

## 자기인식과 개성화 과정의 첫 단계로서의 거울의 상징성

### **Symbolism of Mirrors as the First Step of Individuation and Self-awareness**

이 여 름\*

Yeo Reum, Lee

This study analyzed the symbolic meanings of mirrors from the viewpoint of analytical psychology. This paper describes various symbolisms of mirrors that appear in eastern and western myths, fairy tales and other literature, and hence analyzes their symbolic meanings in sandplay therapy. Mirrors are significant objects that have existed throughout the history of mankind. In ancient East, mirrors were regarded as sacred objects having magical powers. They also symbolize water, in that they reflect the world and self, or the enlightened psyche. At the same time, however, they sometimes symbolize arrogance and vanity. Mirrors trigger self-awareness. Looking into our own unconscious enables us to become aware of the shadow and the persona, bring them to consciousness, and advance toward individuation. In other words, mirrors are closely related to human self-awareness and the following psychological and emotional elements, the concept of which is related to concept of individuation in analytical psychology.

*Keywords* : *symbol, mirror, sandpaly therapy, individuation, self-awareness*

---

\* 아름아동청소년상담센터 놀이치료사 (leesummer723@hanmail.net)

## I. 서론

어느 20대 여성의 꿈에 한 남자 배우가 나왔다. 그 남자 배우는 여러 팬들 사이에 둘러싸여 싸인을 해주고 있었다. 그러다가 꿈꾼이를 발견한 그 남자 배우는 그녀에게 무언가를 주어야 한다고 계속해서 꿈꾼이를 불렀다. 하지만 팬들로 인해 그녀에게 올 수 없었고 꿈꾼이는 자신에게 주어야 하는 것이 무엇인냐고 그 남자 배우에게 물었고 그는 ‘거울’이라고 이야기했다. 하지만 결국 꿈꾼이는 그에게서 거울을 받지 못하고 꿈에서 깨어났다. 이 꿈을 통해 꿈꾼이는 자신에게 왜 거울이 필요했고 어떤 의미인지 생각해 볼 필요가 있다.

거울이란 빛의 반사를 이용하여 물체의 모양을 비추어 보는 물건으로 과거에는 청동이나 구리를 다듬어 만들어졌다. 그렇기 때문에 일반 서민들은 거울을 구하기 어려웠고 물에 자기 모습을 비추어보는 수밖에 없었는데 이것이 거울의 어원이 되었다. 물에 비추어보면 거꾸로 보일 수밖에 없었고 ‘거꾸로’의 고어 ‘거우루’였으며, 동음탈락이 일어나서 ‘거울’이 된 것이다(김무림, 2015).

현대사회에서는 유리거울의 발명으로 우리는 일상생활에서 거울을 자주 접할 수 있게 되었다. 아침에 일어나서, 집을 나와 엘리베이터를 탈 때, 식사 후, 씻을 때, 차를 탈 때 등 하루에도 여러 번 거울과 마주한다. 거울 속 나를 보며 얼굴을 단장 하고, 옷매무새를 다듬는다. 자신의 모습을 인식하고 정돈하는 과정을 위해 ‘나’는 거울에 비춰지는 ‘나’를 보게 된다. 하지만 우리는 태어났을 때부터 거울 속의 ‘나’를 자기 자신이라고 인식하지 못한다. 연구에 따르면 인간은 보통 생후 18~24개월에 거울 속의 자신을 인식한다(조복희, 2006). 거울 속의 자기 자신을 인식하면서부터 인간은 거울에 반영된 자기 이미지뿐만 아니라 내면까지 돌아보게 된다. 또한 자기를 보는 타인에 대한 인식도 시작된다. 자기를 이해하는 것은 타인을 이해하는 데 필수적이다.

거울은 인류역사와 함께 존재했던 유서 깊은 물건으로 신화에서 혹은 명화, 시 등의 예술작품에서 현대사회에서는 광고, 영화 속에서도 중요한 상징으로 등장한다. 과거에는 신성한 물건으로써 고대 한국이나 중국에서는 단순한 화장용구로 사용된 것뿐만 아니라 주술적인 힘을 갖춘 것으로 중요시되었고, 제기(祭器)나 통치자의 권위의 상징으로 여겨졌다(문학비평용어사전, 2006). 거울의 상징적 의미는 거울이 세계나 자기를 반영한다는 점에서 물의 상징, 나아가 나르시스 신화와 관련되기도 한다(문학비평용어사전, 2006). 불교에서는 청정한 영혼, 반영된 진리, 깨달음을 얻은 정신 등을 상징하고 도교에서도 자기 인식의 뜻으로 여겨진다(Cooper, 1978).

