한다. 백 년 전의 기록에서 이 단어를 만난다는 것은, 그녀의 음주가 이미 몸을 무너뜨리는 단계까지 갔다는 뜻이다.

둘째는 마음의 문제다. 옷을 찢는 행동, 속치마 차림으로 선술집에 나타나는 행동을 그저 ‘망가진 사람의 기행’으로 읽으면 아무것도 이해하지 못한다. 열여덟 살에 그녀에게 일어난 일을 다시 떠올려 보자. 침범당한 것은 그녀의 몸이었고, 그 일을 말하지 못하게 입을 막은 것은 협박이었다. 말이 막힌 자리에서 이야기는 몸으로 나온다.

정신의학은 이것을 재연(reenactment)이라 부른다. 외상을 겪은 사람은 그 장면을 자기도 모르게 다시 상연한다. 다만 이번에는 자기가 연출자가 되어서. 스스로 옷을 벗는 행동에는 이런 이중의 전언이 담겨 있다. “그때는 내 뜻이 아니었지만, 이번에는 내가 한다.” 통제를 되찾으려는 몸짓이다. 그러나 되풀이되는 결과는 같은 노출과 같은 수치다. 그리고 술은 그 사이에서 마취제 노릇을 한다. 취하지 않고는 할 수 없는 일이고, 그 일을 하고 나면 다시 취해야만 견딜 수 있다.

병동에서의 모습도 같은 문법으로 읽힌다. 그녀는 갑자기 웃음을 터뜨렸고, 사람들 앞에서 자신의 사회적 지위가 더 높다고 과시했으며, 때로는 성적으로 도발적이 되어 남성 환자를 향해 소녀 시절의 감상적인 노래를 부르며 유혹하려 했다.

웃음과 과시와 유혹 — 겉으로는 서로 다른 세 행동이지만, 모두 같은 자리를 가리킨다. 그 밑에 있는 것은 수치심이다. 앞 장의 남성이 유머라는 갑옷을 걸쳤듯, 그녀는 과시와 유혹이라는 갑옷을 걸쳤다. 그중에서도 특히 아픈 것은 소녀 시절의 노래다. 그것은 상처가 생기기 이전의 자기, 아직 침범당하지 않았던 시절의 자기를 불러내는 노래이기 때문이다.

8. 실험실의 알코올, 그리고 ‘강장제 와인’ — 재발의 해부학

입원해 있는 동안 그녀는 타자기를 배웠고 해부학 실험실 일을 도왔다. 그리고 그곳에서 96도 실험용 알코올을 마시고 취했다.

이 한 문장이 중독의 성질을 압축한다. 갈망은 ‘무엇을 마실 것인가’를 고르지 않는다. ‘마실 수 있는 것이 무엇인가’만 본다. 사람이 배우고 일하고 잘 지내는 동안에도, 갈망은 조용히 기회를 기다린다.

그럼에도 그녀는 회복했다. **1900**년 **10**월 **11**일 퇴원해 가정부로 취직했다. 용의 기록에 따르면 그녀는 “매우 뛰어나게 일했으며 사교성과 근면함으로 높은 평가를 받았다”.

이 대목을 그냥 지나치지 말자. 아홉 달 가까이 그녀는 잘 지냈다. 중독의 이야기를 읽을 때 우리는 무너지는 장면만 기억하지만, 회복의 장면도 언제나 함께 있다. 그녀에게는 일할 힘이 있었고, 사람들과 어울릴 힘도 있었다. 문제는 그 힘이 없었다는 것이 아니다.

1901년 7월 초, 한 고용주가 그녀에게 와인을 주었다. 악의는 없었다. “신경에 좋다”며 건넨 강장제였다. 그녀는 곧 일주일 치 와인을 보내 달라고 청했다. 그리고 7월 19일, 메틸화 주정과 오 드 코롱을 마신 뒤 진전섬망 상태로 다시 뷔르크힐출리에 실려 왔다(CW 1, para. 203).

여드레. 한 잔의 ‘약’에서 공업용 알코올까지 걸린 시간이다. 이 여드레 안에 중독 임상의 핵심 원리가 여럿 들어 있다.

