

## 모래놀이치료에서 정점 체험에 대한 현상학적 연구\*

### The Phenomenological Research on Experiencing the Stillpoint in Sandplay Therapy

부 정 민\*\*

Boo, Jung Min

강 규 숙\*\*\*

Kang, Kyu Suk

#### <Abstract>

This study is a qualitative study of how the stillpoint might be experienced in sandplay therapy. we selected Van Manen's categories for phenomenological questions and reflections: lived space, lived time, lived relations, and lived body. We added an additional categories because of their importance in psychotherapy: lived emotions. We understood the lived body was 1) stillness, 2) Tears filling the clients' eyes; Lived time was 1) Intersection of the past, the present, and the future, 2) Kairos time; Lived space was 1) Temenos within the temenos, 2) Space of the beginning; Lived relations were 1)Worldly relations, in terms of symbolic experiences, 2) Recognition of a different aspect of self in the inner world, 3) Spiritual relations; lived emotions were 1) Catharsis, 2) Divinity. In addition, We understood the essential meaning of the stillpoint was flow and Transcendence.

*Keywords* : still point, sandplay therapy, analytic psychology, phenomenology

---

\* 이 논문은 캐나다 오타와에서 열린 국제모래놀이치료학회(ISST) 제23회 학술회의에서 주제발표된 것을 요약한 것임.

\*\* 교신저자 : 제주국제대학교 심리상담치료학과 부교수 (jmb0024@hanmail.net)

\*\*\* 한꿈상담심리센터 소장 (kitty4839@naver.com)

## I. 서 론

2015년 캐나다 오타와에서 열릴 국제모래놀이치료학회의 23번째 학술회의 주제는 'Finding the Stillpoint...at the Crossroads'였다(학술대회가 열리기 1년 전에 발표주제가 공지되었다). 1년 후, 발표를 해야 하는 우리에게는 다소 낯설고 고민스러운 주제였다. 왜냐하면 모래놀이치료에서 Stillpoint(이하 정점)라는 개념을 전혀 접해본 적이 없었기 때문이다.

1년 후, 학술회의가 열렸고, 첫 번째 발표자로 나선 Weinberg(2015) 박사 역시 우리와 비슷한 고민이 있었음을 그녀의 발표 원고에서 알 수 있었다. 그녀는 원고 서문에서 "나는 정점이 무엇인지에 대해 먼저 논의하고자 합니다. 왜냐하면 나는 발표원고를 모집하는 학술회의 위원회가 제시한 참고문헌에서 본 것 외에는 모래놀이치료 문헌에서 이 단어를 거의 본적이 없기 때문입니다"라고 언급했다. 동병상련과도 같은 그녀의 이야기는 모래놀이치료에서 정점을 찾기 위한 1년 동안의 우리의 힘든 여정을 위로해주는 것 같았다.

한편, Weinberg(2015) 박사는 "이 단어를 분명하게 언급한 곳은 Mary Jane Markell의 저서 250쪽인데, 그녀는 거기서 만달라 형태의 내담자 모래사진과 함께 이 단어를 언급했습니다...(중략)... Markell은 정점을 '신비한 중심'이라고 언급했습니다"라고 밝혔다. 이때는 우리 역시 정점에 대한 문헌 및 모래놀이치료사례 연구를 완료했을 때라, Markell의 언급에 진심으로 공감할 수 있었다. Markell의 언급처럼, 정점은 신비한 중심(the mystic center)으로도 표현할 수 있다.

모래상자를 만드는 동안 정점, Markell의 표현을 빌자면, 신비한 중심을 경험하는 것은 때때로 내담자에게 전체정신의 에너지와 접촉할 수 있는 기회를 제공하곤 한다. 흔히 이것은 내담자의 의식의 발달, 심지어 오래된 의식의 죽음과 새로운 의식의 출현, 자기와의 관계를 필요로 한다. 정점을 경험하는 동안 우리는 주의 깊은 관찰을 통해, 심지어 무의식적으로, 몸의 움직임과 에너지의 변화를 감지할 수 있다. 또한 정점을 둘러싼 일상의 역동에서 찾을 수 있는 눈에 보이지 않는 순서와 패턴을 인식할 수 있다.

우리는 문헌조사를 통해서 정점이 T. S. Eliot(이하 Eliot)의 시에서 처음으로 나타났다는 것을 알게 되었다. 그의 시에서 정점은 다음처럼 표현되었다.

At the still point of the turning world. (회전하는 세계의 정점)

Neither flesh nor fleshless... (육체도 비육체도 아닌)

And do not call it fixity, (고정이라고 불러선 안된다)

Where past and future are gathered... (과거와 미래가 합쳐지는 점이다)

Except for the point, the still point, (이 정점 없이는)

There would be no dance, and there is only the dance (춤은 없다. 그러나 춤 밖에는 없다)

여기서 정점은 부동의 동인이며, 과거와 미래가 합쳐지는 점이며, 시간의 밖에 위치하며, 의식하는 지점이다. 의식한다는 것은 현재, 과거, 미래의 사슬을 끊고 영원성을 의식하는 신과 합일된 강렬하며 고양된 의식을 의미한다고 볼 수 있다(유희경, 2002).

이 이후, 정점은 Eliot의 작품 속에 지속적으로 등장하였다. 정점을 명쾌하게 정의내리는 것은 어렵지만, Eliot의 작품 속에 드러나는 정점은 크게 '중심성'적인 개념과 대립되는 개념의 통합을 이루어내는 '통합성'적 개념으로 설정하고 있음을 유추할 수 있다. 우선, 그의 시에서 정점을 중심성적인 특성으로 유추할 수 있는 표현들로는 차축, 실재, 사랑, 강렬한 순간, 신, 시간과 무시간의 교차점의 순간, 갑작스런 광휘 등을 들 수 있다. 다음, 정점을 통합성적인 특성으로 유추할 수 있는 표현들로는 육체도 비육체도 아닌 것, 존재와 비존재상의 영역, 고요와 춤, 올라가는 길-내려가는 길, 나아가는 길-돌아오는 길 등을 들 수 있다. Eliot은 이 두 가지 개념을 어느 하나에 고정시키지 않고 융합시켜 사용하고 있으며, 어떤 때는 중심성적인 개념을, 어떤 때는 통합성적인 개념을 사용하였다. 정점에 대해서 많은 학자들이 저마다의 주장을 하고 있으나 그 공통점은 대립개념의 화합과 중심의 개념이라고 볼 수 있다. 정점은 이질적 혹은 상충적 개념을 화해하고 해결하는 힘이며, 정신적인 중심이며, 어떤 절대자의 개념까지 포함하고 있다(Cornwell, 1962).

Eliot은 절대적인 완전성과 동시에 그 과정과 사상을 담아낼 수 있는 어떤 '틀'을 추구했다. 그 틀이 바로 정점이었다. 그는 이 '틀'에서 모든 것이 융합하고 해석될 수 있는 가능성을 발견했다. Eliot에게 있어 정점은 완전성을 지칭하는 모든 개념을 수용할 수 있으며, 모든 이질적인 개념들을 해결하고 모두를 동일 지평에 놓고 해석할 수 있는 틀이다(김신표, 2004). Eliot은 서로 대립되어 보이는 것들은 다 같은 중심점을 가지고 있으며, 그 안에서 질서와 조화가 이루어지는 것으로 보고 그 중심점을 정점으로 표현했다(유희경, 2002).

이러한 의미를 지닌 정점은 모래놀이치료에서 일어나는 상징의 초월적 기능을 연상시킨다. 서로 대립되는 대극을 이루는 특성들이 자기의 중심적 원형을 향해 질서와 조화를 이루고, 통합을 이루는 것을 모래놀이치료에서 상징의 초월적 기능이라고 하는데, 초월적 기능의 주요한 특성인 중심과 통합은 정점의 주 특징인 중심성과 통합성에서 서로 관통하고 있다.

또한, "정점은 초월적 기능의 궁극적 상태에 있는 자기이며, 초월성은 대극 간의 긴장의 상쇄를 나타낸다"라는 Jung의 주장 역시 정점에 대한 Eliot, Cornwell의 관점과 같은 맥락이다. Jung은 자기가 개성화되어가는 것을 자기실현이라고 하였으며, Jung의 자기실현 과정은 정점의 완전성에 대한 합일의 상태에 도달하는 과정과 유사하다.

이에 근거하여 본 연구에서는 정점의 정의를 상징의 초월적 기능과 Jung의 자기가 개성화되어가는 자기실현 과정까지 포함하여 정의하였다. Jung은 자기실현을 세 가지 단계 즉, 그림자(shadow)의 인식단계, 아니무스(animus)/아니마(anima)의 인식단계, 자기(Self)의 인식단계

를 거쳐서 이루어진다고 했다. 따라서 본 연구에서 정점의 정의는 이 세 가지 단계 모두를 포함하고 있다.

따라서 본 연구에서는 이러한 정의에 근거하여 모래놀이치료에서 정점을 발견해보고자 하였다. 다시 말해 모래놀이치료에서 정점은 어떻게 나타나는가? 모래놀이치료에서 정점은 어떻게 체험되는가? 이러한 체험의 의미는 무엇인가? 이 질문에 대한 답을 찾아보고자 하였다.

이 연구의 목적은 모래놀이치료 과정에서 경험했던 정점을 생생하게 이야기해봄으로써 정점을 있는 그대로 이해해보고, 이 경험의 본질적 의미를 드러내보고자 하는 것이었다. 이를 위하여 우리는 첫째, 정점이 어떻게 쓰이고 있는지를 알아보기 위해서 문학작품, 모래놀이치료와 분석심리학 등의 문헌을 근거하여 정점에 대한 정의를 내렸다. 둘째, 실제 내담자의 모래그림에서 경험하는 정점의 사례를 살펴보았다. 셋째, 내담자들이 정점을 경험하는 순간 어떤 것들을 느꼈는지 탐색하였다. 넷째, 면담자료를 분석하고 해석하기 위해 선이해인 Jung의 분석심리학적 이론에 바탕을 둔 Dora Kalff의 모래놀이치료의 이론과 기법에 따른 해석을 중지하는 동시에, 반성을 통하여 현상을 새롭게 바라봄으로써 사물 그 자체를 주목하는 현상학적 접근을 취하려고 노력하였다.

즉 한편에선, 내담자가 모래상자에 꾸민 그의 세계를 이해하기 위해 철저하게 Jung의 분석심리학적 이론에 바탕을 둔 Dora Kalff의 모래놀이치료 입장을 취하려고 노력하였다. 모래놀이는 Jung의 분석심리학 이론에 기반을 두고 Dora Kalff에 의해 발전된 정신의 자연적인 치유 능력을 촉진하는 비언어적 치료방법이다(이미애, 2010). 따라서 Jung의 분석심리학적 이론과 Dora Kalff의 모래놀이치료의 이론과 기법은 '모래놀이치료 그 자체'이기 때문에, 정점의 현상적 특징을 있는 그대로 드러내고, 그것의 본질적 의미를 찾기 위해서는 철저하게 '모래놀이치료 그 자체'를 드러내는 것이 '선행'되어야 하기 때문이다.