거울은 자기 자신을 보여주고 혹은 보이지 않는 부분을 볼 수 있게 해준다. 이는 자신이 가지고 있는 페르소나와 또는 자신이 알지 못했던 내면, 무의식에 있던 그림자를 깨닫게 해주기도 한다. 페르소나란 내가 나로서 있는 것이 아니고 남과 다른 사람들에게 보이는

나를 더 크게 생각하는 특징을 가지고 있으며, 그림자란 바로 ‘나’(自我)의 어두운 면, 즉 무의식적인 측면에 있는 나의 분신이다(이부영, 1998). 일상생활에서 자주 접하는 거울이지만 의도적으로 보지 않으면 볼 수 없는 것 또한 거울이다. 즉, 페르소나와 그림자를 깨닫는 것 역시 자기 의식적인 인식이어야 한다. ‘융학파의 꿈해석’에서 폰 프란츠는 ‘비추어 본다(reflect)’가 자신을 되돌아본다는 의미와 이를 통해 자신의 정체성을 찾는다는 것을 의미한다고 하였으며, 거울은 그 사람의 모습을 객관적으로 보여준다고 하였다(Boa, 1988). 자신의 참모습을 객관적으로 인식하는 것에서는 정서의 인식도 포함된다. 정서인식은 그 안에 내재된 사자, 유인원, 인간의 모습이 분화되면서 서서히 진행되고 이러한 분화는 원초적 불안과 낯선 감정을 일으키는데, 이것은 자아를 원인 모를 두려움에 사로잡히게 한다(한정규, 2013). 거울은 인간내면의 가장 근원적인 자아와 타아를 구별하는 상징적인 물건으로(최종욱, 2016) 나 자신에 대해 인식하게 할 수 있는 지혜를 상징한다.

반면 때로 거울은 오만과 허영, 허무의 상징이기도 하다(최정은, 2005). 거울에 비춰지는 것은 반대로 비춰지기 때문에 우리는 어느 정도 왜곡된 상을 보게 되며 ‘거울 속 나’와 실제 자기 자신을 구분하지 못하면 나르시스처럼 자기 자신을 잃어버리고 만다. 즉, 거울 속의 나를 그대로 동일시하는 것 또한 위험한 요소가 될 수 있다. 이는 페르소나와 유사하다. 페르소나와의 동일시가 심해지면 자아는 그의 내적인 정신세계와의 관계를 상실하게 된다(이부영, 1998).

이처럼 거울은 인간의 자기인식과 그에 따른 심리·정서와 밀접하게 연관되어 있고 이는 분석심리학적 관점에서 개성화와 연관된다. 따라서 거울의 상징성을 분석심리학적 관점에서 살펴보고자 한다.

## II. 거울의 상징성

### 1. 서양 신화에서의 거울

보는 사람을 돌로 만드는 능력을 가지고 있는 메두사의 머리를 가져오기 위해 페르세우스는 아테나에게 얻은 거울을 메두사에게 비추며 다가갔고, 거울 속 자신의 모습을 본 메두사의 목을 칼로 잘랐다. 페르세우스 입장에서 거울은 지혜의 상징이기도 하다. 하지만 메두사의 입장에서 보면 거울은 원래 아름다웠던 자신의 모습이 아닌 별로 인해 흉측해진 자신의 모습을 깨닫게 한다. Jung(1964/1966)에 따르면 거울은 메두사의 모습이 비친 페르세우스의 방패와 같은 것이다. 메두사는 보는 사람을 돌로 만들어 버리기 때문에 페르세우스는 메두사를 직접대면하지 못하고 방패로 비추어 볼 수밖에 없다.



(Source of the photo: <http://blog.naver.com/sjwarttalk/60109340830>)

Fig. 1. 존 윌리엄 워터하우스 「에코와 나르시스」

아름다운 청년 나르시스(Narcissus)는 물에 비친 자신의 모습을 보고 사랑에 빠져 물속으로 들어가 숨을 거두고 그 자리에는 수선화가 피어난다. 나르시스는 물에 비친 모습이 자신이라고는 미처 생각하지 못한다. 즉, 나르시스는 자기 자신을 제대로 인식하지 못하고 결국 물에 빠진다. 물은 무의식을 상징하며 물에 빠지는 것은 자신의 무의식적 요소들을 인식해야한다는 것을 의미한다. 무의식적 요소를 인식하는 것은 개성화에 필수적인 과정이다. 이 신화에서 따온 ‘나르시시즘’은 자기애성 성격장애로 과도한 자기사랑과 자기도취로 인해 사회적 부적응을 초래하는 장애이다(권석만, 2014). 이 환자들은 자기 자신에게 절대 도달하지 못하고, 자기 자신을 무척 낮설게 느끼는 ‘자기소외’에 빠진 것이다(Bärbel, 1991/2006).