- 재발은 사건이 아니라 과정이다. 우리는 흔히 ‘다시 마신 날’을 재발이라 부른다. 그러나 7월 19일은 마지막 장면일 뿐이고, 과정은 7월 초의 그 한 잔에서 이미 시작되었다.
- 첫 잔은 양의 문제가 아니다. 오늘날 이것을 점화 효과(priming effect)라 부른다. 적은 양의 알코올이 보상 회로를 다시 켜면, 그다음의 갈망은 의지로 조절되는 영역을 벗어난다. “한 잔쯤은 괜찮다”가 위험한 이유는 그 한 잔의 해로움 때문이 아니라, 그 한 잔이 여는 문 때문이다. A.A.가 “한 잔은 너무 많고 천 잔은 모자란다”고 말하는 것도 같은 뜻이다.
- 위험은 종종 선의의 얼굴로 온다. 고용주는 그녀를 해치려 한 것이 아니다. 그 시대에 포도주는 약이었다. 오늘날에도 형태만 바꾼 채 같은 일이 일어난다. 알코올이 든 감기약과 구강청결제, 요리에 넣은 술, 수술 뒤의 진통제, “명절인데 한 잔쯤은”이라는 권유. 회복 중인 사람과 함께 사는 가족과 의료진이 반드시 알아야 할 대목이 여기에 있다. 회복은 개인의 의지만으로 지켜지지 않는다. 환경이 함께 지켜 주어야 한다.
- 비음용 알코올은 마지막 단계의 신호다. 메틸화 주정과 오 드 코롱은 마시라고 만든 것이 아니다. 특히 메틸화 주정에 섞인 메탄올은 실명과 죽음을 부를 수 있다. 여기까지 손이 갈 때 그것은 취향의 문제도, 절제력의 문제도 아니다. 몸이 술 없이는 버티지 못하는 상태에 이르렀다는 뜻이다.

한 가지를 덧붙여야 한다. 아홉 달의 성공적인 금주를 “결국 실패한 시간”으로 셈하지 않는 일이다. 회복은 직선이 아니다. 오늘날 재발은 치료 실패의 증거가 아니라 만성 질환의 경과에 속하는 사건으로 이해된다. 다시 시작하는 사람에게 필요한 것은 “역시 안 되는구나”라는 판결이 아니라, 무엇이 문을 열었는지 함께 되짚어 보는 자리다.

9. “노동자들 사이의 한 노동자” — 무너지는 자기와 과대감

다시 입원한 뒤 그녀는 한 음악 연습 시간에 조교 의사의 방에서 “방탕하고 떠들썩하며, 에로틱하고 도발적”이었다. 용은 이 무렵의 그녀를 이렇게 기록한다.

그녀는 성적으로 매우 흥분해 있었고, 때로는 우울해 보였으며, 비난을 받으면 매우 예민하게 반응했고, 정서적 반응은 극히 불안정하고 과장되어 있었다. 그녀는 자신의 정서적 가변성에 대한 통찰이 전혀 없었고, 자신과 자신의 저항 능력을 크게 과대평가했으며, 개인적 가치에 대해 과장된 의식을 지녔고, 종종 다른 사람들에 대해 경멸적인 발언을 했다. 그녀는 “노동자들 사이의 한 노동자”로 일해야 하는 것이 부끄럽다고 느꼈고, 자신은 “더 높은 무언가를 위해 예정되어 있다”고 생각했다.

— CW 1, para. 203

한 문단 안에 서로 어긋나는 것들이 함께 들어 있다. 우울과 과대감. 비난에 지나치게 예민하면서 동시에 남을 깔보는 말. 자신을 크게 평가하면서도 ‘노동자’라는 자리를 부끄러워하는 마음.

이 어긋남이야말로 핵심이다. 과대감은 자신감의 반대말이 아니라, 무너진 자기를 급히 덮은 천이다. 정말로 자기가 단단한 사람은 자기를 크게 말할 필요가 없다. 크게 말해야 하는 사람은, 말하지 않으면 무너질 것 같은 사람이다.