그리고 다른 한 편에선, 선이해인 Jung의 분석심리학적 이론에 바탕을 둔 Dora Kalff의 모래놀이치료의 이론과 기법에 따른 해석을 중지하였다. 현상학적 접근은 어떠한 객관적 도구에 의존하지 않고 구체적이고 생생한 현장성과 주체의 경험에 기초하여 인간의 경험과 현상의 의미를 이해하고자 하는 방법론(전가일, 2010)이기 때문이다.

이러한 시도는 모래놀이치료의 신비스러운 체험을 이해하는데 작은 기여를 할 수 있을 것으로 기대하였다.

본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 모래놀이치료사례에서 정점은 어떻게 나타나며, 내담자와 치료사는 정점을 어떻게 경험하는가? 그리고 이에 대한 분석심리학적 견지에서의 해석은 어떻게 되는가?

둘째, 모래놀이치료에서 정점 체험의 특성은 무엇인가?

셋째, 이러한 체험적 현상들은 어떠한 의미의 본질들로 구성되는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구참여자

본 연구의 참여자는 모래놀이치료 내담자 네 명, Jane, Jina, Kim과 Kang이다. 이들에 대한 대략적인 정보는 표 1에 제시하였으며, 주 호소문제, 가족배경과 발달사 등은 각 사례 내용 안에 제시하였다.

표 1. 연구참여자

이름	성별	연령	결혼여부	비고
Jane	여	36세	기혼	내담자
Jina	여	42세	기혼	내담자
Kim	여	58세	기혼	내담자
Kang	여	46세	기혼	내담자

### 2. 연구과정

우선, 정점이라는 표현이 어떻게 시작되었는지를 알아보고, 정점이 모래놀이치료와 분석심리학에서 어떻게 응용되어 쓰이고 있는지를 알아보기 위해서 문헌 연구를 하였다.

다음, 이에 근거하여 모래놀이치료 사례에서 정점이라고 여겨지는 회기의 모래사진을 선정하였다. 2014년 10월에서 11월 사이에 네 명의 사례에서 각 1-2장씩의 모래사진을 선정하였고, 총 5장의 모래사진을 모래상자에 대한 내담자의 언어적 표현, 치료사의 느낌과 관찰, 내담자가 꾸민 모래상자에 대한 Jung의 분석심리학적 해석을 시도하였다.

그리고 이 자료를 바탕으로 2014년 12월, 한 달 동안 내담자와 심층면담을 했다. 면담은 주 1회 한 번씩(총 3회) 매회 1-2시간에 걸쳐 이루어졌다. 면담은 선정된 모래사진의 회기에서 경험했던 것들, 특히 구체적인 느낌이나 감정들을 이야기해달라고 부탁하였다. 이렇게 진행된 면담은 다음 면담에서의 대화를 보다 더 심층적으로 이루어지게 하였으며, 면담 내용을 전사하고 분석하는 과정에서 좀 더 구체적으로 확인할 필요가 있을 때에는 직접 만나 다시 이야기를 나눔으로써 자세히 자료를 수집하고 정리하는 작업을 했다. 자료의 수집, 분석과 글쓰기는 나선형적 순환 과정으로 이루어졌다.

이러한 과정을 통해 내담자가 체험한 정점을 있는 그대로 드러내고, 그것의 본질적 의미를 발견해보고자 하였다. 이를 위해서 어떤 '틀'이 필요했다. 왜냐하면 정점은 눈으로 확인

할 수 없는 추상적인 개념이며, 특성들을 지녔기 때문이었다. 이 분석의 틀로 적절하다고 판단한 것이 Van Manen(1990/1994)이 현상학적 물음과 반성을 위한 생산적 범주로 제시한 생활세계의 네 가지 실존체였다. 즉, 체험된 공간, 체험된 시간, 체험된 관계, 체험된 신체를 분석의 틀로 선택했으며, 여기에 우리는 '체험된 정서'를 새롭게 추가하였다. 심리치료에서 정서는 가장 중요한 주제이기 때문이다.

본 연구의 타당성 검증의 일환으로 우선, 내담자에게 자료 해석에 대한 확인 작업을 실시하였다. 다음, 연구자이면서 동료인 우리는 서로 자주 의견을 나누었으며, 마지막으로 한국임상모래놀이치료학회의 모래놀이치료 전문가 및 수퍼바이저 2인으로부터 검토를 받았다. 이 연구과정의 구조를 그림 1에 요약하여 제시하였다.

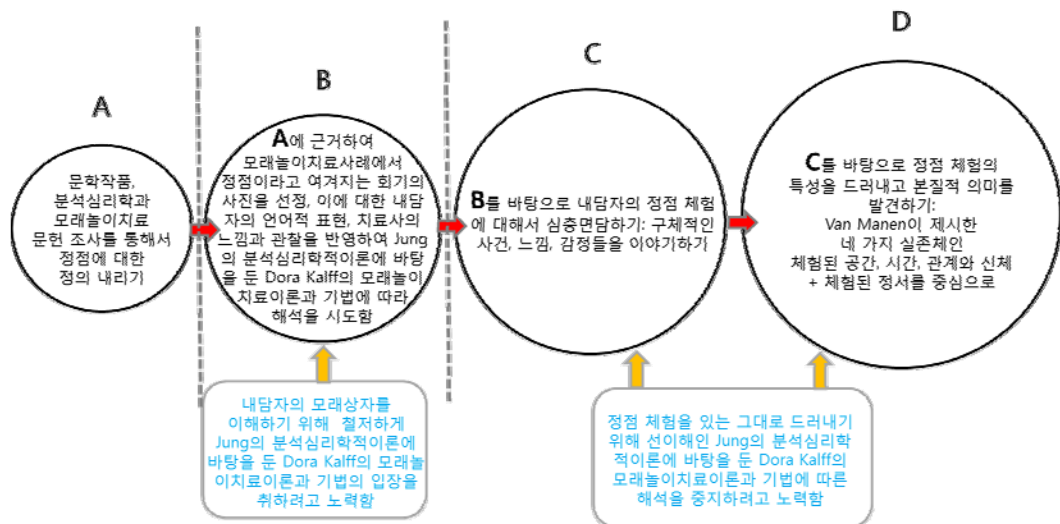


그림 1. 연구과정의 구조

### 1) 자료수집 및 해석

자료 수집 기간은 2014년 8월부터 2015년 7월까지 약 11개월간이었다. 자료 수집은 면담을 통해 이루어졌는데, Jina, Jane, Kim과 Kang에 대한 심층면담을 각각 3회씩 진행했다. 이렇게 수집한 자료들은 '현상학적 판단중지 및 환원의 방법'과 '본질직관의 방법'에 따라 분석하고 해석하였다. 즉, 선입견과 판단에 의해 채색되기 이전의 살아있는 원 자료를 수집하기 위해서 '현상학적 판단중지 및 환원의 방법'을 사용했으며, 본질을 파악하기 위해서 '본질직관의 방법'을 사용하여 자료를 분석하고자 노력하였다. 이러한 과정을 통해 내담자들이 체험한 정점 체험을 내담자들이 처한 생활세계에 자리하고 있는 사실적인 구조뿐만 아니라 그것의 본질적인 구조까지 탐구해 보고자 노력하였다.

특히, 이미 현상학자들에게 생활세계를 반성적으로 연구하기 위한 길잡이로서 받아들여진 시간과 공간, 관계와 신체에 근거하여 자료를 범주화(서덕희, 2006)하는 동시에 현상학적 글쓰기를 시도하였다. 또한 범주 분석에서 도출된 주제들과 함께 Van Manen(1990/1994)이 제시한 시간, 공간, 신체, 관계와 우리가 새롭게 추가한 정서를 포함한 다섯 개의 축을 관통하는 주제를 찾는 노력을 통해 내담자들이 체험한 정점 체험의 사실적 구조와 본질적 구조를 파악하고자 하였다.

### Ⅲ. 모래놀이치료 사례에서의 정점

#### 1. Jane의 사례

사진 1은 36세의 여성, Jane이 만든 모래상자다. 그녀의 부모님은 전복, 소라껍질로 자개장을 만드는 일을 하셨는데, 어린 시절 부모님과 함께 일하시는 아저씨에게 성추행을 당했다. 그리고 초등학교 1학년 때, 태풍과 홍수로 자신의 집과 마을 전체가 물에 잠겨, 무서움에 멍하니 얼어붙은 상태로 누군가가 자기를 도와주기를 기다렸던 경험이 있다. 아버지의 잦은 음주로 부모님의 갈등이 깊었고, 이로 인해 그녀는 혼란 속에서 성장하였다. 부모의 반대에도 불구하고, 그녀는 전문 사진작가가 되기 위해서 노력했지만, 결혼, 출산과 양육으로 중단되었다. 그녀는 평소 온유하고 따뜻하고 사랑과 활기가 넘치는 민감한 엄마다. 그러나 자녀들이 실수를 하거나 혹은 다른 친구들에게 피해를 주는 행동을 해서 주위 사람들로부터 부정적 이야기를 듣게 되면, 그녀는 화를 조절하지 못했다. 그래서 크게 욕하며 소리를 지르고 물건을 집어던지거나 폭력적으로 변해 한바탕 태풍이 휘몰아쳐온다고 했다.



사진 1. Jane의 모래사진

태풍이 휩쓸고 가고나면 머리가 아프고 소화가 되지 않아 꼼짝도 하지 못하고 침대에 누워 있는 일상의 괴로움을 호소하곤 했다.

그녀는 이 세계를 다음처럼 이야기하였다.

거북이는 제사를 지내기 위해 왔으며, 거북이는 이곳을 관리해요. 오늘은 1년에 한 번 있는 큰 제사이기에 (빨간색 거북이를 가리키면서) 특별한 옷을 입고, 태풍이 오지 않기를 기원하고 있어요. 이곳은 바다 속 깊은 용궁 안에서도 아주 신성한 곳이에요.

그녀의 이야기는 모래상자를 창조하는 과정은 '원형적 사건들 혹은 위대한 신성을 가진 초개인적인 순간'이라는 Dora Kalff의 언급을 연상시킨다(Weinrib, 1983). 모래상자를 보고 있는 그녀에게서 경이로움, 신성함, 두려움, 알 수 없는 힘이 강력하게 느껴졌다. 그녀는 더 깊은 세계로 내려가 신성한 태초의 세계, 마치 그녀의 집단무의식 세계에 머무는 듯했다. 그녀, 그리고 모래상자에서 강력하고 신성한 빛과 어두움이 느껴졌다.

거북이 네 마리가 모래상자 중심 안으로 모여들고 있다. 거북이는 여러 문화에서 새로운 시작점의 원천, 탄생신화에 자주 나타난다.

