

상징과모래놀이치료, 제12권 제2호
Journal of Symbols & Sandplay Therapy
2021, 12, Vol. 12, No. 2, 23-64.
doi <https://doi.org/10.12964/jsst.21008>

팬데믹 (탈, 마스크)의 시대의
정신과 물질의 연결 및 모래놀이치료
Integration of Psyche and Matter and
Sandplay Therapy in the Era of Pandemic (Mask, Tal)

장 미 경
Mikyung Jang

The English full text is right after the Korean one.

팬데믹 (탈, 마스크)의 시대의
정신과 물질의 연결 및 모래놀이치료*
Integration of Psyche and Matter and
Sandplay Therapy in the Era of Pandemic (Mask, Tal)*

장 미 경**
Mikyung Jang

<Abstract>

In this paper, the symbolic meaning of the pandemic and the role of the sandplay therapist in integration of psyche and matter were attempted to be understood from an analytical psychology perspective. Traditionally, in Korean culture, when an epidemic spreads, mask dance plays such as Byeolshin Tal Chum Gut Nori which means shamanistic mask dance play and rituals were offered to appease the gods who brought the epidemic, leaving minimal damage and waiting for the god to pass. In that sense, the expression 'byeolshin' refers to both a god and a contagious disease called smallpox. The use of mask, tal in these shamanistic mask dance plays and rituals are related to the meaning of 'mask'. Mask in Korean means mask, but it is also a word that means diseases, problems, breakdowns, shortcomings, difficulties, etc. Also, playing is an interesting part, which means that play has a healing effect and is a way to appease the archetypal fears and anxieties caused by the divine plague. Just as our traditional culture did, in the era of the corona pandemic (mask, mask), sandplay therapists are in a time and situational position to play a role in making clients realize that matter and psyche or spirit, that is, external things are internal projections. This is because sandplay therapy is a play and a ritual, and it is a symbolic and healing approach that allows each person to meet their inner 'god', that is, their true Self. This process must occur first in the therapist, and only the therapist who has experienced such a process can understand the client's process in terms of the archetypal transference-countertransference relationship. Also, it was tried to explain the archetypal fear of the pandemic by linking it with the personal complex, and the symbol of the pandemic that appears in sandplay therapy was presented along with the symbols of earthquake disaster in Nepal.

Keywords : Corona, pandemic, mask, tal, play, sandplay therapy, integration of matter and psyche

* 이 논문은 2021년도 남서울대학교 학술연구비에 의해 연구되었음.

** 남서울대학교 아동복지학과 (jangmiky@nsu.ac.kr)

I. 서 론

물질적인 것 또는 외부 대상에 집착 하지 말고 그것을 내면 투사의 상징으로 받아들이고 그것이 내적 정신에 갖는 상징적, 개인적 의미를 찾고자 하는 것이 물질과 정신을 연결하는 작업이며 모래놀이치료 작업이 목표로 하는 것이다(Steinhardt, 재인용 장미경, 2017; Kalf, 1980). 코로나 팬데믹의 발생 원인은 아직 분명히 규명되지는 않지만 한 가지 분명한 것은 성공, 성취, 부, 명예, 지위, 인정, 만족 등 외부의 것에 지나치게 집중하던 삶의 태도에서 내면의 것을 보라는 신호일 것이다. 그 이유는 인간의 지나친 자연 통제, 더 많은 힘을 얻고자 하는 시도가 불러온 결과이기 때문이다. 4차산업혁명 시대라는 급격한 기술문명의 변화와 팬데믹이라는 바이러스의 대유행은 그 어느 시대 보다 인류의 원초적 불안을 자극하는 원형적(archetypal) 투사가 일어나는 현상으로 작용하고 있다. '원형적(archetypal)'이라는 표현을 사용하는 이유는 팬데믹의 의미가 질병으로 인해 생사와 관련되어(절대적인 것) 공포, 두려움, 불안, 불확실감, 통제할 수 없음 그리고 더 나아가 이 시대의 존재의미에 대해 질문하게 한다는 의미에서이다. 이 상황이 궁극적으로 어떠한 결과로 이어질지는 아무도 알 수 없으나, 그것이 의미하는 것, 그것이 우리에게 요구하는 것은 삶의 태도의 변화, 그 동안 소홀히 해 온 것에 대한 관심을 기울일 것을 요구하는 신호라는 점은 분명할 것이다. 팬데믹에 대한 이러한 관점은 외적, 물질적 것을 정신내적 관점에서도 보고자 하는 분석심리학의 이론적 관점을 반영한다(Jacobi, 2013).

팬데믹과 같은 상황에서는 대부분의 사람들이 불안과 두려움을 느끼지만 심리치료자를 찾아오는 내담자들은 더 심각한 상황에 처해있을 수 있다. 특히 코로나 발생 이전부터 심리적, 관계적 취약성 즉 부정적인 개인적 콤플렉스를 갖고 있던 내담자들은 코로나 팬데믹 상황에서 더 부정적 영향을 받을 수 있다. 이러한 상황은 성인내담자 뿐 아니라 아동청소년 내담자에 대해서도 마찬가지이다. 심리치료자들은 아동, 청소년들이 성인들의 기준, 기대, 요구에 얼마나 고통 받아왔는지 너무 잘 알고 있다. 스스로 저항할 수 없는 개인들에게 어른들의 욕심에서 기인하는 일방적인 태도와 가치를 강요하여 그들의 내적 세계를 희생시키고 있다. 그 결과로 우리사회는 전 세계에서 가장 높은 청소년 자살률이라는 타이틀을 갖고 있으며 2017년 대비 2020년 청소년 자살률이 다른 연령대에 비해 가장 높았다(뉴데일리경제, 2020). 모든 아동청소년이 스스로 그렇게 할 수 있는가의 의문을 갖게도 하지만 다행스럽게도 BTS현상처럼 자신의 삶에 대한 직관적 성찰능력을 가진 청소년들이 자신들의 삶을 찾으려는 애씀을 청소년들이 하도록 영향력을 기치고 있다. 이러한 시대적 변화는 심리치료자가 새로운 시대에 직면하여 요구 받는 역할 변화가 무엇인지 생각하게 한다.

본 논문에서는 인간의 정신에서 일어나고 있는 것과 물리적 세계에서 일어나고 있는 코로나 팬데믹이라는 사건의 관계를 이해하기 위해 분석심리학적 관점에서 팬데믹의 상징적

의미를 해석하였다. 같은 맥락에서 팬데믹(탈, 마스크) 시대의 모래놀이치료 즉 동시성적 측면에서 물질과 정신의 연결의 방법으로서의 모래놀이치료 그리고 모래놀이치료자의 역할을 논의하였다. 또한 팬데믹의 원형적 두려움과 개인적 콤플렉스를 연결하여 설명하고자 하였으며 팬데믹을 재난의 일종으로 보고 모래놀이치료에서 나타나는 팬데믹의 상징을 다른 재난 상징들과 함께 제시하였다.