자기심리학의 언어로 옮기면 이렇게 정리된다. 사람의 자기(self)는 어릴 때 누군가가 자기를 비추어 주고 안아 주는 경험을 통해 단단해진다. 그 경험이 부족했거나 침범으로 깨졌을 때, 자기는 하나로 뭉치는 힘 — 응집력 — 을 잃는다. 응집력을 잃은 자기는 두 가지 방법으로 버틴다. 하나는 부풀리기다. “나는 더 높은 무언가를 위해 예정되어 있다.” 다른 하나는 마취다. 술.

그래서 “자신의 저항 능력을 크게 과대평가했다”는 용의 한 줄은 단순한 성격 묘사가 아니다. 그것은 재발의 예보다. 자기 힘을 실제보다 크게 보는 사람은 위험을 피하지 않는다. 강장제 와인을 거절하지 못한 일과 이 과대평가는 한 줄로 이어져 있다. 12 단계 중 제 1 단계가 “무력함의 인정”을 맨 앞에 두는 임상적 이유가 여기에 있다.

그리고 여기서 우리는 앞 장의 남성과 이 여성이 정확히 마주 보고 있다는 것을 알게 된다. 남성은 팽창에서 출발해 수치로 떨어졌고, 여성은 수치에서 출발해 팽창으로

떠올랐다. 방향은 반대지만 축은 하나다. 팽창과 수축, 과대와 수치는 같은 축의 두 끝이며, 술은 그 축을 오가는 왕복 차표였다.

A.A.가 말하는 겸손(humility)이 자기비하가 아닌 이유도 여기서 분명해진다. 겸손이란 자기를 작게 보는 일이 아니라, 부풀리지도 무너지지도 않은 실제 크기의 자기로 서는 일이다. 융의 개성화(individuation)가 겨누는 자리도 정확히 그곳이다.

10. 그녀를 ‘교정’하려 한 사회 — 낙인이라는 두 번째 외상

한 걸음 물러나 이 사례를 시대 속에 놓아 보자.

만약 그녀가 몇 세기 전에 살았다면, 이 ‘히스테리적’ 행동은 다른 이름으로 불렸을 것이다. 마녀. 그리고 그녀는 치료받는 대신 화형대에 섰을지도 모른다.

19세기 말의 유럽은 화형대 대신 수용소를 지었다. 이름은 달라졌지만 기능에는 겹치는 데가 있었다. 아일랜드의 막달레나 세탁소가 그 극단적인 예다. 미혼모, 성폭력 피해자, ‘행실이 문제’라고 여겨진 여성들이 그곳에 보내져 무급으로 세탁 노동을 했다. 마지막 세탁소가 문을 닫은 것은 1996년이다. 아주 먼 옛날 이야기가 아니다.

편집 주 — 이 비교는 비유다. 뷔르크힐출리는 병원이었고 융은 의사였다. 두 제도를 같은 것으로 보아서는 안 된다. 다만 ‘문제를 일으키는 여성을 격리해 다시 만든다’는 사회적 충동이 두 곳에 함께 흐르고 있었다는 점에서 나란히 놓아 본다.

무엇을 다시 만들려 했는가. 당시 사회가 여성에게 요구한 것은 분명했다. 관계 안에서 절제되어 있을 것, 도덕적으로 흠이 없을 것, 아이를 낳고 기르는 일에서 믿을 만할 것. 이 기준에서 벗어난 여성은 ‘아픈 사람’이 아니라 ‘잘못된 사람’으로 취급되었다. 그녀가 잃어 가고 있던 것은 술 이전에 자기 자신에 대한 감각 — 내가 누구인가에 대한 답 — 이었고, 사회가 돌려주려 한 것은 그 답이 아니라 규범이었다.

융의 언어를 빌리면, 이 기대의 목록은 그 사회 남성들의 그림자(shadow)가 여성에게 투사된 결과다. 사람은 자기 안에서 받아들이기 어려운 것 — 통제되지 않는 욕망, 감당하기 힘든 감정 — 을 밖에 있는 누군가에게 던져 놓고 그 사람을 벌한다. ‘타락한 여자’라는 이름은 그렇게 만들어진다. 벌을 받는 것은 그녀지만, 벌하는 사람이 정말로 두려워한 것은 자기 안의 무엇이었다.