이처럼 서양신화에서 거울은 다양한 상징성을 가지고 등장한다. 비너스와 나르시스는 거울에 비친 자신의 모습에 매료되고 치장한다. 외적 치장에만 집중하거나 스스로에게 매료되는 것은 자신을 잃는 것일 수도 있다. 외적 세계 혹은 내적 세계의 중심을 잡지 못하고 한 쪽으로 치우치는 것은 무의식적 요소들이 통합되는 것에 방해요인이 된다. 인간은 자신의 모습을 직접 볼 수 없고, 거울을 통해서 혹은 거울 안에 있는 자신을 볼 수 있다. 유럽의 언어에서 <거울 안에>라는 표현과 <거울을 통해서>라는 표현의 두 가지가 있는데, 양자에 구별이 없다는 사실은 실체와 영상, 나아가서는 주체와 객체의 구별이 그다지 명확하지 않는다는 것을 암시하고 있을지도 모른다(종교학대사전, 1999). 그렇기 때문에 우리는 이를 구별하고 의식이 무의식에 관심을 둘 수 있도록 조절해야한다.

## 2. 동양 신화에서의 거울

우리나라의 단군신화에 따르면 환웅이 하늘에서 인간세계를 다스리러 내려올 때 환인에 게서 천부인을 받는다. 『삼국유사(三國遺事)』에 따르면 천부인은 청동검, 청동거울, 청동방울을 의미한다. 이 당시 거울은 자신을 비추는 물건이기 보다 지배계층의 권위의 상징이었다. 또한 자연과 교감할 수 있는 신비한 능력의 상징으로 신과 교감하는 상징적인 무구(巫具)였다(한국콘텐츠진흥원, 2007). 제사의례에서 사용되던 거울은 신이 강림하시는 곳이라는 의미를 지니고 있었으며, 둥근 원형으로 생겨 하늘 또는 태양을 의미하였다. 제사장은 거울을 가슴에 달고 하늘을 비추며 태양의 빛을 반사시켰고 이를 통해 자신의 권위를 발산시키며 태양, 즉 신과 자신을 연결하는 도구로 사용하였다. 태양은 만물을 꿰뚫어보는 신과 그 힘을 상징하는데(Cooper, 1978), 이는 권위자가 자신의 마음을 태양처럼 밝혀 천지만물을 우러러 비추는 의미로 해석될 수 있다. 자신의 마음을 밝히는 것은 내면으로 들어가 그 안에 있던 빛과 어둠을 통합하고 신에게로 나아가는 것을 의미한다. 신에게 다가가는 것은 용기가 필요하며 자신 내면의 추악함, 어두운 면을 인식하고 통합하는 것임을 알 수 있다. 무의식 안에 있던 우리의 본질적인 빛을 통해 우리는 안에 있던 그림자와 페르소나를 의식화 할 수 있게 된다.

불교의 불설수생경(佛說壽生經)에 따르면 인간은 죽은 후 저승에서 49일 동안 재판받을 판다. 인간은 7개의 등장하는 업경(業鏡)은 생전에 지은 선악의 일을 비추어 본다는 저승의 거울(곽철환, 2003)이다. 염라대왕은 업경을 통해 저승에 온 망자의 생을 들여다보고 죄가 있으면 지옥에 가고, 선인일 경우 환생을 한다.

일본의 기기신화에서도 거울이 등장한다. 아마테라스 오카미는 태양의 신으로 최초의 육지 오노고로 섬을 창조한 이자나기의 왼쪽 눈에서 태어났다. 그녀는 하늘세계, 다카마노하라를 지배하고 있었다. 그러던 중 동생의 괴롭힘으로 동굴로 들어가게 된다. 다른 신들이



(Source of the photo: <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=42579669>)

Fig. 2. 청동거울을 가슴에 걸고 제사를 지내는 모습

그녀를 밖으로 나오게 하기 위해 거울(야타노카가미)을 만들고 아마테라스는 거울 속에 비친 그녀 자신의 모습을 보기 위해 호기심에 이끌려 밖으로 나온다. 이 장면은 성숙한 여성으로 변신하는 아마테라스의 입문의례 과정 나타내는 것으로 해석되기도 한다(Atsuhiko & Noriko, 1996/2005). 동굴에 들어가는 것은 아마테라스의 개성화를 위한 필수적인 과정이라고 할 수 있다. 마음 속 깊은 곳에 있는 자기 및 자아와의 동일성의 상태까지 일단 퇴행 시킴으로써 상징적인 죽음을 체험하는 것이다(Jung, 1964/1966). 아마테라스는 거울에 비친 성숙한 여인으로 성장한 자신의 모습을 알아보지 못하고 좀 더 자세히 보려고 동굴 문을 열고 나온다. 거울은 아마테라스에게 깨달음을 주었다. 하지만 아마테라스가 변한 자신의 모습에 호기심을 느끼지 못하고 동굴 안에만 있다면 그녀는 두려움으로 동굴 밖을 나올 수 없었을 것이다.