1. 팬데믹의 시대는 왜 탈의 시대이며 그것의 상징적 의미는 무엇인가?

한 마디로 팬데믹은 탈이 났다는 말로 요약 표현될 수 있다. 공포, 멸망, 죽음과 같은 공포는 절대적이고 근원적이며 신적인 것이기 때문에 원형적이다. 즉 원형적 경험은 신적인 것은 감동, 거룩함, 엑스터시 등과 같은 긍정적인 감정경험도 일으키지만 인간의 힘으로 어쩔 수 없는 강력하고도 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 즉 팬데믹이라는 탈은 우리 시대의 원형적 그림자이다. 개인의 그림자의 상징인 블랙스완 보다 더 거대한 그림자인 것이다 (Stein, 2020a, 2020b). ‘mask’는 한국어로 ‘탈’을 의미한다. 탈은 mask처럼 얼굴을 가린다는 의미 외에 몇 가지 다른 의미로도 사용되는데 그것은 전염병의 유행, 심신의 질병, 기계나 연장의 고장, 사람들의 나쁜 버릇이나 결점, 일부러 결점을 찾아내려고 하는 태도인 트집 잡기, 부정적 사고(accidents), 불평불만, 사회적 문제나 모순 등을 의미한다(임재해, 1999). 예를 들면, ‘그 사람은 그제 탈이야’, ‘그것이 탈날 것 같다’ 등의 표현이 그 예이다. 따라서 탈을 쓰고 춤, 극, 굿, 신에 대한 제의를 수행하는 탈춤굿놀이를 보면 그 사회와 문화 그리고 거기에 속한 개인들이 어떤 문제를 안고 사는지 알 수 있다. 전통적으로 행해졌던 탈춤굿놀이인 안동하회별신굿탈놀이 전승에서 ‘별신’이라는 것도 수 만 명의 목숨을 앗아갔던 전염병인, 마마신, 손님, 천연두로 불리는(이부영, 1986) 바이러스에 의한 질병을 의미하며 더 나아가서는 질병과 마찬가지로 삶에 존재하는 여러 가지 탈을 의미한다.

현대의 사람들에게 천연두는 마치 원시 시대에도 존재했던 질병처럼 들린다. 그만큼 우리시대는 바이러스, 세균과 같은 자연을 정복했고 통제할 수 있다고 믿어왔다. 그러나 현재 자연을 지배하고 통제할 수 있다고 믿는 인간의 팽창된 자아는 코로나 팬데믹 같은 자연의 ‘복수’ 앞에 무력해져 있다. 말 그대로 탈이 난 것이다. 인류의 과학능력이 바이러스쯤은 정복할 것이라 자만했던 인류에게 보이지 않을 정도로 작은 바이러스는 과학을 종교 위에 두고 과학으로 종교를 증명하려 들었던 인류의 자부심에 도전하고 있는 것이다(Wilber, 2020).

분석심리학적 관점에서의 문제는 개인이 자신의 내적 삶과의 단절이다. 온전한 자신의 삶을 살아가라는 ‘내면 즉 각자의 ‘자연 (본성)’의 부르심’에 귀를 막는 것이다. 물질 자연과 우리 내면의 자연을 숨쉴 틈을 찾을 수 없게 막아버린 것에 대해 자연은 기도폐쇄를 만들어 ‘복수’하는 것인지도 모른다. 혹자는 코로나가 생화학연구실에서 일부러 퍼뜨린 것, 실수

로 유출된 것, 음모론, 또는 야생동물을 식용으로 사용한 것 등에서 기인한다고들 한다. 그러나 어떤 연유에서 시작되었든 그것은 인간이 자연을 함부로 사용하고 자연의 힘을 통제할 수 있다고 믿은 오만에서 기인한 자연의 복수라고 할 수 있다. 즉 개인의 그림자인 black swan을 넘어선 우리 시대의 원형적 그림자인 것이다. 눈에 보이지 않을 정도로 작은 것이 인간을 어찌지 못할 것이라 여기는 것처럼 인간은 보이지 않는 내면 자연의 세미한 음성을 경시한다. 같은 맥락에서 Freddie Taborda는 코로나 바이러스가 일으키는 가장 심각한 증상인 호흡곤란, 혈액의 산소수준 급감이 심리적 상징성을 갖고 있다고 언급했다 (Taborada, 2020). 우리의 삶의 방식이 이런 기도폐쇄적(asphyxiating)이라는 것이다. 집단무의식의 관점에서 볼 때, 우리는 숨막히게 하는 삶의 태도를 갖고 있다: 공부를 잘 해야 한다거나, 성공해야 한다거나, 더 많은 재산을 가져야 한다거나, 유능해야 한다거나, 열등해서는 안 된다거나, 오로지 일등 하는 자만이 가치 있는 사람이라거나, 좋은 사람으로 보여야 한다거나, 완벽한 부모여야 한다거나, 넓은 인간관계를 가져야 한다거나, 사랑 받는 존재여야 한다거나 등등. 어떤 사람들은 그러지 못한 자신의 삶 때문에 밤마다 더 잘 하자고 자신을 다그치거나 죄책감에 시달리거나 자신이나 자식에게 안 좋은 일이 일어날지도 모른다는 불안으로 괴로워 잠 못 들어 한다. 더 나아가서는 삶의 방향감을 잃고 두려워한다. 얼마나 숨막히는 '기도 폐쇄적' 삶인가? 어떤 사람들은 이런 불안과 고민으로부터 벗어나는 방어기제로서 코로나는 꾸며낸 음모일 뿐이라고 일축하기도 한다. Murray Stein은 이런 사람들에 대해, 자기를 보기 두려워하고 온갖 미디어를 통해 바깥 세상을 보고자 하는 팬데믹 시대의 사람들이라고 기술했다(Stein, 2020a).

또한 코로나는 원형적인 신의 그림자(Umbra Mundi)이며 원형적 신의 그림자는 전율, mysterious fear를 일으키며, 보이지 않는 코로나에의 대처는 보이지 않는 내면 세계를 보는 것으로 밖에는 극복할 수 있는 방법이 없다고 언급했다. In Jungian work we encourage our clients to work with their symbolic images in a similar way - to attend to them, to speak with them, to listen to them(Stein, 2020b). 이것이 자신의 내면과 연결되는 상징적 작업방법이다. 이러한 작업방법에는 Jung이 처음 사용한 적극적 상상(active imagination)을 비롯하여 다양한 방식의 명상, 기도, 모래놀이치료, 꿈분석 작업과 같은 것들이 있다.