모래상자의 중심에는 전체성의 상징인 큰 별의 빛으로 생긴 그림자는 마치 나비처럼 보이기도 하고, 높은 제단처럼 보이기도 한다. 그녀는 별을 특별하게 여겼고, 회기 중 별을 자주 사용했다. 별은 새로운 인식의 발달 가능성을 상징한다. 특히, 오각형별에서 숫자 5를 Theddor(2005/2008)는 "대립물들이 함께 결합하는 사랑의 끌어당김과 같이, 그리고 연금술의 대가가 통합하는 속성을 기술한 것 같이, 특별한 성애적 특성을 갖는다. 사랑의 여신인 아프로디테와 연관된다. 그래서 숫자 5는 삶속에서 관계의 필요성이나 가능성 그리고 현실 삶에서의 실현이 가능하게 된 것을 의미한다"고 했다. 그녀가 별을 사용하는 것은 그녀의 칠혹같이 어두운 정신 내면에 별이 밝게 빛나고 있음을 암시한다.

중앙에 놓인 별 근처에 바다의 나무이며, 무의식의 생명의 나무인 산호가 있다. 그녀는 산호를 보면서 일반사람들에게 예쁘게 보이지만 죄를 지은 사람들에게는 무섭게 보이기도 하고 실제로 무섭게 한다고 했는데, 이것은 삶에 대한 그녀의 태도를 반영하는 것 같았다.

이 근처에 고동 껍질이 있는데, 수천 년 전 인간은 고동 껍질을 나팔로 사용해 왔다 (Jackson, 1917). 숨을 불어넣어 고동을 통하여 멀리까지 퍼질 수 있는 깊은 소리를 만들어 낸다. 고대 그리스 신화에서 포세이돈과 암피트리테의 아들이자 바다의 신인 트리톤은 언제나 고동 나팔을 들고 있는 모습으로 묘사되는데, 이 나팔을 사용하여 그는 파도를 일으키거나 태풍을 잠재운다(Steinhardt, 2000/2010). 바다의 신인 포세이돈과 암피트리테, 트리톤 같이 그녀 또한 고동 나팔로 그녀 내면에 존재하고 있는 언제 불어 닥칠지 모르는 태풍을

잠재우고 싶은 염원이 느껴졌다.

또, 이 근처에 전복이 있는데, 전복은 순수한 영혼을 담은 그릇 또는 출산과 변화와 관련 있는 물체로 가득 찬 자궁을 나타낸다(Steinhardt, 2010). 그녀는 전복 안에 조심스럽게 물을 채웠다. 물은 더러운 곳을 깨끗하게 하고 새롭게 하는 정화를 상징한다. 그녀에게도 정화의 에너지가 흐르고 있는 것 같았다.

그녀는 한참동안 눈을 감은 채, 바른 자세로 앉아 심호흡을 하였다. 치료실엔 고요한 적막이 흘렀다. 오직, 똑딱거리는 시계 소리만 날 뿐이었다. 그녀는 이 시계 소리를 꼭 목탁 소리처럼 들린다고 했으며, 이 소리에 마음이 아주 편안해 진다고 하였다. 물리적 소리가 신성한 에너지로 변환됨을 그녀와 나는 동시에 느꼈고, 그녀처럼 나의 몸, 마음, 정신과 영혼에도 신성한 무언가가 흐르는 것 같았다.

그녀는 평소 외향적이고 활달하며, 목소리가 크고 말이 많으며 제스처가 많고 이야기 도중 많이 우는 편이었다. 평소 모습과 달리 이번 회기에서 그녀는 차분하고 조용하게 모래 사진을 창조하였고 한참을 말없이 바라보았다. 나 또한 달라진 그녀의 분위기와 태도에 같이 고요해짐을 느꼈다. 그녀는 이번 회기에서 정점을 체험하였다. 그녀는 이 체험을 다음처럼 이야기하였다.

재미있어요.. 안전하고 고요한 느낌이 느껴져요. 평안하고 신성하고 경이롭고 정지된 느낌이에요. 아주 깊은 곳에 와 있는 느낌이에요.

그녀가 이번 회기에 신성하고 창조적인 모래상자를 만들었고, 이 과정에서 정점을 체험하였다. 이 이후, 현실적 상황은 변하지 않았지만 그 상황을 대하는 그녀의 태도에 많은 변화가 찾아왔다. 이번 회기가 끝나고 2주 후 그녀가 다시 치료실에 올 수 있을 때까지, 메르스로 인해 학교와 유치원에는 휴교령이 내려졌다. 그녀는 2주 동안 아이들과 함께 집에서만 지냈는데도 불구하고, 많이 차분하고 평안한 분위기였다. 그녀는 그 동안 많은 것들을 생각했다고 했다. 특히, 지금까지 자신의 삶에서 어떤 것에 열정을 다해 해본 경험이 없었다는 것을 알았다고 했다. 그녀의 꿈은 사진 작가였지만, 꿈을 이루기 위해서 노력해본 적이 없었다고 했다. 하지만, 앞으로 집에 있는 카메라를 가지고 다니면서 사진을 찍고 1년에 한 번씩은 전시를 하겠다고 이야기했다. 그녀는 자신의 꿈을 말하는 것만으로도 기운이 나고 기분이 좋아진다고 했다.

## 2. Jina의 사례

사진 2와 3은 42세의 여성, Jina가 만든 모래상자다. 그녀는 예기치 못한 큰 사고를 많이

경험하였으며, 우울 및 극심한 불안감을 높게 지니고 있으며, 사소한 스트레스에 과도하게 반응하는 경향이 있다. 현재 두 자녀 모두 상담을 받고 있었으며, 자녀 양육으로 인한 높은 스트레스를 경험하고 있었다.



사진 2. Jina의 모래사진(11회기)

그녀는 이 세계를 다음처럼 이야기하였다.

비 오는 날 아니면 비온 뒤 시골마당 풍경이에요. 지루 할 정도로 조용하고 고요 함 속에 평화로우며 평안해요. 어릴 적 시골 할머니 댁에 놀러갔었는데, 그 곳에서 정말 재미있고 특별한 경험들을 했어요.

모래상자와 그녀의 이야기에서 청아함과 평정심이 느껴졌다. 모래상자의 가장자리에 돌 그릇, 도자기 화병 3개, 항아리 4개, 돌절구 1개, 가마솥이 있는데, 이것들은 담는 용기라는 공통적 특징을 갖고 있다. Jung은 “용기는 평정심을 유지하는 것을 뜻한다”(Jung, 1977)고 했다.

또, 그녀의 음성에서 알 수 없는 강력한 내면의 힘도 느껴졌다. 그녀의 눈빛은 빛났고, 목소리에서 차분함과 동시에 힘이 느껴졌기 때문이다. 모래상자 중심에 놓여있는 키를 덮어쓰고 있는 아이를 보면서 그녀는 이야기했다.

이 아이를 보니까 초등학교 1학년 때 자다가 오줌 샀던 적이 떠올라요. 무서워서 남동생이 쓴 것처럼 했어요. 저는 어릴 때부터 화장실을 자주 갔어요. 잠을 잘 때도 무슨 일이 생길까봐 이불을 꼭 붙잡고 잤어요.

오래전 부모들은 자식이 오줌을 싸면, 키를 덮어쓰게 하고 동네를 돌아다니며 소금을 얻

어 오게 했다. 이것은 소금으로 나쁜 기운을 물리치고, 오줌으로 나간 염분을 보충한다는 상징적 의미를 담고 있다. 아이는 이 과정에서 가족이나 이웃에게서 애정과 관심의 철회 또는 조롱을 당하며 좌절과 갈등을 겪으면서 나쁜 습관을 고치기도 하고, 부모의 품에서 벗어나 독립적인 세계로 확장하는 시도를 한다. 그녀는 이번 회기에 이러한 에너지와 접촉하였다고 가정할 수 있다.

그녀의 바로 앞, 모래상자 안에 놓여있는 연꽃을 응시하며, 다음처럼 이야기하면서 아주 만족해하였다.

예뻐요. 진흙 속에서 연꽃이 피잖아요. 저렇게 더러운 물에서도 예쁜 꽃이 피어난다는 것이 놀라워요. 저는 연꽃 같은 사람이 되고 싶어요. 눈으로 볼 때는 예쁘고 아름답지만 더러운 곳도 깨끗이 정화시켜주고 버릴 것이 없는 그런 연꽃 같은 사람이 되고 싶어요.

나는 그녀의 이야기를 들으면서 그녀는 이미 연꽃처럼 살고 있다는 확신이 들었다. 또, 그녀는 연꽃을 보니까 효심 많은 심청이가 생각난다고 하면서 심 봉사의 무능력에 분노했다. 자신의 아버지와 비슷하다고 했다.

그녀는 이번 회기에서 과거, 현재와 미래를 모두 이야기했다. 과거 어린 시절 할머니 집에 대한 추억, 살아온 삶, 그리고 현재 일상생활에서 받고 있는 피드백(첫인상이 완벽주의 선생님 같고 뻘족한 것으로 찢러도 피 한 방울 나오지 않을 것 같다는 말, 화가 난 듯 한 표정의 무서움과 잔소리하는 부분에 대한 불편감), 그리고 그녀가 원하는 미래의 모습(연꽃 같이 살고 싶다. 나다운 삶, 유머러스하고 편안한 사람이 되고 싶다)을 이야기 하였다. 변화의 에너지가 가득하고, 과거, 현재와 미래를 모두 보여주는 그녀의 모래상자에서 그녀가 내



사진 3. Jina의 모래사진(12회기)

면의 깊은 곳과 소통하고 있음을 느낄 수 있었다.

일주일 후, 그녀는 사진 3의 모래상자를 창조했다.

모래상자는 강력하고 신성하고 초월적인 빛으로 가득 차 있다.

언어가 모든 것을 보고 있는 것 같아요. 아주 신중하고 고요하게 그리고 전혀 새로운 방법으로 자신을 볼 수 있도록 해 주는 무엇인가 중요한 것, 가치 있는 것이 이 빛을 통해 오고 있다고 알려주는 것 같아요. 가장무도회 같기도 하고 바닷가 같은 느낌도 들어요. 신비롭고, 경이롭고, 신성한 느낌이에요. 어떤 의식 같아요. 보이지 않는 악을 대항하고 나라와 사랑을 지키고자 하는 의식, 과거로 돌아가서 현재를 보고 미래를 보게 하는 의식이에요.

그녀는 모래상자 중앙에 별을 가져다 놓고 별을 중심으로 크리스탈 홀더 8개를 만다라 형상으로 놓고 경건하게 의식을 치르는 듯 하나씩 초에 불을 밝혔다. 이 모습에서 나도 그녀처럼 신성해지고, 경건해지고, 그리고 엄숙해지는 기분이 들었다.

Jina는 모래상자에 은으로 만든 가면 3개, 크리스탈로 된 유리 구두, 피라미드, 보석이 안에 있는 크리스탈 조개 2개, 그리고 조그만 원형의 유리를 가져다 놓았다.

가면이 너무 예쁘고 신비롭고 강력해요. 이것을 감추고 싶은 마음도 있지만, 가면이 내게 무엇인가를 이야기하라고 하는 것 같아요.