우리는 일상생활에서 의식적으로 거울을 보지 않으면 자신의 모습을 인식하지 못한다. 우리의 그림자와 페르소나도 마찬가지이다. 스스로가 호기심을 가지고 그것들을 들여다보지 않는다면 우리는 그것들을 인식하지 못하고 계속 현재의 단계에서만 머물게 된다. 입문의례를 넘음으로써 그 다음단계로 나아갈 수 있다. 훗날 이 거울은 칼, 곡옥과 함께 '3종의 신기' 중 하나로 지상의 땅을 지배하기 위해 내려온 아마테라스의 손자 호노 니니기에게 전해져 황실의 왕권을 상징하는 보물이 되었다. 그러한 의미에서 거울은 신성성을 상징하기도 한다. 이는 앞에서 언급한 단군신화의 천부인 중 청동거울과 매우 유사하다.

동양 신화에서 거울은 권위, 통치자의 상징이다. 권위자들은 거울을 통해 자신을 비춰봄으로써 자신을 되돌아볼 수 있는 시간을 갖고, 그러한 능력을 제사나 의례를 통해 행하였다. 그들은 그들 스스로의 내면을 탐색함으로써 권력에 취하지 않고 백성들을 위한 정치할 수 있다고 믿었다. 자신의 내면을 들여다보는 것을 통해 무의식에 있던 자신의 진정한 모습을 깨닫고 이를 의식화하는 작업을 하는 것이다. 의식화되기 이전 상태는 무의식상태이기 때문이다. 자신의 무의식을 들여다보고 그림자와 페르소나를 받아드리는 것은 결코 쉬운 일이 아니며, 한 번에 이루어지는 것도 아니다. 무의식을 성찰할 수 있는 사람만이 개성화를 이룰 수 있다. 우리의 무의식 속에 있는 그림자와 페르소나 성찰을 통해 원형으로부터 오는 에너지를 활용할 수 있어야 한다.

### 3. 동화에서의 거울

‘거울아, 거울아, 이 세상에서 누가 제일 예쁘니?’ 여왕은 거울에게 매일 이렇게 묻는다. 진실을 말하는 거울은 항상 백설공주가 제일 예쁘다고 이야기한다. 여왕은 전형적인 나르시시즘적 자기 탐닉과 자기애의 전형이다(Eugen, 1981/2003). 자기애에 빠진 여성들은 자기 자신을 올바르게 평가하는 방법을 배우지 못했으며 자기 자신의 못난 측면을 인정하지 못

해 극심한 우울감에 빠지거나 자존감이 무너지면서 우울증이 오기도 한다. 여왕은 거울을 통해 자신이 열등하다는 사실을 알게 된다. 하지만 그녀는 백설공주가 그녀 안에 있는 또 다른 자신의 측면이라는 것을 받아들이지 못하고 백설공주를 죽이려고 한다. 자기 인식이 무너지면서 의식 안에서 불안이 시작된 것이다. 이러한 불안은 다시 자아를 향한 광적인 탐색을 부른다. 그 자아는 가치 있는 존재일 때에만 다른 사람들에게 현실적으로 존재하기에, 이처럼 아름다움이 부정당하는 상황에서 자아는 ‘그 자체의 존재’와 ‘타인에게 보이는 존재’가 조화를 이루는 평안한 상태에 머물러 있을 수 없기 때문이다(Eugen, 1981/2003). 즉, 여왕은 자아와 페르소나가 구별되지 않는 상황에 있으며, 자신의 그림자를 받아들이지 못하고 있다. 그렇지만 그 와중에 거울은 일관되게 진실만을 이야기한다. 건강한 자기애는 자기 자신을 현실적인 기준에서 올바르게 평가하는 것에서 출발하며 자기애가 건강한 사람들은 자신의 장점에 대해서 잘 알고 있는 동시에 자신의 한계도 존중한다(Bärbel, 1991/2006). 이 동화에서 거울은 진실 된 자기인식을 상징한다. 또한 거울은 개체를 객관적으로 ‘반영하는’ 개체가 전에 가져본 적이 없을지도 모르는 자신에 관한 생각을 갖게 하는 무의식의 힘을 상징한다(한오수, 2016). 우리는 무의식을 의식화하기 위해서 거울 앞에 서는 행위만으로는 부족하며 끊임없이 자신의 내면을 성찰할 수 있는 힘을 길러야 한다.

또 다른 동화, 눈의 여왕에서의 거울은 모든 것을 실제보다 더 훌륭하고 끔찍하게 비춰 현실을 왜곡한다. 트롤들이 이 거울을 가지고 유희하다 거울이 깨져버리고 깨진 거울조각이 인간 세상에도 떨어져 한 소년, 카이의 심장과 눈에 거울조각이 박힌다. 카이는 차갑게 변하고 또 무엇이든 나쁘게 보게 된다. 눈의 여왕에게 두 번의 키스를 받고 눈의 여왕의 궁전으로 가게 된 카이는 박힌 거울로 인해 트롤들과 만족하며 살아간다. 그러던 중 눈의 여왕은 카이에게 ‘이성의 거울’이라는 얼어붙은 호수의 얼음조각으로 ‘영원’이라는 글자를 만든다면 자유를 주겠다고 한다. 과제를 해결하지 못하고 있던 카이의 앞에 게르다가 왔지만 카이는 그녀를 알아보지 못한다. 게르다의 뜨거운 눈물로 카이에게 박혀있던 거울조각이 녹아 카이는 꿈에서 깨듯 게르다를 알아보고 그들은 집으로 돌아간다.