우리 조상들은 지혜로워서 탈이 났을 때 또는 탈이 날 것 같을 때 어떻게 해야 하는지 알고 있었다. 탈이 났을 때는 신(내면)을 기쁘게 하고 위로해서 최소한의 피해로 탈이 지나가도록 마음을 다하여 춤을 추고 놀았으며 신께 제의를 올렸다. 그들은 전염병이 신에 의한 것이라고 생각했다. 그래서 그 이름이 별신굿탈춤놀이 이다. 그들은 탈을 쓰고 놀이와 신에 대한 제의(ritual)라는 의식을 실행하면서 원초적 불안과 공포를 일으키는 원형적인 신의 그림자를 달랠 뿐 아니라 탈놀이와 의식을 통해 동료인간과의 연대의식, 집단 자아적 대처를 통해 죽음의 공포와 불안에 대응했다. 그것이 Jung이 그의 환자들과 예술적 상징 작

업을 하고 Jung 자신의 환상작업을 Red Book(Jung, 2009)에 기술한 이유이다.

(원형적) 탈이 났을 때 개인의 심리적 콤플렉스(의식에 통합되지 못하고 ‘죽었던’ 부분)가 활성화 되어 증상을 악화시키는 경향이 있다(이부영, 2012). 팬데믹이나 지진과 같은 재난 등 원형적 사건이 미치는 영향 즉 원형이 개인에게 창조적 작용과 파괴적 작용 중 어떤 것을 할 것인지는 자아(ego)가 얼마나 무의식의 내용을 통합할 수 있는 능력을 가졌는가에 따라 그리고 무의식에 얼마만큼 강한 감정적 콤플렉스(개인적 콤플렉스)들이 억압되어 표출될 준비를 갖추고 있는가에 따라 결정된다(이부영, 2012, p. 369).

위에서도 언급한 바와 같이, 전통적인 탈춤굿놀이처럼 놀이, 꿈, 예술, 꿈, 굿, 기도와 같은 일종의 예술적 의례(artistic ritual)는 자아의 한계가 무너지지 않도록 하는 측면에서의 기능도 갖고 있다. 모래놀이치료는 이와 같은 기능을 해왔으며 앞으로도 그러한 기능을 강화해야 한다. 이에 대해서는 뒷부분에서 구체적으로 설명되어 있다.

이부영에 의하면, 천연두신과 죽은 자의 영혼은 다른 것이다. 천연두신은 집단무의식의 원형과 깊은 관계가 있으며 죽은 자의 영혼은 개인무의식 또는 개인적 콤플렉스와 관련된 다. 이부영(2012, p. 208)은 한국의 제주도에서 천연두신인 삼승할망이 천연두를 일으키며 천연두를 앓는 아동의 허튼 소리가 신의 소리이며 얼굴의 반흔은 신의 발자국이라고 사람들이 생각했던 점으로 볼 때 천연두는 일정 기간 신체 내를 통과하는 것을 의미한다고 하였다. 이는 코로나 바이러스가 일정 기간 신체를 통과하는 것과 같다. 이것은 죽은 자의 영혼(개인적 콤플렉스)이 산 자의 신체(의식)에 들어가 문제를 일으키는 것과는 다르다. 천연두신인 삼승할망은 원형인 대모(Great Mother)로서 일종의 의신이며 병도 주고 고치기도 하는 양면성을 갖고 있다. 죽은 자의 영혼은 제대로 자신의 운명대로 삶을 살지 못하고 죽은 자들의 혼이기 때문에 즉 인간 정신의 살아내지(lived out) 못한 부분, 제대로 의식으로 통합되어 인격으로 형성되지 못하고 억압된 부분들이기 때문에 이 부분을 위로하고 통합해야 하는 것이다. 그렇지 않으면 살아있는 인간들에게 해를 끼치기 때문이다. 다시 말하면, 죽은 자의 영혼이 그 합당한 곳으로 가지 못하고 살아있는 자들 틈에 남아 있다는 것은 의식화 해서 통합하지 못한 강한 감정이 있다는 뜻이다(이부영, 2012, p. 431). 산 자를 괴롭히는 죽은 자의 영혼에 대한 이야기가 전 세계에 많고 그 노여움을 풀기 위해 제사나 굿이 끊임 없이 계속된다는 것이 이를 증명한다. 죽은 자들에 대한 여러 가지 제의와 금기는 결국 못다한 삶을 완성(wholeness)시키는데 목적이 있다(이부영, 2012, p. 431). 해결되지 않은 개인적 콤플렉스가 강력하게 개인에게 작용하고 있으면 팬데믹과 같이 원형적 공포를 일으키는 상황은 강한 콤플렉스에 끌려 다니는 취약한 자아를 더욱 약하게 만든다. 그러므로 집단무의식적 콤플렉스로부터 개인적 콤플렉스를 분리하고 의식에 통합하는 것이 필요하다.

2. 팬데믹(탈, 마스크) 시대의 모래놀이치료: 물질과 정신의 연결

그렇다면 팬데믹과 같은 원형적 현상의 시기에 심리치료자인 모래놀이치료자의 역할은 무엇인가에 대한 논의가 필요하다. 무엇을 해야 하는 것인가 또는 무엇을 하지 말아야 하는 것인가와 관련 있다. 심리치료자 자신도 어쩌면 탈(마스크)로 진짜 페르조나인 얼굴을 가려야 한다. 즉 탈이 있다는 것을 얼굴에 쓰는 것으로 자신의 진정한 페르조나를 겸허하게 보이면서 놀이를 하는 것으로 신을 기쁘게 하여 탈이 지나가게 해야 하는 시대에 살고 있다.