여기에 여성 중독의 가장 무거운 조건이 있다. 남성이 취하면 무용담이 되고, 여성이 취하면 낙인이 된다. 이 차이는 기분의 문제가 아니라 결과의 문제다. 낙인이 무거울수록 도움을 청하기 어렵고, 도움이 늦을수록 병은 깊어진다. 앞서 본 텔레스코핑 — 여성의 진행이 더 빠르다는 사실 — 에는 생리적 이유만 있는 것이 아니다. 늦게 오는 도움도 그 이유 가운데 하나다.

그리고 낙인은 그 자체로 두 번째 외상이 된다. 첫 번째 외상은 열여덟 살에 그녀를 침범한 사람이 입혔다. 두 번째 외상은 그 일을 말하지 못하게 한 침묵과, 술 취한 여자를 바라보는 시선이 입혔다. 오늘 우리가 중독을 성별의 렌즈로 다시 본다는 것은, 바로 이 두 번째 외상을 썸에 넣는다는 뜻이다.

임상적으로 이것은 하나의 원칙으로 옮겨진다. 여성 중독자의 치료는 외상을 먼저 썸에 넣어야 한다(**trauma-informed care**). 순서를 바꾸면 치료가 그 자체로 다시 상처를 입히는 일이 될 수 있다. 통제하고, 규칙을 부과하고, 수치심을 자극하는 방식은 — 그것이 아무리 선의라 해도 — 그녀가 이미 겪은 구조를 되풀이한다. 안전, 선택권, 그리고 관계. 이 셋이 회복의 바닥이 되어야 한다.

11. 부러진 다리에 빛을 비추다 — 분석의 한계

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

덧붙이자면, 이 비유에는 오늘의 임상에도 그대로 통하는 경고가 있다. 외상을 다루는 자리에서 “이제 원인을 알았으니 달라질 것”이라는 기대는 종종 배신당한다. 아는 것과 견딜 수 있게 되는 것은 다른 일이기 때문이다. 부러진 다리에 빛이 아니라 부목이 필요하고, 부목을 대고 있는 동안 곁에 있어 줄 사람이 필요하다. 12 단계가 스폰서와 모임이라는 관계 장치를 프로그램의 한복판에 둔 이유가 여기에 있다.

12. 대상관계로 다시 읽기, 그리고 웅 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, 그림자와의 관계로, 그리고 상처 입은 여성성 원형(archetype)의 문제로 확장해 읽었을 것이다. 특히 “더 높은 무언가를 위해 예정되어 있다”는 그녀의 확신은, 후기 융이라면 팽창한 아니무스의 목소리 — 내면의 남성적 판단자가 자기 자리를 넘어 자아를 대신 말하는 상태 — 로 보았을 법하다. 초기의 임상 기록과 후기의 상징 이론 사이에 놓인 이 거리가, 융이라는 사상가가 걸어간 길의 폭을 짐작하게 한다.

잠시 멈추어 — 제 5 장 성찰 질문

1. 그녀가 병동에서 부른 ‘소녀 시절의 노래’처럼, 당신에게도 상처가 생기기 이전의 자기를 불러내는 장면·노래·냄새가 있습니까? 그것은 지금 당신에게 무엇을 말하고 있습니까?
2. “한 잔쯤은 괜찮다”는 판단이 문을 열었습니다. 당신의 삶에서 ‘한 잔’에 해당하는 것, 곧 별것 아니어 보이지만 그다음에 여는 첫 행동은 무엇입니까?
3. 고용주는 선의로 와인을 건넸습니다. 내 주변에서 선의의 얼굴로 다가오는 위험은 무엇이며, 그것을 거절할 말을 나는 미리 준비해 두었습니까?
4. 과대감이 무너진 자기를 덮은 천이라면, 당신이 자주 꺼내 드는 ‘천’은 어떤 모양입니까? 유머, 지식, 바쁨, 돌봄, 성취 가운데 어느 것에 가깝습니까?
5. 그녀가 받은 ‘두 번째 외상’은 사람들의 시선이었습니다. 당신은 누군가의 고통 앞에서 어떤 시선을 보내고 있습니까?

제 6 장. 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. 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, 12 단계가 “무력함의 인정”에서 출발하는 이유이기도 하다.