이 동화에서도 거울은 현실을 반영하고 있다. 하지만 왜곡된 현실을 비춤으로써 그 거울의 조각이 박힌 카이는 자신의 모습을 잃어간다. 여기서 거울은 트라우마의 거울이다. 카이는 자신의 정서를 인식하지 못하고 차가워지고 있으며 현실을 왜곡해서 바라보게 되고 거울궁전에 갇히고 만다. 앞서 말한 바와 같이 거울은 빛, 위치, 거울의 굴곡 등으로 인해 어느 정도 왜곡된 상을 비추기도 한다. 어쩌면 우리는 평생 자신의 진정한 모습을 보지 못하는 것일 수도 있다. 평생 페르소나가 자신의 진정한 모습인줄 알고 살아가는 사람도 있다. 페르소나와 자아가 동일시 되어있으면 자신의 정서도 인식하지 못하며 이를 다른 사람에게 전달할 수도 없다.

현대에서는 거울 뉴런을 통해 이를 설명할 수 있다. 거울로 자신을 비춰보고 자신에 대

한 인식을 갖는 과정은 타인을 이해하고 공감하는 방법이기도 하다. 거울 뉴런에 관한 신경생물학적 연구들에 의하면 이 이러한 인간 정신의 발달과정을 신경생물학적으로 뒷받침한다(Jacoboni, 2009). 거울뉴런은 명칭 그대로 자신의 경험을 통해 타인의 경험을 이해하는데 관여하는 뉴런이다. 거울뉴런은 타인의 감정과 행동을 관찰할 때 이와 유사한 자신의 경험을 시뮬레이션하고 그 경험에 대한 의식화를 통해 타인이 보여주는 감정을 이해하게 한다. 결국 거울이 상징하는 것은 타인에 대한 인식을 통해 타인을 이해하는 것이다(Jacoboni, 2009).

우리가 사회적 기준에 맞춰 생긴 페르소나와 동일시하고 미숙하고 열등한 그림자 측면을 숨기려고 할 때 다양한 감정은 억압되고 내면에서 울게 된다(성은경, 2015). 결국 진정한 자아는 페르소나의 뒤에 갇히고 만다. 깨진 거울조각이 박힌 채 카이처럼 거울왕국에 갇히고 마는 것이다. 카이는 게르다를 만나 진정한 자신의 아니마를 인식하면서 거울 조각이 빠진다. 게르다는 카이의 여자친구로 카이의 트라우마의 거울을 긍정적인 거울로 바꿀 수 있도록 도와주는 존재이다. 카이는 게르다의 눈물을 통해 자기 자신의 일부를 인식하고 깨달음으로서 개성화로 나아가고 있다. 카이에게 게르다는 아니마적 부분의 그림자이기도 했다. 차가운 마음을 가지고 정서를 잃어버림으로써 여성성을 잃어버린 것이다. 그림자의 인식을 통해 우리의 정서를 치유하도록 도와준다(성은경, 2015).

#### 4. 문학에서의 거울

문학에서 거울은 다양한 의미로 등장하는 소재이다. 사물을 비추는 소재로서의 거울, 다른 세계로 갈 수 있는 문으로써의 거울, 자기 성찰의 매개로서의 거울 등 다양한 의미를 가지고 있다. 다음은 미하엘 엔데의 소설 『거울 속의 거울』의 일부다.

“그는 발끝으로 곧추세운 발과 바닥에 붙인 발을 엇갈리게 짚은 자세로, 오른손을 허공에 드리우고 왼손은 허리에 가볍게 댄 채 기다리며 서 있었다. 이따금 더 이상 참을 수 없을 정도로 힘이 들면 자세를 바꾸었다. 그러니까 거울에 비춘 자기 모습을 또 거울에 비추었을 때처럼 좌우가 뒤바뀐 자세로 말이다.” 『거울 속의 거울』 中

이 단편 속 주인공은 거울 속의 자신과 실제 자신을 동일시하면서 결국 진정한 자신을 잃고 만다. 진정한 자신의 자아를 잃은 사람은 타인에게 비추는 모습만을 의식하게 되고, 그에 맞춰 행동하며 인정받지 못할 경우 열등감에 빠지고 만다.

다음은 이상의 시 『거울』이다.