모래놀이치료는 인간의 정신, '영혼'을 물질과 연결시켜 자신의 내면과 하나 되게 하는 심리치료 접근이다 (많은 모래놀이치료자들이 내면을 외부세계에 맞추려 시도하긴 하지만). 두려움, 불안 등에 대한 부인 없이 홀로 있음, 침묵, 내향화를 하는 것이 이를 위한 방법이다. 내담자들은 대부분 이것을 혼자 하지 못하기 때문에 스스로 할 수 있을 때까지 심리치료를 받는다. 그렇게 못하는 이유는 지금까지 살아온 방식으로 인해 그렇게 하는 것이 대부분의 사람들에게 힘든 경험이기 때문이다. 이제는 어쩔 수 없이 그렇게 해야 하는 시대 상황에 몰려 있다. 그것이 팬데믹이 갖는 심리적 의미일 것이다(Taborda, 2020). 사람들은 어쩔 수 없이 과거보다 집에 더 머물면서 산책, 책 읽기, 가족들과 시간 보내기, 요리 하기 등 코로나 이전에는 그 비중이 적었던 일들을 하고 있다고 말한다. 홀로 있음(solitude)은 마음 속에 떠오르는 이미지, 감정, 생각 등을 통해 각자의 자기(Self)와 연결될 수 있는 기회를 준다. 따라서 통찰(개성화)을 위해 마음 속에 떠오르는 것들과 친해질 필요가 있다. 침묵은 마음의 번거로운 안달과 스트레스로부터 진정될 수 있게 한다(Steinhardt, 장미경 2017 재인용). 이 모든 내향화(introversioning)의 방향은 개인 내면에 있는 진정한 자기 자신과 연결되는 에너지 흐름의 방향이다. 이것은 강조할 필요도 없이 내담자들에게 모래놀이치료 작업이 필요한 이유를 설명해준다. 치료실에서뿐 아니라 궁극적으로는 치료자 자신과 내담자가 혼자, 스스로 할 수 있어야 함을 의미 한다. 이미 언급한 바와 같이, 이러한 작업은 치료자 내면에서부터 시작되어야 한다. 타인의 상처를 치유하기 위해서는 치료자 자신부터 내면과 연결하는 노력 필요. 상처 입은 치유자가 아니라 상처입고 치유 받은 치유자로서의 치료자가 필요하다(Jung, 1935; Sedgwick, 2001).

신을 달래어 질병이 지나가도록 하기 위한 방법이 탈춤놀이였다는 점이 흥미롭다. 탈춤놀이에서 놀이는 놀음과 같은 뜻으로 그 의미는 여러 사람이 모여서 즐겁게 노는 일 또는 그런 활동을 의미하며 굿, 풍물, 인형극 따위의 우리나라 전통적인 연회를 통틀어 이르는 말이기도 하다(국립국어원 표준국어대사전). 이 뜻을 보면 놀이가 예술적이라는 것을 알 수 있다. 따라서 우리의 탈춤놀이라는 것은 인간의 예술적 활동에 포함된다. 모래놀이치료를 표현예술치료에 포함시키기도 하고 그렇지 않기도 한다. 그러나 표현예술치료라는 표현이

특정 예술치료를 지칭하는 말로 사용 되어 왔기 때문에 오해를 피하기 위해 넓은 의미의 예술이라는 측면에서 ‘창조적’ 예술치료에 포함시키는 것이 더 적합할 것이다. 창조적 예술 치료는 의미창조(creating meaning), 임파워먼트, 정체성, 감정표현, 다중감각적 의사소통, 관계 형성, 상호주관성(intersubjectivity) 등에 초점을 맞추는 치료접근이다(Leavy, 2015). 넓은 의미의 예술을 통해 자기를 실현(individuation, wholeness)하려는 원형적 충동이 누구에게나 존재하기 때문에 전문 예술가의 전유물로서의 예술이 아닌 넓은 의미의 예술로 이해되어야 한다. 또한 포토샵이나 디지털 이미징기법이 예술표현 장르에 포함된다면 모래놀이치료가 예술적 심리치료 접근에 포함되지 않을 이유가 없다. Jung은 예술에 대해 각자 내면에는 예술가 원형이 있어서 단순히 미술, 음악 등의 예술뿐 아니라 넓은 의미의 진정한 예술은 영혼에서 나오는 것으로서 한 쪽 방향으로 삶에 쫓기거나 삶의 에너지가 없어지거나 시대적 위기나 상황적 위기에 처했을 때 또 다른 방식의 삶의 이미지상징들을 보여주기 때문에 내면에 대한 예술작업이 필요하다고 했고 위에서 언급한 바와 같이 자신도 그렇게 했다(Jung, 2009).

예술가들에게 작품을 창작하는 것의 의미에 대해 Jung은 예술작업이 환타지(환상 즉 이미지 상징)를 통해서 주어지는 근원체험이라고 했다. 환상은 아름다운 환상만 있는 것이 아니라 의식을 뚫고 나온 환상 중에는 사람들을 낯설고 어두운 혼돈 속으로 데려가면서 그 개인을 충격에 빠뜨리는 환타지도 있다. 그러나 두렵고 혼돈스러운 것이라도 그것을 진지하게 받아들인다면 그것은 창조에 임하는 사람들을 또 다른 세계로 안내한다. Jung은 원형 이미지 경험을 근원체험(primordial experience)으로 설명했으며 근원체험은 시간과 공간 그리고 문화를 넘어서는, 인간 이전의 시간들의 깊은 곳에서 또는 인간을 넘어서는 자연으로부터 나오는 것 같고, 인간이 본성이 취약하고 그것의 작용에 대해 전혀 알지 못한다면 그 힘에 압도당할 위험이 있는 (Jung, 1966/2004, p.161) 체험이지만 이 체험을 용기 있게 다룬다면 무의식에서 올라오는 에너지는 우리의 인격을 확장, 성숙시키고 진정한 삶과 생명을 유지시켜 준다고 했다(Jung, 1933/1955). 예술을 치유의 방법으로 사용한 이유도 여기에 있다. 진정한 예술은 우리의 의지와 자아에서 의지적으로 나오는 것이 아니라 무의식에서 생겨나기 때문이다. 자아 의식성이 너무 강하면 자아의 의지를 따르고자 할 뿐 무의식으로부터 오는 메시지를 의식하지 못하거나 의미 없는 상상쪽으로 무시해버린다. 무의식에서 오는 상징이미지에 경청에 해야 하는 이유는 Jung이 언급한대로 의식과 관계없이 자신의 의지를 가지고 자율적으로 존재하는 인간 심혼의 또 다른 층의 존재가 있기 때문이다. 이것을 Jung은 심혼 또는 영혼의 작용이라고 명명했다(Jung, 1933/2017). Jung에 의하면 예술작품의 근원은 영혼인데, 영혼은 인간의 예술 및 학문을 포함한 모든 활동의 모체이고, 근원이다(Jung, C. G. 용저작번역위원회 역, 1966/2004, p. 156). Jung은 영혼은 신체와 함께 인간의 생명을 구성하는 하나의 실체(substance)로서, 사람들이 세상을 살면서 경험하는 물리적 과정을 일련의 이미지들로 나타내는 정신의 층이라고 했다. 팬데믹이나 자연재난 같은 원형적

사건은 집단무의식 층의 것을 투사하는 상징적 사건이 되며 집단무의식의 투사는 절대적 감동을 느끼게 할 때도 있지만 기존에 잠들어 있던 개인 콤플렉스를 활성화시켜 공포와 불안, 두려움에 빠지게 한다.