그녀는 한참동안 눈물을 흘렸다. 그러면서 자신이 이제까지 경험했던 처참한 고통들에 대해서 이야기하기 시작했다. 특히, 그녀의 감정에 강력하게 영향을 준 것은 은색 가면인데, 은색은 달에 비친 자신의 모습, 나르시스, 미친 사람을 상징하기도 한다 ([http://www.impossiblemachine.com/alchemy\\_silver.html](http://www.impossiblemachine.com/alchemy_silver.html)). 은색 가면 3개가 놓여 있다. 첫 번째 모래상자 왼쪽에 있는 가면은 아버지의 광기를(경계선 지적 장애, 대형 교통사고, 다리 화상의 사고로 거동이 불편해서 집에서 술을 마시며 내담자에게 폭언과 폭력적 행동을 많이 하심), 두 번째 오른 쪽에 있는 가면은 어머니의 정신질환을, 세 번째 중심에 있는 가면은 아버지와 어머니 사이에 있는 그녀를 의미하는 것 같았다. 그녀는 어릴 때부터 아버지가 집 마당 우물가에서 돼지 머리를 도끼로 자르는 모습, 엄마가 돼지 내장을 손질하는 모습을 보며 자랐다. 7살 때부터는 어머니를 따라 다니며 돼지 내장을 팔아야 했다. 그녀는 아침에 눈뜨면 '오늘은 돼지 내장을 다 팔아야 할 텐데' 라는 걱정을 했다. 그래서 7살 때 입학한 초등학교 시절, 집에서 숙제나 공부를 할 수 있는 시간이 거의 없었다. 그녀는 학습부진, 학교 부적응, 아버지의 성추행과 형제들의 성추행, 부모님이 당한 심각한 교통사고, 삼촌의

교통사고, 남편의 교통사고, 임신 중 검진을 받기위해 병원에 가는 도중에 당한 교통사고, 교통사고로 인한 친한 이웃의 죽음, 어머니의 정신병원생활, 혹독한 시집살이, 병약한 아들에 대한 불안으로 공포와 겁에 질려 그녀 자신도 부모님처럼 미쳐버릴 지도 모른다는 극심한 불안에 떨면서 살아야 했다. 그녀는 자신이 창조한 모래사진을 보면서 한없이 눈물을 흘렸다. 그동안 치료자에게 자세히 말하지 않았던 고통들을 말하기 시작했다. 모래상자에 신성한 빛을 비추고 있는 8개의 빛과 중심의 큰 별빛은 팔정도(그림 2 참조)를 연상시킨다. 팔정도는 불교에서 수행자가 스스로 고귀하게 되는 윤리적이고 성스러운 여덟 가지의 길을 의미한다.



그림 2. 불교에서의 팔정도

팔정도가 의미하는 바와 내담자를 연결시켜보면, 첫째, '바르게 보기', 즉, 자기와 세계를 보는 바른 가치관을 뜻한다. 이것은 그녀가 현실을 바라보고 이해하기 시작했으므로 가정할 수 있다. 둘째, '바르게 생각하기', 즉, 현실을 있는 그대로 바라보고 이치에 맞는 합리적으로 사고하는 것을 뜻한다. 이것은 그녀가 자신의 현재 나이에 부모님이 당했던 고통을 생각하며, 부모님이 얼마나 힘들고 무서웠을 지를 생각하게 될 수 있으므로 가정할 수 있다. 셋째, '바르게 말하기', 즉, 허망한 말 대신 진실한 말을, 입에 발린 말 대신 정직한 말을 하는 것을 뜻한다. 이것은 그녀가 아이들에게 잔소리를 하는 대신 부드럽고 친절하게 말하기 시작할 수 있으므로 가정할 수 있다. 넷째, '바르게 행동하기', 이것은 그녀가 자신과 다른 사람들을 이용하지 않고 바르고 능동적으로 행동하기 시작했으므로 가정할 수 있다. 다

첫째, '바르게 생명을 유지하기', 이것은 그녀가 사회에 어떻게 완전하고 완벽하게 바르게 살아갈 수 있을지 생각하고 있는 것과 연관된다. 여섯째, '바르게 정진하기', 이것은 그녀가 성실함과 활기를 가지고 연꽃 같은 사람이 되고 싶다고 말한 것과 같은 맥락이다. 일곱째, '바르게 기억하고 바르게 생각하기', 즉, 욕심을 버리고 정신을 집중하는 것을 뜻한다. 이것은 그녀가 자신을 사랑하고 자기를 잘 인식하고 자신의 행동을 잘 인식하려고 노력하고 있는 것과 연관된다. 여덟째, '바르게 집중하기', 즉, 바르게 집중하면서 깨우침을 얻게 되는 것을 뜻한다. 그녀는 모래놀이치료과정, 특히 이번 회기에서 이미 이것을 얻었다.

그녀의 모래상자는 팔정도뿐만 아니라 십자가도 연상시킨다. Weinrib(1983/1995)은 "모래놀이 과정 중 어떤 특정한 단계에서 십자가/교차로(cross)가 나타난다는 것은...기독교인이거나 아니거나...그들이 심리적으로 십자가에 못 박히는 것과 동일한 경험을 하고 있다는 것을 나타낸다. 심리적 의미에서 십자가에 못 박힌다는 것은 양립할 수 없는 상반된 동력과 가치관 사이에서 심리적으로 공중에 매달려 있다는 것을 의미하며, 그리하여 오랫동안 계속되었던 감정적 고통이 심오한 변화를 이루고 끝이 나는 결과를 가져오게 된다"고 했다. 이처럼 그녀 또한 새로운 변화의 길 혹은 예전에 걸었던 길 사이에서 선택해야 할 문턱에 있는 것 같다고 하였다. 그녀는 십자가에 매달린 처참하고 무서운 공포의 삶을 보고 있을 뿐만 아니라, 그 모든 일들에 대한 용서, 화해와 사랑의 에너지와 접촉하는 것 같았다. 자신의 부모가 40대 때, 경험했던 여러 큰 사고들을 이야기 하며 "우리 엄마 아빠는 얼마나 무섭고 힘들었을까"라고 하면서 자신이 40대가 되고 부모가 되어보니 부모님을 더 이해하고 용서할 수 있을 것 같다고 했다. 그녀는 먼저 자신과 화해하고, 부모님을 용서하고, 부모님과 화해하고 있다. 화해는 용서와 다르다. Stevens(2004)는 화해를 깨어진 관계의 회복과 다름 속에서 함께 사는 방법을 찾는 것이라고 정의하였다. 그녀의 모래사진에 나타난 이 십자가는 아주 강력한 중심부가 응집되어 있다. 중심의 커다란 별은 자기배열이다. 그래서 그녀의 자아(ego)가 충분히 굳건하게 받쳐주고 있으며 충분히 발달이 되었다고 생각한다. 그녀는 아주 오랫동안 지속되어 오는 긴장감과 불안을 견디면서 그림자를 받아들였다. 화해의 과정은 자신의 정체성의 변화를 요구한다. 적대자를 더 이상 적대자가 아닌 부모로 받아들인다는 것은 자신의 변화를 요구한다는 것이고, 과거와는 다르게 타자를 받아들여야 한다는 것을 뜻한다. 그래서 화해는 '용서와 회개', '화해에 대한 소명 인식', '과거와는 단절'과 같은 내면의 변화에 의해서만 가능한 일이다(김윤수, 2015).

일주일 후, 다시 치료실에 왔을 때, 그녀는 더욱 편안해진 모습이였다. 그녀가 처한 현실의 상황은 아무런 변화가 없지만, 그 현실을 보는 그녀의 태도에 많은 변화가 있었다. 그녀는 옷장과 집안을 정리정돈 하면서 마음도 같이 정리정돈 된 것 같다고 했다. 또, 아들이 장염으로 아파서 늘 다니던 소아과에 갔지만, 담당의사 선생님이 개인적 사정으로 진료를 보지 못하게 된 상황에 현명하게 대처하기도 했다. 그녀는 수시로 화장실을 가는 습관이

있는데, 최근 화장실에 가는 횟수가 감소되었다. 일례로, 그녀의 집에서 치료실까지는 15분 정도의 시간이 소요되는데, 이전에는 집에서 나오기 전, 치료실에 오자마자, 그리고 치료를 마친 후 화장실에 가야만 했는데, 이번 회기에는 치료실에서 집으로 갈 때까지 한 번도 화장실에 가지 않았다. 팔정도를 그녀의 삶에서 실천하고 있음을 알 수 있었다.

### 3. Kang의 사례

사진 4는 40대 중반의 여성, Kang이 만든 모래상자다. 그녀는 어머니가 두 분이다. 친어머니와 아버지 사이에 아이가 생기지 않자, 친조부모가 강제로 아버지와 두 번째 어머니를 합방시켜 아이를 갖도록 하였다. 두 번째 어머니가 임신을 하자, 바로 친어머니도 임신을 하게 되었다. 친어머니는 여섯 명의 자식을 두었고, 그녀는 막내딸이었다. 두 번째 어머니는 네 명의 자식을 두었다. 아버지는 평생 동안 두 집의 가장 역할을 충실하게 하셨다. 친어머니와 그녀가 낳은 여섯 명의 자식들에겐 아버지에게 부인이 둘이라는 사실이 상처였고, 열등감이었다. 아버지는 지역의 리더였고, 존경받는 분이셨다. 아버지는 자식들에게 헛되게 살지 말라고, 가치롭게 살아가라고 늘 말씀하셨고, 그것을 몸소 실천하며 산 분이셨다. 다른 형제들이 아버지에게 감히 하지 못하는 말들을 그녀는 용감하게 논리적으로 의사 표현을 확실하게 했었다. 이러한 면 때문에 아버지와 크고 작은 충돌들도 있었지만, 아버지는 그녀를 가장 아꼈고, 신뢰하셨다. 아버지는 몇 년간 암으로 힘들게 투병을 하셨다. 투병 중에도 막내딸의 결혼식에 딸 손을 잡고 입장해줄 아버지 자신이 없게 될 것을 걱정하셨다. 그녀는 아버지를 위해서 결혼식 날을 서둘러 잡았다. 아버지는 결혼식 전 날까지도 병상에서 일어날 수 없을 정도로 위중했고, 주변 사람들, 가족, 주치의까지도 결혼식에 참석하는 것은 물론 딸의 손을 잡고 입장하는 것은 불가능하다고 아버지를 말렸다. 그러나 결혼식 당일 날, 아버지는 초인적인 힘으로 일어나셨고, 막내딸의 손을 잡고 보란 듯이 멋지



사진 4. Kang의 모래사진

고 힘차게 입장하셨다. 그리고 몇 주 후에 아버지는 돌아가셨다.

그녀는 이 세계를 다음처럼 이야기하였다.

나비는 나의 영원한 멘토이자 나의 사랑의 결정체이고, 생각만으로도 그리움에 빠 속까지 시리는 20년전 돌아가신 나의 아버지예요. 어느 날인가... 아버지가 자주 계시던 마루에 나비 한 마리가 날아 들어왔어요. 직감적으로 '아버지'라는 느낌이 들었어요. 그 후에도 나비를 보면 아버지를 연상했고, 반가운 마음이 들었어요. 다른 사람들이 이 마음을 알까봐 아무도 몰래 그 감정을 느껴보곤 해요. 그 아버지의 상징물인 나비를 중앙에 놓고 나와 영원히 연결을 시키고자 했어요. 중심에 있는 집은 내가 살고 있는 집이에요. ... 누군가에게 들키고 싶지 않은 나만의 믿음인 거북이! 나비와 나를 연결시켜주고 나에게 힘을 실어다 줘요. 아버지가 보내주신 그 힘!!! 거북이는 아버지를 향하여 머리를 놓았어요. 내가 아버지의 힘이 필요할 때 전달해주는 고마운 매개체예요. 내마음속에서 이것을 강하고 믿고 있었나 봐요....