거울 속에는 소리가 없소  
저렇게까지 조용한 세상은 참 없을 것이오

거울 속에도 내게 귀가 있소  
내 말을 못 알아듣는 딱 한귀가 두 개나 있소

거울 속의 나는 왼손 잡이오  
내 악수를 받을 줄 모르는 - 악수를 모르는 왼손잡이오

거울 때문에 나는 거울 속의 나를 만져보지를 못하는 구료마는  
거울이 아니었던들 내가 어찌 거울 속의 나를 만나보기만이라도 했겠소

나는 지금 거울을 안 가졌소마는 거울 속에는 늘 거울 속의 내가 있소  
잘은 모르지만 외로된 사업(事業)에 골몰할게요

거울 속의 나는 참 나와는 반대(反對)요마는  
또 꽤 닮았소  
나는 거울 속의 나를 근심하고 진찰(診察) 할 수 없으니 펍 섭섭하오

이 시에서 거울은 자기 자신의 자아를 들여다보는 상징물로 사용되었다. 이 시에서는 두 가지 자아가 표현되었다. 거울 속에 존재하는 내면적 자아와 거울 밖의 현실적 자아이 다. 현실의 나와 거울 속 나는 같지만 다르다고 표현되었다. 이러한 모순성을 통해 자아의 분열을 확인하고 자아의 참모습을 발견하게 된다. 거울은 개인을 객관적으로 비추는 무의식의 힘을 상징하는 것일 수 있다(Jung, 1964/1966). 즉 거울 밖은 의식적 자아, 거울 속은 무의식적 자아라고 할 수 있으며 이 시에서는 그 자아가 통합되는 과정을 이야기하고 있다.

윤동주의 시 『참회록』과 서정주의 시 『국화 옆에서』에서도 거울이 등장한다. 다음은 두 작품에서 ‘거울’을 언급한 부분들이다.

- 참회록 中 -

파란 녹이 낀 구리 거울 속에  
내 얼굴이 남아 있는 것은  
어느 왕조의 유물이기에  
이다지도 욱될까.

- 국화 옆에서 中 -

그립고 아쉬움에 가슴 조이던  
머언 먼 젊음의 뒤편길에서  
인제는 돌아와 거울 앞에 선  
내 누님같이 생긴 꽃이여.

이 두 시에서의 ‘거울’은 자아성찰을 의미한다. 거울 속에 비친 현재 자신의 모습을 인식하고 반성한다. 거울은 자기 자신에 대한 생각을 부르며 인간은 무의식을 통해서만 이러한 관점(당사자의 의식에 충격을 주어 혼란을 경험하게 하는)에 이 이를 수 있다(Jung, 1964/1966). 두 시에서 거울을 통해 현재의 자신의 모습을 인식하고 과거의 자신을 돌아보게 한다. 자기Self를 바라볼 수 있게 됨으로써 자기 자신으로 다시 돌아오고 자신의 진정한 내면의 모습을 깨닫게 되는 것이다.

### Ⅲ. 모래놀이치료 사례에서의 거울

내담자는 15세 여학생이다. 그녀의 어머니는 7살 때 돌아가셨고, 아버지는 새어머니와 다른 동생들은 함께 살고 있다. 예전에는 할머니, 고모, 삼촌 등 다른 친척들과 살았지만 현재는 이모가 일하고 있는 아동복지시설에서 함께 살고 있다. 그녀는 시설에 거주하고 있던 다른 여학생들에 비해 귀걸이, 목걸이 등을 더 많이 착용하고 있었다. 그녀는 지진으로 인한 외상과 신체적 건강상태로 어려움을 겪고 있었으며, 가족에 대한 이야기는 더 자세한 질문을 하려고 하자 잘 모르겠다면서 화제를 전환하였다.

그녀는 첫 회기 모래상자 왼쪽에 거울을 놓았다. 그녀는 거울을 매우 좋아한다고 하였으며 거울 앞에 있는 여자가 자신이라고 이야기 하였다. 모래 장면에 대해서는 다음과 같이 연상하였다.



Fig. 3. 네팔 여학생의 모래장면

“그녀(거울 앞에 있는 여자)는 호랑이를 사랑했어요 그러던 중 그녀가 길을 걷다 뱀에게 공격을 당해 호랑이가 뱀과 싸웠고 호랑이는 아파서 죽었고 그녀는 너무나 슬퍼했어요 그녀도 숲에 있던 새도 슬퍼서 울기 시작했어요”

이야기를 하고 내담자는 그녀가 슬프고 외로운 것 같다고 이야기 하였다. 그 후 그녀는 거울을 보며 거울과 그 앞에 서있는 여자에 대해 이야기를 하였다.