이것은 모래놀이치료 작업의 원리와 동일하다. 자아의지를 잠시 잠잠케 하고 손과 이미지를 통해 말하는 무의식의 메시지를 듣기 위해 우리는 침묵이라는 방법을 심리치료를 위해 사용한다. 침묵이란 자아의지나 집착을 내려놓으라는 의미이다. 이런 ‘예술작업’을 통해 무의식의 메시지를 듣는 것은 우리 내면의 근본 존재와 교감하게 만들고 이 교감은 우리의 삶을 근본적으로 변화시킨다. 이러한 이론적 맥락은 모래놀이치료를 포함하는 예술적 접근이 왜 탈(마스크)의 시대에 물질과 인간의 정신을 연결, 치유하는 기능을 한다는 것을 뒷받침한다. Archive for Research in Archetypal Symbolism(ARAS)는 Art and Psyche와 함께 Art in a Time of Global Crisis: Interconnection and Companionship 라는 제목의 글에서 팬데믹 위기 시대에 상호연결과 인류의 동료애를 위해 예술작업의 필요성을 설명했다. 그러면서 지리적 거리, 문화, 삶의 양식의 차이에도 불구하고 글로벌 위기의 시대에 동료애, 회복탄력, 위험, 두려움에도 불구하고 희망을 갖기 위해 예술적 이미지작업을 해야 함을 강조한다. 이 단체들도 격리, 거리두기의 시대에 물질적 연결이 필요하다는 것을 역설하고 있다.

사람들은 상상이나 환타지가 실체가 없는 것이고 쓸데 없는 것이라 여기는 경향이 있다. 그러나 Jung은 실체가 없는 것이 아니라 본래 절반은 신체적인 것이고 나머지 절반은 정신적인 “미묘한 몸체(subtle body)”로 라고 언급했다(something corporeal, a “subtle body”, semi-spiritual in nature (Jung, 1955/2004, p. 277)). 그 이유는 무의식이 의식에 소통하는 방식은 우리가 일상에서 사용하는 언어와 논리가 아니기 때문이다. 무의식은 상상(환상, 환타지)를 사용해서 소통한다. 상징이미지 방식으로 활성화된 무의식의 메시지는 반드시 바깥 세계(그것이 사람이든 물건이든 상황이든)에 투사된다. 그러므로 상상은 생명이 있는 육체적인 힘과 동시 영혼적(원형적)인 힘에서 나온 진한 추출물이다. 참된 상상(vera imagination)은 무의식의 것을 의식에 알리는 힘을 갖고 있다(This illusion might be well be the vera imaginatio possessed of “informing” power(Jung, 1953/1993, p. 252)). Jung은 상상의 힘에 의지하여 환자를 치료하는 방법을 만들었는데 적극적 상상(active imagination)이 그것이다. 그는 환자들에게 꿈의 이미지나 연상을 자유로운 상상활동으로 확장하거나 개발하는 과제를 주었다. 이것은 개인의 소질이나 재능에 따라 다양한 방법으로 이루어졌다. 이 작업을 반복하면서 Jung은 그의 환자들의 상상 활동에서 특정한 주제와 형태적 요소들을 발견하였고 이것은 많은 사람들에게서 반복적으로 나타난다는 것을 알게 되었다. 카오스, 이원성, 밝음과 어둠, 위아래, 좌우 대극, 대극(oppositions)을 초월하는 제 3의 것, 사각과 십자모양 같은 사위성(quarterternity), 구체나 원, 에너지가 중심으로 집중되는 중심화(centering/centroversioning), 방사선 모양의 배열(constellation) 등을 발견한 것이다. 궁극에는 자기(Self)를 상징하는 만다라를 연상

시킨다. 이와 유사한 구체적인 형태의 예는 헤아릴 수 없을 정도로 많이 존재하며 모래놀이치료 장면에서 흔하게 발견된다. 이 작업과 그의 다른 방법의 작업을 통해 Jung은 보편적인 인간의 행동을 가져오는 그리고 그것을 상상의 형태를 통해 드러내는 어떤 기본 구조-원형-가 있음을 제시했다(Jung, 1956/1990b).

팬데믹 뿐 아니라 지진과 같은 자연재난도 분석심리학(analytical psychology)적 관점에서 볼 때 종교 또는 신의 이미지를 떠올리게 만들고 원초적 불안, 공포를 갖게 하는 원형적 현상이다. 위기 시에 신의 이미지가 떠오르거나 관심을 갖게 되는 것은 정신의 균형을 유지하려는 특히 집단무의식(collective unconscious)의 자기원형(Self archetype)의 기능의 배열이다(Jung, 1981). 자연재난 그리고 그로 인해 배열되는 자기원형 에너지는 신으로 경험되며 역설적으로 이 원형 에너지에 자아기능이 범람 당하는 것을 막기 위해서라도 인간은 신의 이미지를 필요로 한다. 원형은 인간영혼의 원초적이고 구조적인 요소이다(Jung, 1970). Jung에 따르면, “원형은... 그 자신을 의식화될 수 있는 그 밖의 모든 것 즉 관념(ideas)과 이미지로 드러낸다(Archetype...present themselves as ideas and images, like everything else that becomes a content of consciousness(Jung, 1981, p. 227).” 예를 들면, 초월적 인격으로서 사자, 용, 노현자, 어린이(영웅어린이 포함), 어머니(원초적 어머니(Primordial Mother)와 대지 어머니(Earth Mother)와 처녀 등으로 상징화될 수 있다(Jung, 1956/1990b). 특히 원형 중 중심원형에 해당하는 자기(Self) 원형은 신화, 동화, 꿈 그리고 환타지적 이미지를 피겨에 투사하는 모래놀이에서 자연, 사각이나 원모양 같은 특정한 형태, 보석 같은 귀중한 물건, 치유명약, 왕, 영웅, 예언자, 구세주, 신 등으로 상징화되는 경향이 있다(Jung, 1971, p. 460). 이 자기에 대한 경험은 종교적 계시의 신성성을 갖고 있다. 따라서 Jung은 경험적이고 심리적인 실재로서의 자기와 신에 대한 전통적 개념 사이에 본질적 차이가 없다고 언급하였다(Jung, 1971). 자기 원형(Self archetype)은 각자가 고유한, 진정한 개인이 되도록 하는 즉 인격의 전체성을 이루게 작용하는 원형이며 조절 중심이고 자아를 초월하는 초월적 힘이다(Jung, 1970). 자기 에너지가 자아와 연결되면 내적, 심리적, 대극적 갈등이 통합된다. 그런데 모든 원형 패턴은 양극성을 갖고 있다. 즉 한 극은 긍정적이고 생명증진적이며 다른 측면은 부정적이고 삶을 파괴한다(Jung, 1956/1990b). 다른 말로 하면, 창조하고 발달시키고 돌보는 측면과 파괴하는 측면 두 가지를 모두를 갖고 있다. 그것은 자기원형의 상징이미지 중 하나인 시바신이 파괴와 창조라는 두 가지의 측면을 갖고 있는 것과 유사하다.