그녀는 모래상자를 보면서 조용히, 하염없이 눈물을 흘리다가, 나중에는 꺾꺾거리며 슬프게 목 놓아 울었다.

이 눈물은 아버지께 대한 그리움과 사랑 그리고 부인을 들을 든 것에 대한 이해와 용서가 모두 섞여 흐르는 것이예요..

그녀는 모래상자를 꾸미면서 부인 들을 두신 아버지께 대한 오래된 원망감이 이해와 용서로 바뀌는 것을 느꼈다고 했다. 아버지 역시 그 때문에 평생 괴로워하셨을 것을 생각하니 마음이 아프다고 했다. 살아계셨을 때, 좀 더 잘해드리지 못한 것이 후회스러웠고, 앞으로 살아가는 동안 아버지처럼 가치롭게, 어려운 사람들에게 베풀면서, 사회에 공헌하면서 살아가고 싶다고 했다.

눈물은 정화와 치유, 개성화로의 인도를 상징하듯(성은경, 2015), 그녀에게 정화와 치유, 개성화의 에너지가 흐르고 있는 것 같았다. 그녀가 모래상자를 보면서 목 놓아 우는 모습은 초월이 일어날 때, 변화의 과정은 심오하고 혼돈이 특징이며, 개인 자아와 자신이 누구인가에 관한 의식적인 인식에 관한 급격한 재질서화와 관련된다는 것(Turner, 2005/2009)을 연상시킨다.

이러한 변화 방식은 우리를 자아의 한계에 이르게 하거나 그것을 넘어서게 한다. 그것은 우리가 알고 있는 현실의 반대편으로 우리를 건너게 하여 갑자기 우리의 의식을 더 많은 자기로 열리게 한다. 즉 초월적 기능에 참여하게 되는 것이다. 그것은 우리가 누구이고 무

엇인지에 대한 우리 의식의 돌이킬 수 없는 변화를 가져온다. 그녀에게도 이러한 변화는 찾아왔다.

이 모래 상자를 꾸미고 이야기를 하고 있는 모든 것들이 마치 나 자신이 예견하였던 삶이었듯이 당연하게 받아들여지기 시작했어요.

그녀의 이야기는 개인의 자각의 한계를 극적으로 파괴하고, 가능한 것과 불가능한 것에 대한 인식을 확장하며, 자기의 중심적 원형과 모두 일치된다는 것(Turner, 2005/2009)과 같은 맥락이다.

이러한 형태의 모래놀이 과정은 무의식까지 내려갈 때 뚜렷하게 나타난다. 무의식으로서의 하강은 좀 더 편안한 의식의 수준까지 간헐적으로 되돌아 올라오는 시기에 일어날 수도 있다. 그것은 상징의 양극 간의 투쟁이 정반대의 힘에서 정점에 달했을 때 지대한 암흑과 엄청난 에너지라는 특징을 가진다. 이 과정에서 자아의 부적절함이 의식적으로 관찰된다. 자아의 마비와 궁극적인 죽음과 함께, 그 문제를 직접 기술해 주는 원형에 의해 충분히 알려진 새로운 생성물이 의식적인 인식으로 올라온다. 따라서 자아는 다시 생기를 회복하여 확장되고 자기와 더 많이 조율된다(Turner, 2005/2009). 이러한 생기는 그녀에게도 찾아왔다.

모래 상자를 꾸미는 동안, 나의 마음속에선 살아가야 할 힘들이 한없이 솟구쳐 올라왔어요.

그녀의 체험은 정신의 초월기능이 생기려면 마음속 무의식의 내용과 의식을 통합시켜야 한다는 것을 시사하고 있다. 그녀는 나비(무의식)와 집(의식) 사이를 매개해주는 거북이를 통해서 무의식의 내용과 의식을 통합시켰고, 자기의 중심성을 이루는 동시에 의식을 확장시킬 수 있었다. 한편으로, 나비는 일반적으로 자유와 변화, 윤회 또는 부활을 상징하며(김태균, 2010), 영원하고, 영적이며, 신의 사랑과 같은 의미를, 집은 일시적인 것, 세속적인 것, 인간의 사랑과 같은 의미를, 거북이는 이 둘 사이를 조화 결합시키는 의미를 상징한다고 볼 수 있다. 어쨌든 무의식의 자기실현을 도와 개성화를 이루었으며, 정점의 중심성과 통합성적 특성을 체험하였다. 이 때 그녀는 시간이 흐르고 있는지, 내가 어디에 있는지... 상담자가 앞에 앉아 있다는 것도 잊었어요. 마치 나만의 공간 안에 있는 것 같은 느낌이 들었다고 했다.

그녀는 정점에서 시간과 무시간의 교차점인 정점을 통해 일시적인 것과 영원한 것, 세속과 영적인 것, 그리고 인간의 사랑과 신의 사랑을 조화 결합시켜 신과 합일되는 세계를 이루어내고 있음을 알 수 있었다. 또한 정점을 체험할 때 나타나는 두 가지 특성인 중심성과

통합성을 확인할 수 있었으며, Jung(1950)이 말한 것처럼 정점은 초월적 기능의 궁극적 상태인 자기(Self)라고 이야기할 수 있게 되었다.

#### 4. Kim의 사례

사진 5는 50대 중반의 여성, Kim이 만든 모래상자다. 그녀는 위로 오빠와 언니, 남동생이 있다. Kim이 7세 때 아버지가 병으로 돌아가시기 전, 그녀의 집은 동네에서 가장 잘 사는 집이었다. 최신의 가전제품이 제일 먼저 혹은 유일하게 있는 집이었고 특히, TV는 동네에서 그녀의 집에만 있었다. 때문에 온 동네 사람들이 모여들어 집은 항상 북적였고 먹을 것이 풍요로웠다. 아버지는 동네의 훌륭한 리더로 존경과 신임을 받았다. 그녀는 아버지를 늘 자랑스러워했다. 그러나 아버지가 돌아가신 후, 가세는 급격하게 기울어 어머니가 생업 현장에 뛰어들어야만 살아갈 수 있는 아주 어려운 수준으로 전락했다. 어머니가 돈을 벌기 위해서 집을 비우면 외모에만 관심을 가진 언니를 대신해 그녀는 가족들을 위해서 집안일을 도맡아 해내는 억척스러운 딸로 살았다. 부잣집 귀한 딸로 손에 물 한 방울 묻혀보지 않았던 그녀의 어머니는 자식들과 살아가기 위해서 억척스러워져야 했다. 그녀 역시 가족을 위해 희생하면서도 자신의 꿈을 잃지 않으려고 열심히 살았다. 그녀는 혼자 힘으로 2년제 대학을 졸업했고, 편입해서 4년제 학사학위를 받았고, 40대 후반에 석사학위까지 취득하였다. 그녀는 이 세계를 다음처럼 이야기하였다.

산꼭대기에 있는 결혼하는 남녀 한 쌍은 악마(머리 두 개인 공룡) 뒤에 있는 세계(황금색의 돌고래 무리가 있는 곳)로 갈 수 있게 악마를 무찌를 수 있는 힘을 달라고 기도하고 있어요. 처음에는 악마가 무서웠는데... 지금은 무섭지 않아요. 악마



사진 5. Kim의 모래사진

가 웬지 친근하게 느껴져요. 결혼하는 남녀는 삶과 죽음이 나누어진 것이 아님을, 혹은 남자와 여자가 하나임을 의미해요. 남자가 나 자신일 수도 있고 여자가 내 남편일 수도 있다는 생각이 들어요. 또, 보이는 것과 보이지 않는 것이 모두 합쳐진 어떤 것을 의미해요. 과거의 아픔과 현재의 침체된 삶이 합쳐져 앞으로 어떻게 살아가야 할지 희망을 보여주는 것 같아요. 악마 뒤에 있는 황금빛 세상이 그 희망이 존재하는 곳이에요. 오른쪽 하단 오래된 성 안에는 어떤 할머니와 소녀가 함께 살고 있어요. 할머니는 편안하고 여유롭게 지내고 있으며, 소녀는 즐겁고 재미있게 살고 있어요. 웬지 이 할머니가 성모님 같다는 생각이 들기도 해요. 어쩌면 제 친할머니 같기도 해요, 친할머니는 저를 많이 아껴주셨어요. 내가 가면 무엇이든지 해주셨어요. 친할머니는 저뿐만 아니라 모든 손자와 손녀들에게 무조건적인 사랑을 주셨어요.

신랑과 신부 앞에 놓여있는 머리가 두 개인 공룡은 공격적이고 파괴적인 그녀의 그림자를 상징하는 것 같다. 그녀는 이 공룡을 악마라고 칭하면서 “처음에는 악마가 무서웠는데... 지금은 무섭지 않아요. 악마가 웬지 친근하게 느껴져요.” 라고 했다. 그녀의 이야기는 개인이 그림자를 만날 때 경험하는 코란에 나오는 히드르와 모세를 연상하게 한다.

결혼하고 있는 신랑과 신부(대극의 통합, 대립물의 화해를 상징), 한 무리의 흰 코끼리(힘, 충성, 인내, 지혜, 행복한 결혼생활, 성스러움 등을 상징)와 유니콘(통합, 정화 등을 상징)의 상징적 의미를 연결시켜 볼 때, 아니무스의 긍정적 측면(아니무스의 부정적 측면이 있다 하더라도 유니콘의 뿔이 물속의 독을 발견하여 정화하는 능력이 있는 것처럼 즉, 그녀가 지니고 있는 긍정적인 여성적 특성으로 아니무스의 부정적 특성을 정화시킬 수 있을 것이다)은 그녀에게 긍정적이고 창조적인 에너지를 줄 것이며, 이를 통해 자기로의 연결을 가능하게 할 것이다.

한편, 고성에 사는 할머니와 소녀는 그녀의 자기의 화신으로 나타났을 수 있다. 자기의 화신인 할머니는 그녀가 지치고 힘들 때, 이야기를 들어주고 쉴 수 있도록 도와주는 존재이며, 또 하나의 자기의 화신인 소녀는 그녀의 침체된 현재의 삶에 호기심과 생기를 불어 넣어주는 힘을 가진 존재이다. 이는 여성에게 자기는 여성상으로 화신한다(Jung et al., 1964)는 것과 자기의 화신인 인간의 모습이 연령이 많을 수도 있고 적을 수도 있는 것은 자기와 우리는 온 생애를 통해 늘 함께하고, 자기는 우리가 의식적으로 인지하고 있는 생명의 흐름을 초월하는(즉, 우리가 시간을 경험하는 방식을 초월하는) 존재임을 보여준다(Jung et al., 1964)는 것을 연상시킨다. 사례가 종결된 후에도 그녀는 힘들고 지칠 때면 모래상자에 나타났던 고성에 놀러가서 할머니와 소녀를 만나고 온다고 했다. 할머니에게 “너무 피곤해서 죽겠어요. 어떻게 살아가야 해요?”라고 묻고, 소녀와 놀다오는 생각을 하는 것 자체만으로도

위안과 힘을 얻을 수 있다고 했다. 그녀의 이러한 상징적 체험은 자기는 전적으로 우리의 의식적인 시간의 경험에 포함되지 않을 뿐만 아니라 언제 어디서나 존재하기에(Jung et al., 1964) 가능한 것이다.