“거울을 보면서, ‘거울아, 거울아, 누가 제일 예쁘니?’라고 말하고 있는 것 같아요 왜냐 하면 그녀는 더 아름다워지고 싶어서요 그래서 매일 거울한테 물어봐요”

내담자는 엄마가 돌아가신 후, 친척집에 살거나 시설에서 생활하면서 자신의 공간을 가질 수 있는 기회가 없었다. 그러한 상황은 내담자의 페르소나를 계속해서 견고하게 만드는 계기가 되었다. 자신에게만 집중하는 시간을 갖기 어려웠던 내담자는 계속 아름다워지고 싶어서 매일 거울에게 묻는 여자처럼 자신 스스로도 매일 같이 다른 사람에게 보일 자신의 모습에 집중할 수 밖에 없었다. 뱀과 싸우는 호랑이는 하늘과 태양의 힘을 상징한다(Cooper, 1978). 거울에게 태양(빛)은 필수적인 요소이다. 빛을 반사하여 거울에 비춰지기 때문이다. 그런 호랑이가 뱀으로 인해 죽었다. 그녀는 거울을 계속해서 비춰보고 있지만 빛이 없는 상태의 거울은 그 역할을 제대로 할 수 없다. 거울의 긍정적 자기인식의 상실되고 페르소나에 갇혀있는 내담자의 모습을 의미하는 것으로 보인다.

다음 모래사진의 사례는 23세 여성이 만든 모래장면이다. 이 내담자는 어린시절부터 신체화 증상과 우울, 불안, 대인관계 갈등 등이 있었으며 현재도 직장생활을 하며 동료들과의 관계에 어려움을 겪고 있어 상담을 받게 되었다. 이 내담자는 모래장면을 두 부분으로 나누었다. 상자의 하단에는 천사, 예쁜 것, 과일 등 내담자가 좋아하는 것들이 있다. 상자의

상단에는 나쁜 일을 저지른 사람들이 끌려가고 있다고 하였다. 여자, 아이들을 괴롭혀 죽게 만든 사람들, 부모를 잔인하게 죽인 사람들, 왕따를 조장한 사람들 등 여러 죄를 지은 사람들이 형벌을 받고 있다고 연상하였다. 왼쪽 상단에 거울이 놓여있다. 내담자에 의하면 이 거울은 죄를 지은 사람들이 자신의 죄를 비춰볼 수 있는 거울이다.



Fig. 4. 23세 여성의 모래장면 (장미경, 2017)

내담자는 자신에게 트라우마를 일으킨 원인이 외부에 있다고 판단하고 그들에게 복수하는 장면을 만들고 그 죄인들이 벌을 받는 그들 스스로의 모습을 보게 한다. 그렇지만 그 거울은 자신을 비추어볼 필요를 의미하는 거울이기도 하다. 자신을 비춰보고 결국 자신을 박해하고 괴롭히는 존재는 자신의 내면에 있음을 발견해야 하는 거울이다. 그녀는 어린 시절 불안 등의 트라우마로 인해 정신 내면의 원형적 방어시스템을 발달시켜 일상생활에 적응을 방해하였다. 앞서 말한 눈의 여왕의 카이처럼 이 내담자 또한 트라우마로 인해 자신의 내면을 보지 못하고 있었으며 그로인해 외적세계에서도 어려움을 겪고 있었다. 자신의 내적세계와 외적세계의 균형을 이루기 위해서는 자신의 내면으로 들어가 탐색할 수 있어야 한다. 내면에 있는 그림자를 대면하고 자신의 긍정적인 면과 부정적인 면을 통합하여 자기 완성, 즉 개성화를 이룰 수 있는 것이다. 이러한 과정을 통해 얻은 새로운 에너지는 그녀가 외부세계에 적용할 수 있는 원동력을 주며, 또 다른 내적세계를 탐색할 수 있는 에너지를 마련할 수 있다.

#### IV. 결 론

인간은 자신이 아닌 타인과 살아가며 페르소나를 쓸 수밖에 없다. 가족, 친구, 직장 동료

등 각각에게 사용되는 페르소나는 다르다. 하지만 그렇다고 해서 그것이 그 사람이 아니라고 할 수 없다. 페르소나도 결국 자신의 모습이며 진짜 자아가 만든 거짓 자아다. 때로는 외부세계에 지나치게 집중하여 자신의 진짜 자아는 잊고 거짓 자아가 자신의 진짜 자아라고 착각하고 살아가게 한다. 밀러는 ‘거짓’자아를 지니고 살아가는 사람들을 가리켜 ‘마치 그런 것처럼-인격’이라 칭했다. 진짜 자아가 자리를 잃어버리게 되면 본인 스스로의 감정을 인식하지 못하고 그로인해 자신의 감정을 남에게 전달할 수 있는 능력도 자연스럽게 잊혀져버리고 만다. 결국 진짜 자아는 더 이상 발전하지도 분화되지도 못한 채 버려지고 우리는 내면을 탐색할 수 있는 에너지도 잃게 되어 자신을 볼 수 없게 만든다. 거울은 이러한 상황을 잘 보여주는 상징이라고 할 수 있다. 거울에 비추는 자신의 모습을 통해 자신의 진짜 모습을 볼 수 있도록 깨달음을 주는 지혜의 상징이기도 하지만 때로는 거울에만 갇혀 자신의 진정한 모습을 보지 못하게 만들기도 한다.