Jung은 무의식의 예기치 못한 위험한 범람으로부터 자신을 방어하려는 오직 하나의 목적으로 실시되는 의례가 수없이 많다고 하였다(Jung, 1964). 신적인 것, 신의 분노로 간주되는 자연재난으로부터 인간을 지키기 위해 신을 달래기 위해 만들어진 종교적 의례들을 말하는 것이다(이부영, 2012). 또한 인간은 종교적 의례를 행할 수 있는 종교적 건축물을 만들어 왔다. 앞서 언급한 바와 같이, 한국 문화에서도 자연재난이나 전염병이 발생했거나 발생할

것 같은 징조가 보일 때 신을 달래는 ritual을 행했다(장미경, 2015). 바다와 관련된 자연재난이 빈번했던 일본인들은 해변에 신사를 지었고(Kawai, 2015), 네팔은 바다가 없는 내륙국이기에 때문에 해안이 아닌 자연뿐 아니라 마을과 개인의 집안에 작은 사원을 만들었고 종교와 관련된 수많은 태양절기가 존재한다(<https://ko.wikipedia.org/wiki/네팔>). 따라서 이들의 삶은 신과 분리될 수 없는 것이다. 바다는 없지만 세상 최고의 높은 봉우리들이 모여있는 히말라야 산맥이 있고 히말라야 산맥 자체의 거대함 또는 히말라야 산맥과 연관된 거대한 자연의 힘을 경험하였다. 이것은 자연 자체 또는 자연에는 신이 존재한다는 인식을 갖게 한 것으로 보인다(장미경, 2015). 지진과 그로 인한 인명과 삶의 터전의 상실을 경험하거나 목격한 사람들은 여러 가지 상징적 방법으로 신의 이미지를 활용함으로써 아마도 개인적으로도 그러한 마술적 의례를 행한다고 가정할 수 있다. 신과 신전은 분석심리학적 심리치료에서는 자기(Self)에 비유될 수 있으며 인간이 자연의 위대함과 순리에 따라야 인간문명을 지켜낼 수 있듯이 내면의 자기(Self)의 메시지를 따르는 것이 자아의 붕괴를 막는 길이다. 그렇지 않으면 자연, 신 또는 내면으로부터 ‘보복’을 당한다.

소위 가장 ‘문명화된 선진국가들’에서는 위에서 언급한 종교와 의례, 이니시에이션 의례의 기능이 대부분이 소멸되었거나 그 가치가 평가절하되고 있기 때문에 개인 각자가 그런 의례를 수행해야 하는 시대이다. 모래놀이치료가 방향감을 잃고 두려워하는 개인들에게 그런 기능을 해야 할 것이다. 즉 전염병의 시대에 우리 조상들이 탈춤굿놀이를 한 것처럼 모래상자 위에서 놀이를 해야 한다.

3. 모래장면에서의 팬데믹 상징: 팬데믹의 원형적 두려움과 개인적 콤플렉스는 모래상자에 어떻게 상징화 되는가?

강력한 지진으로 수천 명이 사망한 지진발생 직후의 모래놀이치료에서 네팔의 내담자들은 지진이라는 자연재난과 삶의 파괴, 미래에 대한 두려움 등을 지진 그 자체, 화산폭발, 외계인의 침입, 거대 뱀이나 공룡과 같은 원초적 동물의 공격, 전염병이나 침입, 공격 등으로 망가지거나 전멸한 세계, 전쟁이 일어나 모든 사람이 죽거나 병이 돌아 모든 사람들이 죽거나 동물이나 괴물이 침범해 모든 사람들이 죽는 장면 등으로 묘사했다(이세화 & 장미경, 2020). 모래놀이치료자는 이러한 장면을 어떻게 이해해야 할 것인가? 이런 장면들은 내면의 재난을 표현하는 무의식의 방법이기도 하다. 모래놀이치료 작업의 원리를 충실히 따르는 것이다. 코로나 피겨를 직접 사용하거나 코로나라고 언급한 경우만을 코로나와 연결시키는 것이 아니라 네팔 지진연구가 보여주는 바와 같이 더 넓게 상징화된 것들에 주목할 필요가 있다. 흥미롭게도, Kawai의 모래놀이치료 연구에서도 동일본 대지진을 있는 그대로 묘사하거나 언급한 경우가 더 재난으로 인한 심리적 외상을 극복하는데 어려움이 있었다고

보고했다(Kawai, 2019).

내담자의 심혼(psyche)이 선택한 피겨나 모래장면이 내담자의 개인적 콤플렉스와 어떻게 관련 있는지, 개인적 콤플렉스가 코로나로 인해 발생한 것처럼 보이는 불안과 어떻게 연결 되는지를 보게 하는 작업이 필요하다. 더 나아가 외부사건에 자아가 동요하지 않기 위해 내면에 더 큰 존재, 본질적 존재가 있음을 깨닫고 그것의 메시지에 따르게 하는 법을 나누어야 한다. 그것이 물질과 내면세계를 연결하는 방법이다. 더 나아가 정신 외적인 것들에 마음의 평화를 빼앗기고 불안해하며 바깥에 있는 것들(성공, 성취, 획득, 기타 등등)이 우리에게 평화를 가져다 줄 것이라 믿고 그것들을 얻기 위해 고군분투 하다가 팬데믹이라는 절대적 불안에 콤플렉스의 힘이 부정적으로 더 강력해져 결국 치료자에게까지 온 내담자들이 바깥 세계의 것이 그 개인에게 무엇을 의미하지를 알게 해야 한다는 의미이다. 자아의 힘 만으로는 내면의 본질적 존재를 바꿔놓지 못한다. 우리는 우리의 자연, 본성`에 순응할 뿐. 우리는 지진도 막지 못하며 눈에 보이지 않을 만큼 작은 바이러스가 변이하면서 수백만의 생명을 앗아가는 것을 막지 못한다. 우리 조상들처럼 우리는 놀이라는 의례로 그것을 달래면서 그것이 가능한 조용히 지나가기를 바랄 뿐이다.

4. 모래놀이치료에 나타난 재난 상징들

1) 코로나 상징

다음의 모래사진은 인간의 힘으로 감당하기 어려운 팬데믹이라는 원형적 사건의 영향을 자아에게 도적인 것으로 만드는 외상을 경험한 아동의 과 연결되었을 때 팬데믹의 영향이 더욱 강력해지는을 보여주는 사례이다.