이처럼 그녀는 모래상자를 꾸미면서 자신의 그림자를 인식하였고, 아니무스를 통합하였으며, 자기와 접촉하고, 자기실현과 개성화의 가능성을 경험할 수 있었다. 그리고 이 과정에서 정점을 체험하였다. 그녀는 이 체험을 다음처럼 이야기하였다.

머리 속에 있던 것을 표출할 수 있어서 신났고, 희열감이 느껴졌어요. 손이 즐거웠고 마치 춤을 추는 것 같았어요. 만드는 동안 야릇한 감정이 느껴졌고, 혼자 삭히고 있던 감정, 내면에 있던 것을 꺼내면서 사랑의 감정이 느껴졌어요. 이 사랑은 육체적인 것이 아니에요. 알사탕을 먹는 것 같은 달콤함이 느껴졌어요. 제 몸은 과거, 현재와 미래에 동시에 존재하고 있는 것 같아요. 과거의 아픔이 현재의 침체된 삶의 뿌리에 스며들어 뿌리가 단단해지는 느낌이 들었어요. 그리고 현실, 죽음, 천국과 희망이 공존하고 있는 것 같기도 해요. 또, 나의 몸은 산 위를 걸어가기도 하고, 할머니가 살고 있는 고성에 놀러가 있기도 해요. 할머니에게 “너무 피곤해서 죽겠어요. 어떻게 살아가야 해요?”라고 묻기도 해요. 모래상자를 보고 느끼는 것만으로도 편안함이 느껴지고 위안이 돼요. 모래상자를 꾸미면서 뭔가 더 큰 에너지를 느꼈어요. 성모님과 같은 신에 대한 이미지들이 떠올랐고, 신성한 느낌이 들었어요.

그녀의 체험은 Eliot이 사중주에서 영원한 현재로 상징되는 시간과 무시간의 교차점인 정점을 통해 일시적인 것과 영원한 것, 세속과 영적인 것, 그리고 인간의 사랑과 신의 사랑을 조화 결합시켜 신과 합일되는 세계를 이루어내고 있다는 것을 연상시킨다.

그녀는 모래상자를 만들면서 내면으로부터 강하게 올라온 Self Energy를 느낀 것 같다. 그녀의 이야기를 통해서 정점을 체험하는 동안 과거, 현재와 미래가 합일됨을, 내면의 공간에 선 이곳, 저곳, 즉, 산위와 산 아래 동시에 존재할 수 있음을, 피겨들과 상징적 대화를 할 수 있음을, 그리고 자신의 그림자, 아니무스와 자기를 인식하고 통합시킬 수 있음을, 그러면서 개성화와 자기실현에 이를 수 있음을 발견할 수 있었다. 또, 신남, 희열감, 사랑과 신성함 등을 생생하게 느끼게 된다는 것도 알 수 있었다. 이러한 발견들을 통해 서론에서 언급했던 것처럼 정점의 두 가지 특성인 중심성과 통합성을 다시 한 번 확인할 수 있었다. 그녀가 체험했던 감정, 몸의 움직임, 에너지의 변화, 전체정신의 에너지와의 접촉, 의식의 확장과 새로운 의식의 재탄생 역시 정점의 특성임을 확인할 수 있었다.

#### IV. 정점 체험의 특징은 무엇인가?

내담자들이 체험한 정점은 어떠한 특징을 갖는가? 눈으로 확인할 수 없는 추상적인 개념이며, 특성들을 지닌 정점을 설명하기 위해선 어떤 '틀'이 필요했다. 모래놀이치료에서 내담자들의 정점 체험을 이해하기 위한 분석의 틀로 적절하다고 판단한 것이 Van Manen(1994)이 현상학적 물음과 반성을 위한 생산적 범주로 제시한 생활세계의 네 가지 실존체였다. 즉, 체험된 공간, 체험된 시간, 체험된 관계, 체험된 신체를 분석의 틀로 선택했으며, 여기에 우리는 체험된 정서를 새롭게 추가하였다. 심리치료에서 정서는 가장 중요한 주제이기 때문이다.

##### 1. 체험된 신체

###### 1) 정지

Jane은 바른 자세로 앉아 심호흡을 하며 눈을 감은 채로 한참을 있었으며, Kim은 황홀한 눈빛으로 말없이 한참동안 모래상자를 바라보았다. 정점을 체험할 때, 정지된 채 한 곳을 응시하거나, 말이 느려지거나, 때로는 말을 하지 않게 되는 것 같다.

###### 2) 눈물이 차오름

Jina는 가면 속의 눈들이 자신에게 무엇인가를 이야기하라고 하는 것 같은데 눈물이 멈추지 않는다고 울며 이야기를 계속했다. 또, 남편이 나와 결혼하기 위해서 2년이나 기다려주었다고 이야기를 하면서 가슴이 답답하다고 눈물을 흘리다가 소리를 내서 한참동안을 울었다. Kang은 모래상자를 보면서 조용히, 하염없이 눈물을 흘리다가, 나중에는 꺾꺾거리며 슬프게 목을 놓아 울었다. 정점을 체험할 때, 내담자들은 눈물을 흘리게 되는 것 같다. 눈물은 감정을 정화시키고 치유의 에너지를 흐르게 한다.

##### 2. 체험된 시간

###### 1) 과거, 현재와 미래가 교차함

Jina는 "어떤 의식 같아요. 보이지 않는 악을 대항하고 나라와 사랑을 지키고자 하는 의식, 과거로 돌아가고 현재를 보고 미래를 보게 하는 의식이에요."라고 했으며, Jina는 과거 어린시절 할머니집의 추억, 살아온 삶, 그리고 현재 일상생활에서 받고 있는 피드백(첫인상이 완벽주의자 선생님 같고 뽀족한 것으로 찢러도 피 한 방울 나오지 않을 것 같다는 말, 화가 난 듯한 표정의 무서움과 잔소리하는 부분에 대한 불편감), 그리고 그녀가 원하는 미

래의 모습(연꽃같이 살고 싶다. 나다운 삶, 유머러스하고 편안한 사람이 되고 싶다)을 이야기 하였다. Kim은 "제 몸은 과거, 현재와 미래에 동시에 존재하고 있는 것 같아요. 과거의 아픔이 현재의 침체된 삶의 뿌리에 스며들어 뿌리가 단단해지는 느낌이 들었어요. 그리고 현실, 죽음, 천국과 희망이 공존하고 있는 것 같기도 해요...". 이러한 이야기들에서 정점을 체험할 때, 과거, 현재와 미래가 합일되고 교차하는 것을 느끼게 됨을 엿볼 수 있다. 이 순간에 내담자들은 시간 속에 갇히지 않고, 우주의 무시간성을 느낄 수 있게 되는 것 같다.

## 2) 카이로스의 시간

Kang은 "...모래 상자를 꾸미는 동안, 나의 마음속에선 살아가야 할 힘들이 한없이 솟구쳐 올라왔어요."라고 했으며, Kim은 "모래상자를 꾸미면서 뭔가 더 큰 에너지를 느꼈어요."라고 했다. 정점을 체험할 때, 살아갈 힘을 얻고, 존재의 의미를 강하게 느끼게 된다. 이것은 카이로스(kairos)의 시간을 연상시킨다. 카이로스는 때가 꼭 찬 시간으로 구체적인 사건의 순간, 감정을 느끼는 순간, 구원의 기쁨을 누리는 의미 있는 순간이다. 한편, 현실의 시간은 크로노스적으로 여전히 일직선으로 흐르고 있다.

## 3. 체험된 공간

### 1) 테메노스 속 테메노스

Jane은 고요한 적막이 흐르는 치료실에 시계 소리만 들리는 것을 "시계소리가 목탁소리같이 들려 마음이 더 편안해졌어요."라고 했으며, Jina는 모래상자를 보면서 "조용해요. 촛불을 보고 있으니 몸도 마음도 편안해져요... 안전하고 고요하고 평온해요."라고 했다. 정점을 체험할 때, 모래상자, 피겨 그리고 치료사와 함께 존재하는 모래놀이치료실은 테메노스가 되어 내담자를 품어주는 공간이 된다. Kang은 "내가 어디에 있는지... 상담자가 앞에 앉아 있다는 것도 잊었어요. 마치 나만의 공간 안에 있는 것 같은 느낌이 들었어요."라고 했으며, Kim은 "모래상자를 보고 느끼는 것만으로도 편안함이 느껴지고 위안이 돼요." 라고 했다. 정점을 체험할 때, 내담자가 모래상자에 꾸민 세계는 내면의 테메노스가 되며, 안전하고 자유로운 공간이 된다. 모래놀이치료실이라는 테메노스 안에 모래상자라는 또 하나의 테메노스가 있는 셈이다.

### 2) 태초의 공간

Jane은 모래상자를 보면서 "아주 깊은 곳에 와 있는 느낌이에요. 바다 속 깊은 용궁 안에서 아주 신성한 곳이에요."라고 했다. Jina의 모래상자는 강력하고 신성하고 초월적인 빛이 가득 차 있다. 아주 신중하고 고요하게 그리고 전혀 새로운 방법으로 자신을 볼 수 있

도록 해 주는 무엇인가 중요한 것, 가치 있는 것이 이 빛을 통해 오고 있다고 알려주는 듯 했다. 정점을 체험할 때, 내담자는 더 깊은 세계로 내려가 신성한 태초의 세계에 머무는 듯 하다. 이것은 Jung의 집단무의식 세계를 연상시킨다.

#### 4. 체험된 관계

##### 1) 세속적 관계: 상징적 체험

Jane는 “빨간 거북이가 엄마, 파란 거북이는 아빠예요...”라고 했으며, Kang은 “말을 타고 있는 여자는 나예요. 가면을 쓴 여자는 어머니예요. 묵묵히 자신의 모습을 드러내지 않고 나를 지켜봐 주시는 모습이에요.” 또, “나비는 나의 영원한 멘토이자 나의 사랑의 결정체이고, 생각만으로도 그림움에 빠 속까지 시리는 20년 전 돌아가신 나의 아버지예요.”라고 했다. 그리고 Kim은 “웬지 이 할머니가 어찌면 제 친할머니 같기도 해요, 친할머니는 저를 많이 아껴주셨어요. 내가 가면 무엇이든지 해주셨어요. 친할머니는 저뿐만 아니라 모든 손자와 손녀들에게 무조건적인 사랑을 주셨어요.” 라고 했다. 정점을 체험할 때, 세속에서의 중요한 관계들, 어머니, 아버지, 할머니, 할아버지, 배우자, 자식 등과 상징적으로 접촉한다. 이것은 아래의 2) 내면의 또 다른 나와의 만남으로 이어지게 한다.