거울의 긍정적인 면을 통해 우리는 개성화를 향해 나아갈 수 있다. 개성화는 자기인식의 과정이기도 하다. 자기인식이란 무의식의 내용들을 인식하는 과정이며, 인식은 지적인 의식일 뿐 아니라 감정적인 통찰이라는 점에서 “깨달음”의 과정이다(성은경, 2015). 의식적으로 자신을 되돌아보고 성찰하여 내적세계와 외적세계의 중심을 잡음으로서 우리는 양쪽 모두를 돌볼 수 있다. Jung(융합의 비의)에 따르면 자아의식은 하나의 거울상과 같은 대칭적 투사 관계 속에서 서로 대면하고 있는 것처럼 보이며 의식 가능한 콤플렉스로서 자아는 주체와 객체를 인식하며 구별하고 그로써 스스로 특정한 존재가 되도록 해야 한다는 것이다(Franz, 1972).

무의식을 의식화하는 것은 쉬운 작업이 아니다. 페르소나와 나를 구별하고, 그림자와 아 니마 혹은 아니무스를 인식하여 통합하는 과정이 필요하다. 이를 위해서 우리는 있는 그대로의 자기를 인식할 수 있어야 하며 이를 위해서는 긍정적인 거울의 역할을 해 줄 수 있는 내적작업이 필요하다.

## 참고문헌

- 곽철환 (2003). 시공 불교사전. 서울: 시공사.
- 권석만 (2014). 이상심리학의 기초; 이상행동과 정신장애의 이해. 서울: 학지사
- 김무림 (2015). 한국어 어원사전. 서울: 지식과 교양.
- Iacoboni, M (2008). *Mirroring people: the new science of how we connect with others*. New YORK: Picador.
- 김미선 (2009) (역). 미러링 피플 - 세상 모든 관계를 지배하는 뇌의 비밀. 과주: 갈리온.
- Ende, M. (1994). *Der Spiegel Im Spiegel*. Stittgart-Wien. 이병서 (2008) (역). 거울 속의 거울. 서울:

보물창고

- 성은경 (2015). 눈물: 개성화로 이끄는 치유의 상징. 상징과 모래놀이치료, 6(2), 47-60.
- 이부영 (1998). 분석심리학; C.G. Jung의 인간심성론. 서울: 일조각.
- 이상 (2001). 이상문학전집, 서울: 문학사상사.
- 이연복 (2003). 신의 나라 인간나라; 신화의 세계. 서울: 두산동아.
- 장미경 (2017). 분석심리학적 모래놀이치료. 서울: 학지사.
- 조복희 (2006). 아동발달. 파주: 교육과학사
- 최정은 (2005). 동물·괴물지·앰블럼; 중세의 지식과 상징. 서울: 휴머니스트.
- 한국문학평론가협회 (2006). 문학비평용어사전, 국학자료원.
- 한국콘텐츠진흥원 (2007). 문화콘텐츠닷컴(문화원형백과 대백제이야기).  
<http://www.culturecontent.com/>
- 한오수 (2016). 헤르만 헤세 작품의 분석심리학적 이해 - '황야의 이리'를 중심으로. 한국융  
분석가협회 공개강연회 자료집, 62-67.
- Eugen, D. (1981). *Das Madchen ohne Hande: Marchen Nr. 31 aus der Grimmschen Sammlung. Walter  
Verlag.* 김태희 (2003) (역). 어른을 위한 그림 동화 심리 읽기어른을 위한 그림 동화 심리 읽기:  
재투성이에서 리퐁첼까지 심층심리학으로 들여다본 여성 심리의 비밀. 서울: 교양인
- Atsuhiko, Y., & Noriko, F. (1996). NIHON NO SINWA DENSETSU. Seidosha. 양역관 (2005).  
(역). 일본의 신화. 서울: 황금부엉이
- Bärbel, W. (1991). Weiblicher Narzißmus. Kösel-Verlag. 강희진 (2006) (역). 여자의 심리학. 서울:  
북폴리오.
- Cooper, J. C. (1978). *An Illustrated encyclopaedia of traditional symbols.* New York: Thames & Hudson.
- 이윤기 (2012). (역). 그림으로 보는 세계문화상징사전. 서울: 까치글방.
- Boa, F. (1988). *The way of the dream.* Toronto: Windrose Films Ltd. (Trans. into Korean in 2004)
- Franz, M. L. (1972). C. G. Jung - Sein Mythos in unserer Zeit. Verlag Hans Huber, Frauenfeld.

투고일 : 2018. 04. 30  
수정일 : 2018. 06. 18  
게재확정일 : 2018. 06. 20