내담자는 7세의 여자아동으로서, 코로나 발생 초기 시기에 하원 하는 유치원 버스에서 내려 집안으로 들어가기 전 매우 짧은 시간에 젊은 남자에 의해 성추행을 당했다. 이후 부모로부터 왜 못하게 하지 않았느냐, 왜 소리를 지르지 않았느냐, 왜 부모에게 바로 얘기하지 않았느냐 등의 비난을 받았다. 이 아동에게 바깥 세계는 코로나와 더불어 성추행범이라는 이해할 수 없는 사람들이 존재하는 매우 두려운 세계가 되었다. 그 이후 좀비가 따라다니는 것 같은 두려움을 느꼈고 이는 모래상자 장면에도 잘 표현되어 있다. 이 아동의 모래 사진에서 가장 인상적인 것은 상어가 못들어오도록 하기 위해 쌓은 철옹성 같은 벽이다. 벽이 강력해 보인다는 것은 그만큼 불안의 강도가 크다는 것을 의미할 수 있다. 물론 강한 벽을 쌓을 수 있는 잠재적 힘을 의미하기도 한다. 벽 넘어 바다에서는 언제 넘어올지 모르는 무서운 상어가 있기 때문에 벽을 튼튼히 쌓는 것에 전념하였다. 모래로 벽을 쌓는 것만으로는 안심이 되지 않았는지 울타리로 버팀목까지 만들었다. 아동은 상어가 쫓아오지 못하게 여러 곳으로 피해 다녔고 그래도 쫓아와 이렇게 벽을 만들었다고 했다. 이 사례에서



7세 여자아동

상어는 코로나 팬데믹이라는 사건이 개인에게 미치는 원형적 힘을 상징한다. 바다 오른 쪽 세계에는 일상의 삶이 있다. 일상을 상징하는 것 중 하나인 집도 튼튼한 울타리가 쳐져 있다. 이후 세션이 진행되면서 상어는 코로나로 바뀌었다. 사람들이 코로나를 피해 도망 다닌다는 이야기로 변화 되었다. 이 사례 역시 코로나 팬데믹과 일상의 다른 트라우마 또는 부



4학년 여자아동

정적 콤플렉스의 중복은 팬데믹의 영향을 더욱 부정적인 것으로 만든다.

이 사진은 초등학교 4학년 여자아동의 모래사진이다. 이 아동은 사춘들로부터 비교적 오랜 기간 동안 반복적으로 성학대를 당했으며 코로나 발생 이후에 부모가 알게 되어 신고된 사례이다. 그럼에도 불구하고 가해자가 친척이라는 이유로 왜 그러한 일이 일어났는지에 대한 설명이나 사과를 듣지 못했다. 이 아동의 어머니에게는 청결강박이 있었다. 평소에 청결에 대해 어머니로부터 심한 스트레스를 받았고 이것은 이 아동으로 하여금 인간관계는 옥죄고 억압하는 것이라는 부정적 콤플렉스를 갖게 했다. 이 모래사진은 집안 그리고 등교하여 교실에 들어가기까지 거쳐야 하는 위생체크 과정을 모든 순서에 따라 매우 세세하고 정리된 모습으로 보여주고 있다. 코로나의 발생은 어머니의 청결강박을 강화 및 정당화시켰고 불안을 가중시켰으며 아동을 더욱 통제하게 만들었다. 사춘기가 시작된 아동은 자신의 자율과 독립적인 일상을 주장할 수 있는 근거가 약해졌다. 흥미로운 것은 이 아동이 젖은 모래를 선택했다는 것이다. 젖은 모래는 손에 묻고 잘 떨어내 지지 않는다. 사진에서 볼 수 있는 바와 같이, 아동은 모래를 만졌고 모래가 묻은 피겨를 옮겼다. 심지어 젖은 모래에 일부 묻혀있는 자동차 피겨도 있다. 그러한 의미에서 이 아동은 어머니의 청결강박과 코로나로 인해 더욱 강력해진 불안과 두려움을 극복해 가고 있는 과정을 보여주고 있다.

2) 지진 재난 상징

다음은 코로나 상징은 아니지만 자연 재난 중 하나인 지진에 대한 상징들을 보여주는 모래사진들이다.

30대 여성과 40대 여성의 모래상자에는 지진발생과 신의 관계가 잘 묘사되어 있다. 30대 여성의 경우 땅을 뒤 흔들고 수천 명이 죽은 지진의 상징인 모래의 거대한 자국 위에 창조, 출생과 파괴의 힌두신인 시바가 앉아있다. 지진이 일어난 이유도 그리고 그것으로부터 회복하는 것도 모두 시바신의 뜻이라고 했다. 이것은 힌두교 사상을 기반으로 한 표현이다.



30대 여성



40대 여성



30대 여성



17세 남

40대 여성의 모래상자에는 호랑이의 형태도 지진이 표현되어 있다. 힌두교에서 호랑이는 시바신의 상징이기도 하다. 왼쪽의 호랑이는 언제 다시 나타나서 땅을 뒤흔들지 알 수 없



17세 남

는 상태라고 했다. 젖은 모래는 지진에 의해 뒤틀린 것처럼 고르지 않은 상태이지만 그 위에 손으로 붕괴된 집 대신 앞으로 살아갈 집 즉 그녀의 삶에 대한 청사진을 그렸다.

서로 다른 사람이지만 나이가 같은 이 두 소년 중 한 명은 지진이라는 표현은 사용하지 않았지만 거대한 뱀이 나타나서 군인들이 저지하려고 하고 있다고 했다. 오른쪽 구석에 있는 건물은 두 동강 나 있는 건물로서 지진의 흔적을 상징한다. 지진이 발생하기 직전에 수많은 뱀이 땅속에 나오는 것을 목격했다고 생존자들이 증언한 것과 관련 있는 것으로 보인다. 여기에도 신이 있다. 첫 번째 사진의 소년 역시 지진이라는 표현은 사용하지 않았고 거대한 화산폭발이 일어나서 동물들이 도망가고 있다고 했다. 당시 강진은 멈추었으나 소규모의 여진이 계속 되고 있었기 때문에 대규모의 지진이 다시 발생할지도 모른다는 두려움이 언제 폭발할지 모르는 화산으로 표현된 것으로 보인다. 그와 더불어 본래의 생업과 이웃이 있었던 곳을 떠나와 생계마저 위협받고 있는 상황 몇 달 이내로 집단 텐트촌에서 빠져 나가야 하는 상황이 언제 터질지 모르는 불안을 가중시킨 것으로 보인다.



14세 남자 청소년

이 남자 청소년의 모래상자는 일견 혼란스럽게 보인다. 그러나 자세히 들여다 보면 지진의 피해로 무너진 집들이 있고 그것을 회복하기 위한 공사가 이루어지고 있으며 자동차들을 일렬로 정리한 것은 지진으로 붕괴된 사회의 질서회복을 상징하는 것으로 보인다. 역시 이 사진에도 힌두교의 여러 신들이 등장한다. 네팔은 힌두교와 불교신자가 주를 이루는 사회이며 전통적인 종교실천이 다른 문화권에 비해 강하게 남아 있는 곳이다. 지진을 일으킨 장본인이자 지진으로부터의 회복을 가능케 하는 것도 신이기 때문에 이들의 모래상자에는 신상이 자주 나타났다. 더 중요한 것은 모래놀이치료를 통해 회복의 놀이를 하고 있다는 것이다. 개인내적 측면에서 지진으로 인한 불안, 집이 다 무너져 임시 텐트촌에 살아야 하는 불안정성과 불편함에도 불구하고 그것을 극복하고 회복하려는 시도가 놀이로 나타나고 있는 것이다.