세 번째 끈은 팽창과 수치의 축이다. 이번 장에서 새로 확인한 것이 이 대목이다. 남성은 팽창에서 시작해 수치로 떨어졌고, 여성은 수치에서 시작해 팽창으로 떠올랐다. 겉모습은 정반대지만 두 사람은 같은 축 위에서 흔들리고 있었다. 회복이 겨누는 것은 이 축의 한쪽 끝이 아니라, 축에서 내려오는 일이다.

바로 여기서 융의 임상 기록과 12 단계의 설계가 만난다. 술을 멈추는 것은 제 1 단계의 전제일 뿐, 회복의 본체는 그다음에 온다. 제 4 단계에서 제 10 단계에 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.

그리고 두 사례는 같은 자리에서 멈춰 선다. 의지도 통찰도 그것만으로는 부족하다는 자리다. 그렇다면 그 부족한 자리를 무엇이 채우는가. 1935 년에 시작된 한 모임이 내놓은 답을, 이제 다음 장에서 살펴본다.

잠시 멈추어 — 제 6 장 성찰 질문

1. 팽창과 수치의 축에서 당신은 주로 어느 쪽 끝에 서 있습니까? 그리고 반대쪽 끝으로 튕겨 갈 때는 대개 어떤 일이 일어난 뒤입니까?
2. 술이(혹은 당신의 ‘그것’이) 대신 해 주던 일은 무엇이었습니까? 그 일을 이제는 무엇이, 누가 대신하고 있습니까?
3. “알면서도 하지 못한 일”을 하나 떠올려 보십시오. 그때 부족했던 것은 지식이었습니까, 힘이었습니까, 아니면 함께 있어 줄 사람이었습니까?

제 7 장. A.A.는 어떻게 작동하는가

1. A.A. 서문

익명의 알코올중독자들(Alcoholics Anonymous)은 남성과 여성의 공동체로서, 그들은 서로 경험과 힘, 희망을 나누어 자신들의 공통 문제를 해결하고 다른 사람들이 알코올중독에서 회복하도록 돕는다. 회원 자격의 유일한 조건은 술을 끊고자 하는 바람이다. A.A. 회원에게는 회비나 수수료가 없다. 우리는 스스로의 기부를 통해 자립한다. A.A.는 어떠한 종파, 교단, 정치, 조직, 또는 기관과도 제휴하지 않는다. 어떠한 논쟁에도 관여하지 않으며, 어떠한 주장도 지지하거나 반대하지 않는다. 우리의 주된 목적은 금주를 유지하고 다른 알코올중독자들이 금주를 이루도록 돕는 것이다.

— 「A.A. 서문」, 1958 년 A.A. Grapevine, Inc. 저작권. 허가를 받아 재인쇄.

대부분의 A.A. 모임은 이 짧은 글을 낭독하며 시작한다. 백 단어 남짓한 이 문단이 하는 일은 두 가지다. 밖에서 보는 사람에게는 A.A.가 무엇인지 설명하고, 안에 있는 사람에게는 이 모임이 무엇이 아닌지를 매년 다시 알려 준다.

2. 이 서문은 언제, 왜 쓰였나

서문의 성립 과정 자체가 A.A.의 성격을 보여 준다. 이 글은 1947 년 6 월 《A.A. 그 레이프바인》의 편집진이 썼다. 빅북 초판(1939)에 실려 있던 글이 아니라, 오히려 그 반대다. 편집진이 빅북 초판의 머리말에서 문구를 끌어와 새로 엮은 것이 이 서문이다. 목적은 분명했다. 알코올중독자가 아닌 일반 독자에게 “A.A.란 무엇인가”를 한 문단으로 설명하는 것.

이후 문구는 몇 차례 다듬어졌다. 1958 년 총회에서 두 가지가 바뀌었는데, 그중 하나는 특히 눈여겨볼 만하다. 원래 가입 조건은 “술을 끊고자 하는 정직한 바람”이었는데, 이 ‘정직한’이라는 낱말이 삭제된 것이다. 누구의 바람이 정직한지를 판정하는 일은 결국 문지기를 만든다. 그 판정을 없앴으로써 A.A.는 문턱을 지웠다. 나머지 하나는 회비 관련 문구가 “회비나 수수료가 없으며, 우리는 스스로의 기부를 통해 자립한다”로 확장된 것이다. 본문에 붙은 1958 년 저작권 표기는 이 개정을 가리킨다.