##### 2) 내면의 또 다른 나

Kim은 상단의 중심 부분을 산의 지형을 만들고 나비를 놓았다. 모래놀이치료에서 산을 만드는 것은 중심과의 관계에 있어서 더 많은 것을 향한 움직임을 의미하며, 새로운 어떤 것을 세우기 위한 정신의 의도적인 발굴 작업을 의미한다(Turner, 2005). Kang은 자기를 중심에 잡고 있다고 가정할 수 있다. 자기는 아버지의 전체성에 대한 경험으로부터 영향을 받으면서 형성되듯, Kang의 자기의 상징은 아버지가 화신한 나비이다.

Kim의 모래상자에서 유니콘이 그녀의 여성적 특성을 상징한다면, 코끼리는 남성적 특성 즉, 아니무스를 상징한다고 볼 수 있다. 그녀의 여성적 특성과 남성적 특성이 통합하여 완전성과 전체성을 이루는 과정이 산에서 결혼식을 하고 있는 신랑과 신부로 화신되었다고 볼 수 있다. 한편, 고성에 사는 할머니와 소녀는 그녀의 자기의 화신으로 나타났을 수 있다. 자기의 화신인 할머니는 그녀가 지치고 힘들 때, 이야기를 들어주고 쉴 수 있도록 도와주는 존재이며, 또 하나의 자기의 화신인 소녀는 그녀의 침체된 현재의 삶에 호기심과 생기를 불어넣어주는 힘을 가진 존재이다. 또, 신랑과 신부 앞에 놓여있는 머리가 두 개인 공룡은 공격적이고 파괴적인 그녀의 그림자를 상징하는 것 같다. 그녀는 이 공룡을 악마라고 칭하면서 “처음에는 악마가 무서웠는데... 지금은 무섭지 않아요. 악마가 웬지 친근하게 느껴져요.”라고 하면서 그림자를 동화하고 있음을 시사하고 있다. 정점을 체험할 때, 내면의

또 다른 나의 특성들인 그림자, 아니무스(아니마), 자기와 대면하면서 그림자를 부분적으로 동화하고, 아니마/아니무스를 동화 내지 분화하고, 자기를 부분적으로 인식하게 된다고 할 수 있다.

### 3) 영적 관계: 신과의 합일

Kang의 사례에서 나비는 영원하고, 영적이며, 신의 사랑과 같은 의미를, 집은 일시적인 것, 세속적인 것, 인간의 사랑과 같은 의미를, 거북이는 이 둘 사이를 조화 결합시키는 것을 의미한다. 이는 Kang이 영적이고, 신적인 존재와 이어지는 상징적 체험을 하고 있는 것으로 볼 수 있다. Kim은 "왠지 이 할머니가 성모님 같다는 생각이 들기도 해요..." 이러한 이야기들을 통해 정점을 체험할 때, 영적 존재와 합일 되는 경험을 하게 되는 것을 엿볼 수 있다.

## 5. 체험된 정서

### 1) 정화

Jina는 "모래놀이치료를 받기 전에는 아빠에 대한 분노와 경멸이 심했는데 그런 부분들이 조금 편안해진 것 같아요. 아빠 나이 40대에 큰 교통사고를 당했을 때 얼마나 공포스러웠을까... 식당일 하시다가 뜨거운 기름에 다리 화상을 입었을 때는 얼마나 아프고 힘들었을까... 엄마, 아빠 모두 초등학교도 제대로 나오지 못하고 계산도 잘하지 못하는데 그런 상황에 우리를 키우는 것이 쉬운 일이 아니라는 것이... 내 나이 40이 되고 결혼해 아이를 키우니까 엄마, 아빠에 대한 분노보다는 이해하는 마음이 생기는 것 같아요. 우리 엄마는 얼마나 힘들면 정신을 잃어 1년 이상 정신병원에 입원했을까..."라고 했다. 치료사 역시 Jina의 아주 오랫동안 지속적으로 경험하고 있는 긴장감과 불안을 견디면서 그림자를 받아들이고 긍정적인 아니무스를 만나고 그녀에게 상처와 고통을 준 사람들을 십자가에 매달린 예수같이 그녀 또한 사랑으로 용서와 화해를 하고 있다고 생각했다. Kang은 모래상자를 보면서 조용히, 하염없이 눈물을 흘리다가, 나중에는 꺾꺾거리며 슬프게 목을 놓아 울었다. 그녀는 "이 눈물은 아버지에 대한 그리움과 사랑 그리고 부인을 둘을 둔 것에 대한 이해와 용서가 모두 섞여 흐르는 것이예요."라고 했다. 정점을 체험할 때, 누군가에 대한 분노는 용서를 넘어 화해로 이어진다. 화해의 과정은 자신의 정체성의 변화를 요구한다. 적대자를 더 이상 적대자가 아닌 부모로 받아들인다는 것은 자신의 변화를 요구한다는 것이고, 타자에 대해 과거와는 다르게 받아들여야 한다는 것이다. 그래서 화해는 용서와 회개, 화해에 대한 소명 의식, 과거와는 단절과 같은 내면의 변화에 의해서만 가능하다(김윤수, 2015).

## 2) 신성함

Jane의 모래상자는 강력하고, 신성하고, 초월적인 빛이 가득 차 있는 듯 느껴졌다. Jina는 모래상자를 보며 가장무도회 같기도 하고 바닷가 같은 느낌도 든다며 신비롭고, 경이롭고, 신성한 느낌이 든다고 했다. 또, Jane는 모래상자 중앙에 별을 가져다 놓고 별을 중심으로 크리스탈 초 홀더 8개를 만다라 형상으로 놓고 경건하게 의식을 치르는 듯 하나씩 초에 불을 밝히는 모습에 치료사인 나 또한 신성해지고 경건해지고 엄숙해졌다. Kim은 “모래상자를 꾸미면서 뭔가 더 큰 에너지를 느꼈어요. 성모님과 같은 신에 대한 이미지들이 떠올랐고, 신성한 느낌이 들었어요.” Jane은 “바다 속 용궁에 제사를 지내고 기도하는 곳이에요. 아주 깊고 신성한 곳이에요.” 그녀가 모래그림을 만드는 과정에서 Dora Kalf가 모래그림을 “원형적 사건들” 혹은 “위대한 신성”을 가진 “초개인적인 순간”이라고 이야기한 “신성함 (numinosity)”의 개념이 생각났다(Weinrib, 1983). 치료사인 나 역시 Jane의 모래상자를 보며 경이로움, 신성함과 두려움, 뭐라고 표현할 수 없는 강력한 어떤 힘이 느껴졌다. 정점을 체험할 때, 내담자들은 신성함을 느끼게 되며, 그 신성함을 치료자도 함께 느끼게 되는 것 같다.

## V. 모래놀이치료에서 정점 체험의 본질적 의미는 무엇인가?

이제까지 앞서 보았던 정점의 특징들인 체험된 신체, 시간, 공간, 관계, 정서들을 관통하고 있는 것은 ‘몰입’과 ‘초월’로 이해되었다.

### 1. 몰입

모래놀이치료에서 정점을 경험할 때, 체험하는 신체, 시간, 공간, 관계, 정서들을 관통하는 첫 번째는 몰입이다. Kang은 “시간이 흐르고 있는지, 내가 어디에 있는지... 상담자가 내 앞에 앉아 있다는 것도 잊었어요...”라고 했으며, Kim은 “완전히 폭 빠져서 머리속에 있던 것을 표출할 수 있어서 신났고, 희열감이 느껴졌어요. 손이 즐거웠고 마치 춤을 추는 것 같았어요.” Jane은 “재미있어요. 안전하고, 고요하고, 평안하고, 신성하고, 경이롭고, 정지된 느낌이에요.” 정점을 체험할 때, 내담자들은 시간이 흐르는 것을 잘 느끼지 못할 뿐만 아니라 치료사를 의식하지 못할 정도로 모래놀이에 완전히 빠져 들어갔다. 또, 내담자들은 신남과 희열감, 재미에 빠져 들어갔다. 즉, 정점은 몰입의 순간이다.

몰입은 의식이 온통 해당 경험으로 가득 차 있으며, 느끼는 것, 바라는 것, 생각하는 것이 하나로 어우러지는 경험 상태를 말한다. 또한 삶이 고조되는 순간을 느끼며 물 흐르듯

행동이 자연스럽게 이루어짐을 느끼며, 잡념이 없어지고 심지어는 자의식도 사라질 지경이지만 집중력은 최고조에 이른다. 자신이 이룬 일에 대해 말할 수 없는 성취감과 행복을 느끼게 된다. 몰입 상태를 경험하는 사람은 그의 심리적 에너지가 그 자신이 선택한 목표의 성공적 수행을 위해 대부분 사용되기 때문에 더 강하고 자신에 찬 자아를 형성한다고 하였다(Csikszentmihalyi, 1990).

내담자들이 정점에서 체험하는 몰입은 '완전히 빠져 들어감'과 '신남, 희열감과 재미'라는 두 가지 속성을 가지고 있다. 이는 자유롭고 보호받는 공간에서 삶의 다양한 측면을 상징하는 축소 모형물들과 모래상자로 '진짜 놀이'를 했음을 시사하고 있다. 이것은 모래놀이치료가 '치료'이기 전에 '놀이'라는 것을 상기시켜준다. 진짜놀이는 노는 이로 하여금 시간은 줄 모르게 완전히 놀이에 빠져들게 하고, 신남, 희열감과 재미에 푹 빠져들게 하기 때문이다.

## 2. 초월

모래놀이치료에서 정점을 경험할 때, 체험하는 신체, 시간, 공간, 관계, 정서들을 관통하는 두 번째는 초월이다. Kang은 "이 모래 상자를 꾸미고 이야기를 하고 있는 모든 것들이 마치 나 자신이 예견하였던 삶이었듯이 당연하게 받아들여지기 시작했어요... 모래 상자를 꾸미는 동안, 나의 마음속에선 살아가야 할 힘들어 한없이 솟구쳐 올라왔어요." Kim은 "모래상자를 꾸미면서 뭔가 더 큰 에너지를 느꼈어요."라고 했다. 이러한 이야기들은 초월적 경험에 참여했음을 시사하고 있다. 즉, 내담자들은 Turner(2005)가 언급한 바 있는 초월적 기능의 특징처럼 자신이 누구이고 무엇인지에 대한 의식의 변화를 경험했으며, 자아는 다시 생기를 회복하여 확장되고 자기와 더 많이 조율되고 있음을 알 수 있다. 즉, 정점은 초월적 경험의 순간이다.

이처럼 수용, 조율과 생기를 품은 초월적 경험은 '자기(Self)와 조율'되게 했다. Jina의 모래상자에서 중심에 나타난 십자가는 아주 강력한 중심부가 응집된 것이며, 중심의 커다란 별은 Self의 배열이다. 한편, Kang은 그녀가 진정으로 원하는 Self를 이야기했다. "가치롭게, 어려운 사람들에게 베풀면서, 사회에 공헌하면서 살고 싶어요, 내 아버지처럼...", Jina는 "나와 가장 가까이에 있는 연꽃이 예뻐요. 진흙 속에서 연꽃이 피어나요. 저렇게 더러운 물에서도 예쁜 꽃이 피어난다는 것이 놀라워요. 나도 연꽃 같은 사람이 되고 싶어요. 눈으로 볼 때는 예쁘고 아름답지만 더러운 곳도 깨끗이 정화시켜주고 버릴 것이 없는 그런 연꽃 같은 사람이 되고 싶어요."라고 Self와 조율할 수 있게 되었다.

궁극적으로, 초월은 삶의 '변화'를 이끌어냈다. Jane은 "이제까지 꿈과 목표 없이 살았어요. 뭔가에 미쳐본 경험이 없었어요. 집에 굴러다니는 카메라로 다시 사진을 찍고 싶어요.

1년에 한 번씩 사진 전시회를 열고 싶어요.” Jina는 “옷장과 집안을 정리정돈 했어요. 필요 없는 것들을 버리면서 마음이 정리가 되었어요. 이상하게 화장실도 덜 가게 되는 것 같아요.”라고 했다. 그녀는 15분 거리에 있는 치료실에 오기 전 집에서, 치료실에 와서, 치료가 끝나서 화장실을 갔었다. 그런데 이제는 치료실에선 화장실을 가지 않아도 괜찮다고 했다.

즉, 내담자들이 정점에서 체험하는 초월은 ‘수용, 조율과 생기’, ‘Self와 조율’과 ‘변화’라는 세 가지 속성을 가지고 있음을 알 수 있다. 이는 모래놀이치료의 ‘therapy’적 측면이다. 이것은 앞서 몰입이 모래놀이치료의 한쪽 측면인 놀이를 상기시켜주었다면, 초월은 모래놀이치료의 다른 측면인 치료를 상기시켜준다. 내담자는 모래상자에 세계를 창조하며 진짜 놀이를 하고, 치료사는 그의 연금술적 정신을 녹여낸다. 그 과정 속에 내담자의 심리적 상처는 치료가 된다.

몰입과 초월이라는 정점의 본질적 의미는 왜 ‘모래놀이치료(모래놀이+치료)’인지를 말해 주고 있다. 모래놀이치료에서 경험하는 다양한 체험들과 그 중 하나인 정점 체험은 앞서 살펴보았던 체험된 신체, 시간, 공간, 관계와 정서에서 서로 중첩된다. 하지만 몰입과 초월의 순간만큼은 모래놀이치료에서 정점만의 독특한 체험이라고 할 수 있겠다. 모래놀이치료의 어느 지점 즉, 몸이 정지된 채 눈물이 차오르고, 과거, 현재와 미래가 교차하면서 카이로스의 시간이 흐르고, 테메노스 속 테메노스, 태초의 공간에서 세속적 관계를 상징적으로 체험하고, 내면의 또 다른 나를 만나기도 하고, 신과 합일되는 영적 관계를 체험하면서 카



그림 3. 정점체험의 구조

(배경그림출처: <http://travelfacebook.tistory.com/2013>)

타르시스를 경험하고, 신성함을 느끼면서 몰입과 초월이 융합되어 일어나는 바로 그 순간, 비로소 우리는 정점을 발견할 수 있었다.

## VI. 결 론

우리는 외적 세계와 내적 세계, 두 세계를 살고 있다. 두 세계는 여러 개의 길들로 연결되어있다. 어떤 길은 황폐해져 다닐 수 없는 길이 되어버리거나, 어떤 길은 흔적조차 없이 사라져버리기도 한다. 이 길들을 통해 두 세계는 서로의 존재를 안다.

모래놀이치료에서 모래상자는 이 길이 되어주고, 우리의 손이 이 길을 연결한다. 모래놀이치료 과정의 어느 순간 과거, 현재, 미래 그리고 과거 이전의 시간인 태고의 시간과 미래 너머의 시간인 오래된 미래의 시간들이 서로 교차하고, 합일되면서 카이로스의 시간이 흐른다. 또, 세속에서의 관계(산자와 죽은 자 모두), 내적 세계의 또 다른 나(페르소나, 그림자, 아니마/아니무스, 자기 등), 그리고 영적 관계(신적 존재)들과 만난다. 이 과정에서 내담자는 신성함, 고요함, 평온함, 황홀감 등의 정서를 경험한다. 내담자와 치료사는 이러한 정서들로 서로 공명하게 되며, 내담자와 마찬가지로 치료사 역시 신성한 느낌이 가득 차오르는 것을 경험한다.

이러한 체험들은 얼어붙어버린 정서들, 미움, 증오, 분노, 억울함, 슬픔 등과 같은 것을 따뜻하게 녹여 용서, 화해와 사랑의 감정을 흐르게 한다. 그렇게 녹은 감정은 흐르고 흘러 내담자의 눈물로, 치유의 에너지로 변환되어 흐른다. 오래 전 사라졌던 길을 복구하려면 그림자와 마주하고, 아니마/아니무스를 탐색하고, 자기를 다시 찾아낼 용기가 필요하다. 외적 세계와 내적 세계, 두 세계는 다시 연결되어진다. 초월적 기능이 일어난다. 내담자의 삶은 이제까지의 삶과는 다르다. 희망의 변화가 일어나기 시작한다. 내담자는 정점을 체험한 것이다.

우리는 이 연구를 하면서 모래놀이치료가 훌륭한 심리치료 기법일 수밖에 없는 요인들에 대해서 말할 수 있게 되었다. 첫 번째 요인으로, 모래놀이치료는 과거, 현재와 미래뿐만 아니라 초시간적(timeless)인 것들까지도 동시에 시각적으로 다룰 수 있게 한다는 점, 둘째, 외적 세계와 내적 세계뿐만 아니라 초공간적(spaceless)인 것들까지도 동시에 시각적으로 구현할 수 있게 한다는 점, 셋째, 세속적 관계, 내면의 특성들(페르소나, 그림자, 아니마/아니무스, 자기)뿐만 아니라 영적(spiritual) 존재와도 상징적으로 접촉할 수 있게 한다는 점 등을 들 수 있다. 이러한 여러 가지 요인들은 서로 융합되어 정점 체험을 가능하게 하며, 개성화로 이어지게 한다.

또한 이 연구를 하면서 삶을 어떻게 살아가야 할지를 감히 말할 수 있게 되었다. 아무리

바빠도 자기 내면 안에 있는 정원을 정성스럽게 가꾸고, 그 곳을 거닐 수 있는 잠깐의 여유를 누리야 한다고, 앞만 보고 내달리는 것이 아니라 과거, 현재와 미래를 함께 살 수 있어야 한다고, 세속적 관계들이 나에게 어떤 영향을 미쳤고, 어떤 의미를 지니는지를 살펴볼 수 있어야 한다고, 그리고 그들로 인해 상처받은 것들이 있다면 그것을 진심으로 용서하고, 화해할 수 있어야 한다고 말이다. 이러한 삶을 살아간다면, 우리는 일상에서 초월과 몰입의 경험을 할 수 있을 뿐만 아니라 자기실현과 개성화를 이룰 수 있을 것이다. 또한 우리들 삶에서의 이러한 실천들이, 어쩌면 인류가 직면하고 있는 환경오염과 그로 인한 자연재해, 원인모를 질병, 전쟁 등을 막을 수 있는 작지만 강한 방법이 될 수 있을지도 모르겠다.

정점 체험은 비단 모래놀이치료에서만 하는 것은 아니다. 우리가 살아가는 일상 속 어느 순간, 황혼 무렵, 달빛을 받아 흔들리는 밤바다 앞, 아름다운 자연 속에서, 어느 누군가와 있을 때, 어떤 음악이 흐를 때, 혹은 영화의 한 장면에서, 책속의 어느 한 구절에서도 정점을 체험한다. 중요한 것은 우리 자신이 그것을 피하지 않고 똑바로 마주할 수 있는 용기, 그것을 받아들이고, 충분히 느끼는 것뿐만 아니라 때로는 진정한 용서와 화해도 할 수 있어야 한다. 그리고 삶을 사랑하는 것이다.

## References

- 김신표 (2004). T. S. 엘리엇의 작품에 나타난 신에게 도달하는 세 가지 길에 대한 고찰. *문학과 종교*, 9(2), 136-161.
- 김윤수 (2015). 기독교상담적 관점에서 본 화해모델 연구. 박사학위논문, 국제신학대학원대학교.
- 김태균 (2010). 나비: 개성화의 상징. *상징과 모래놀이치료*, 1(1), 1-13.
- 서덕희 (2006). 홈스쿨링의 가능성과 한계에 대한 참여관찰 연구. 박사학위논문, 서울대학교.
- 성은경 (2015). 눈물: 개성화로 이끄는 치유의 상징. *상징과 모래놀이치료*, 6(2), 47-60.
- 유희경 (2002). 『네 사중주』(Four Quartets)의 "정점"(The Still Point) 연구. 석사학위논문, 공주대학교.
- 이미애 (2010). 불안한 청소년의 모래놀이치료 사례. *상징과 모래놀이치료*, 1(1), 41-60.
- 전가일 (2010). 관객 없는 지휘의 자유: 유아의 혼자놀이 체험에 관한 현상학적 연구. *교육인류학연구*, 13(2), 115-146.
- Cornwell, E. F. (1962). *The still point*. New Brunswick: Rutgers UP.
- Csikszentmihalyi, M. (1986). Play and intrinsic rewards, *Journal of Humanistic Psychology*, 15(3), 41-63.

- Jackson, J. W. (1917). *Shells as evidence of the migration of early cultures*. [S.I.]: Palala Press.
- Jung, C. G., Henderson, J. L., Franz, V., Jaffe, A., & Jacobi, J. (1996). 인간과 상징(이운기 역). 서울: 열린책들(원판 1964)
- Jung, C. G. (1977). *The Symbolic Life. Collected Works 18*. Princeton: Princeton University Press.
- Steinhardt, L. (2010). (미술치료 관점에서 본) 용의 모래놀이치료(김옥경 역). 서울: 학지사(원판 2000).
- Stevens. D. (2004). *The land of unlikeness: Explorations into reconciliation*. Dublin: The Columbia Press.
- Turner, B. A. (2009). 모래놀이치료핸드북(김태련 외 역). 서울: 학지사(원판 2005)
- Van Manen, M. (1994). 체험 연구: 해석학적 현상학의 인간과학 연구방법론(신경림 안규남 역). 서울: 동녘(원판 1990).
- Weinberg, B. (2015). *The still point: That is where the dance is*. in Tanguay, D(Chair), Finding the stillpoint at the crossroads. Symposium conducted at the meeting of the International Society of Sandplay Therapy(ISST), Ottawa, convention center.
- Weinrib, E. L. (1983). *Images of the self*. Boston, MA: Sigo Press.

#### Internet

[http://www.impossiblemachine.com/alchemy\\_silver.html](http://www.impossiblemachine.com/alchemy_silver.html)

<http://travelfacebook.tistory.com/2013>

투고일 : 2016. 04. 26  
수정일 : 2016. 06. 20  
게재확정일 : 2016. 06. 25