이 삭제 하나가 임상적으로 얼마나 큰 의미를 갖는지는 앞의 두 사례를 떠올리면 곧 바로 드러난다. 남성 환자에게는 통찰이 있었지만 그것을 행동으로 옮길 힘이 없었고, 여성 환자는 자기 상태에 대한 통찰 자체가 없었다. 만약 ‘정직한 바람’을 입장 조건으로 걸었다면, 두 사람 모두 문 앞에서 돌아섰을 것이다. 회복의 문은 준비가 끝난 사람을 위해서가 아니라, 아직 준비되지 않은 사람을 위해 열려 있어야 한다.

편집 주 — 2021 년 총회에서 영어 원문의 “men and women”이 “people”로 개정되었다. 본문은 이 책이 다루는 시기의 문헌 표기를 따라 1958 년판을 옮겨 실는다.

3. 서문을 한 줄씩 읽기 — 다섯 개의 장치

서문은 선언문처럼 읽히지만, 실제로는 다섯 개의 정교한 장치다. 각각이 무엇을 막고 무엇을 지키는지 하나씩 살펴보자.

1) “경험과 힘, 희망을 나누어” — 치료자가 아니라 동료

첫 문장에는 ‘치료’도 ‘상담’도 없다. 나누는 것은 경험과 힘과 희망이다. 이것은 겸양의 표현이 아니라 구조의 선언이다. A.A.에는 환자와 치료자가 없고, 먼저 온 알코올 중독자와 나중에 온 알코올중독자가 있을 뿐이다.

윙이 롤런드 해저드에게 남긴 말이 여기서 되올린다. 윙은 자신의 의학이 그를 도울 수 없다고 인정하고, 그가 기댈 곳은 영적 체험이라고 말했다. 전문가가 자신의 한계를 인정한 그 자리에서 A.A.의 계보가 시작되었다는 사실은 우연이 아니다. 이 서문의 첫 문장은 바로 그 인정 위에 서 있다.

2) “유일한 조건은 술을 끊고자 하는 바람” — 자격 심사 없음

심사도, 진단서도, 추천서도 없다. 앞 장에서 본 변화의 단계로 보면, 이 조건은 숙고 단계에 발을 들인 사람까지 받아들인다는 뜻이다. 아직 결심하지 못한 사람, 갈팡질팡하는 사람, 오늘 아침에도 마신 사람이 문을 열고 들어올 수 있다. 회복은 준비된 다음에 시작되는 것이 아니라, 들어온 다음에 준비된다는 순서의 역전이 여기에 있다.

3) “회비나 수수료가 없다 / 스스로의 기부로 자립한다” — 돈이 관계를 오염시키지 않도록

두 문장이 짝을 이룬다. 앞은 받는 사람을 보호하고, 뒤는 주는 사람을 보호한다. 무료이기 때문에 가난이 장벽이 되지 않고, 외부의 돈을 받지 않기 때문에 후원자가 방향을 정하지 못한다.

여기에는 앞서 본 임상 문제 하나가 걸려 있다. 중독자는 ‘돌봐 줄 누군가’를 찾다고 했다. 만약 A.A.가 유료 서비스였다면, 회원은 곧 고객이 되고 고객은 돌봄을 사는 사람이 된다. 대가 없이 주고받는 구조는 공의존이 자라날 토양을 줄인다. 도움을 사면 의존이 되지만, 도움을 주고받으면 관계가 된다.

4) “어떤 조직과도 제휴하지 않으며, 어떤 논쟁에도 관여하지 않는다” — 팽창 방지 장치

우리는 앞에서 자아의 팽창(inflation)을 알코올중독의 핵심 병리로 보았다. 그런데 팽창은 개인에게만 오는 것이 아니다. 집단도 팽창한다. 회원이 늘고 영향력이 커지면, 공동체는 자신이 세상의 문제를 풀 자격이 있다고 믿기 시작한다.

이 조항은 그 유혹을 미리 끊어 둔 것이다. 빌 월슨이 1955년 세인트루이스 대회에서 자신의 권한을 회원들에게 넘긴 일과 같은 원리다. 개인의 개성화가 투사를 거두어들이는 과정이듯, 공동체의 성숙도 자신에게 없는 권위를 스스로 내려놓는 데서 온다.

5) “주된 목적은 금주를 유지하고 다른 알코올중독자를 돕는 것” — 하나만 한다
마지막 문장은 두 개의 과제를 하나로 묶는다. 나의 금주와 남의 금주다. 이것이 A.A. 설계에서 가장 독창적인 대목일지 모른다. 돕는 일이 선행이나 부수적 활동이 아니라 자기 회복의 수단 자체로 규정되어 있기 때문이다.

임상적으로도 근거가 있다. 회복 초기의 사람은 자기 안을 들여다볼수록 수치심에 가라앉기 쉽다. 그러나 다른 사람을 돕는 자리에 서면, 자기 이야기가 처음으로 쓸모를 갖는다. 가장 부끄러웠던 기억이 누군가를 살리는 재료가 되는 순간, 수치심의 방향이 바뀐다. 용의 표현을 빌리면, 같은 에너지가 파괴에서 창조로 방향을 튼 것이다.

편집 주 — 이 장의 본문은 A.A. 서문까지가 원고에 담겨 있습니다. 이어지는 절(12 단계의 구조, 12 전통, 스폰서십과 모임의 작동 방식, 그리고 이를 용의 개성화 과정과 대조하는 대목)은 원서 해당 장의 번역 원고를 받는 대로 같은 형식으로 이어 붙이겠습니다.

잠시 멈추어 — 제 7 장 성찰 질문

- 1.** 1958년 A.A.는 가입 조건에서 ‘정직한’이라는 낱말을 지웠습니다. 당신이 사람을 맞이하는 자리에는 어떤 ‘정직한’이 아직 남아 있습니까?
- 2.** 서문은 A.A.가 무엇이 아닌지를 절반이나 할애해 말합니다. 당신이 하는 일에 대해 “이것은 ○○이 아니다”라고 분명히 해 두어야 할 것은 무엇입니까?
- 3.** 가장 부끄러웠던 경험이 누군가에게 도움이 되었던 순간이 있습니까? 그때 그 경험에 대한 당신의 느낌은 어떻게 달라졌습니까?

표기와 편집에 관한 일러두기

CW는 용 전집(Collected Works of C. G. Jung)을 가리키며, 본문의 인용 출처(Bauer 1982 등)는 원전의 표기를 따랐다.

여성 사례의 가해자에 대해 원고에는 ‘집안의 남성 고용인’과 ‘삼촌’이라는 두 표기가 함께 있었으나, 1차 서술을 따라 ‘집안의 남성 고용인’으로 통일했다.

어머니의 상태에 대해 원고의 두 판본이 엇갈린다. 한쪽은 “정신질환으로 사망”, 다른 한쪽은 “정신질환을 앓고 있었다”로 적고 있다. 여기서는 두 판본이 함께 지지하는 사실(정신질환을 앓았다)만 남기고, 사망 여부는 CW 1, para. 197 원문 확인 뒤에 확정하기로 한다.

A.A. 서문은 1947년 6월 《A.A. 그레이프바인》에 처음 실렸으며, 빅북 초판의 머리말에서 문구를 끌어와 편집진이 새로 엮은 글이다. 원고에 있던 “빅북 초판 서문에도 포함되었다”는

서술은 순서가 뒤바뀐 것이어서 바로잡았다. 1958 년 총회에서 ‘정직한(honest)’이 삭제되고 자립 문구가 확장되었고, 2021 년 총회에서 “men and women”이 “people”로 개정되었다. 막달레나 세탁소와의 비교는 비유로 제시한 것이며, 뷔르크힐츨리를 그와 같은 시설로 규정하려는 것이 아니다. 두 제도에 공통으로 흐르는 사회적 충동을 드러내기 위한 대조다.

‘점화 효과(priming effect)’, ‘외상을 셈에 넣는 치료(trauma-informed care)’, ‘재발은 과정’ 등 원고에 없던 임상 개념은 오늘의 독자를 위해 편집 과정에서 보탠 것이다. 용의 원문 서술과 구분해 읽어 주기 바란다.

각 장 끝의 성찰 질문은 강의와 집단 워크숍의 발제문으로 바로 쓸 수 있도록 편집 단계에서 새로 작성한 것이다.