30대 여성 가정폭력 피해자

이 30대 여성은 집이 완전히 완파 되었고 국가가 마련해준 집단 텐트촌도 아닌 작은 텐트에서 물과 화장실도 없이 살아가고 있는 여성이다. 그녀의 남편은 오래 전부터 가족을 부양하지 않고 폭력을 휘둘렀다. 그녀의 꿈은 자신만의 집을 짓고 자녀들과 사는 것이었다. 네팔의 도시와 동네 그리고 개인의 집에는 작은 신전이 무수히 많다. 그들은 특정 절기뿐 아니라 자신의 불운과 소원을 신전에 가서 신께 비는 일상의 문화가 있다. 모래가운데 미완성인 채로 있는 저 집은 그러한 작은 신전이자 폭력에 시달리지 않고 살 수 있는 그녀만의 신성한 집이다. 즉 물리적 공간이면서 동시에 마음의 평화다. 그녀는 모래상자에서 스스로 신성한 종교의례를 했다고 할 수 있다.

재난, 외상, 빈곤, 가족/지인의 죽음, 폭력에도 불구하고 인간은 얼마나 강인한 존재를 다시 돌아보게 하는 모래장면들이다. 이러한 작업을 언어상담으로만 한다면 이러한 결과를 얻을 것이라 상상하기가 쉽지 않다. 모래놀이치료자에게는 상징과 이미지라는 위대한 수단이 있다.

심혼(psyche)이 만들어내는 상징이미지는 상상에 불과한 것이 아니다. 상상에 불과하다면 치료 접근으로 사용될 수 없다. 이것을 증명하는 한 가지 실험 예를 들 수 있다. 미국 Emory 대학의 Gregory Berns는 2013년에 열두 명의 대학생을 대상으로 저녁마다 소설을 읽게 하고 다음 날 fMRI(기능성 뇌자기영상장치)로 뇌를 촬영했고 또한 소설 읽기가 끝난 5일 후에도 fMRI로 뇌를 촬영했다. 그 결과 실험이 끝난 후에 조차도 소설읽기의 효과가 지속되는 것 발견했다. 실험결과 언어의 감수성을 관장하는 뇌 부위인 왼쪽 측두엽(left temporal cortex)의 신경회로가 활성화 되었고 더 중요한 결과는 뇌의 1차 감각운동영역인 중심구(central sulcus) 역시 활성화 되었다는 것이다. Berns에 의하면, 뇌의 중심구(central sulcus) 영역은 달리는 동작을 생각만 하고 있어도 달리는 신체동작과 관련된 신경세포들이 활성화되는 영역이다. 소설을 읽을 때 이 뇌 부위가 활성화 된다는 것은 마치 소설의 주인공인 된 것처럼 느낀다는 것을 의미한다고 한다(연합뉴스 2013년 12월 27일). 훌륭한 주인공이 나오는 소설을 읽으면 자신이 마치 그 주인공이 된 것 같은 느낌을 갖는데 이것이 실제 생물학적으로도 일어나고 있다는 것이다. 강조할 필요도 없이 소설은 상상인데 모래놀이치료 모두 손으로 하는 상상 작업이어서 그 효과는 비슷할 것으로 가정할 수 있다. 상상을 작업하는 것이 실제로 우리의 삶을 변화시킨다는 것을 신경생물학적으로 입증해준 것이라고 할 수 있다.

II. 결 론

과거의 전통사회에서 했던 것처럼 마스크로 탈 난 얼굴을 가릴 것이 아니라 자신의 진짜 문제인 ‘탈’을 쓰고 ‘신’께(즉 자신의 내면에 직면하며) 그것을 보여주며 신을 기쁘게 하여 탈이 지나가게 해야 하는 시대에 우리는 살고 있다. 우리 각자와 인류의 시대적 탈이 무엇인지 진정으로 보아야 하는 시대에 치유자로서 모래놀이치료자는 모래놀이에서 ‘우리의’ 내담자와 우리 자신을 위해 탈춤놀이를 또는 탈춤극놀이를 할 것을 요청 받고 있다. 그것을 할 때, 팬데믹으로 인한 원형적 그림자가 우리의 그림자 속에 있는 부정적 콤플렉스와 연합하여 인격이 무너지거나 자아가 기능을 할 수 없는 상태가 되는 것을 막을 수 있을 것이다. 탈춤극놀이를 했던 사람들이 진정한 탈로 자신의 문제가 무엇이었는지를 진심으로 보여줌으로써 신께 겸허함을 보이는 것처럼 치료자인 우리도 우리 자신의 진정한 탈을 쓰고 자연과 우리 본성의 자연 앞에 겸손해질 필요가 있다. 대단한 연습을 통해서 공연을 하는 춤이 아니라 탈춤의 춤은 마음과 몸이 자발적으로 추는 춤이다. 즉 놀이인 것이다. 상상을 기본으로 하는 놀이, 춤은 상상에 그치는 ‘쓸데없는’ 짓이 아니라 상상은 우리의 심혼을 표현하며 Berns박사의 실험결과가 보여주듯 상상은 우리의 마음과 감정을 바꾸는 형태로 우리의

현실 삶에 영향을 미친다. 그럼에도 불구하고 우리는 주변사람들의 코로나로 인한 시대적 죽음을 경험한다. 그렇다면 우리는 삶에서 죽음이 무엇을 의미하며 죽음 후의 삶은 어떤 것인지 놀이함으로써 또는 놀이해냄으로써 언제 닥칠지 모르는 주변사람들의 죽음 더 나아가 자신의 죽음 그리고 죽음 후의 삶에 대한 준비를 해야 한다. 팬데믹 시대에 불안과 공포를 견디지 못해 심리치료를 찾아오는 내담자들은 세상 멸망할 것 같은 두려움을 느끼며 죽음은 모든 것의 끝이라고 생각한다. 그러나 Jung은 “인간은 그의 사후의 생에 관한 의견을 만드는 데 혹은 거기에 관한 서술을 하는데 최선을 다 했다는 것을 비록 자신의 무능력을 고백하면서도 증명할 수 있어야 한다(Jung, 1963/2003, p. 344)”고 자서전에서 언급했다. 당연히 이것은 물리적 죽음뿐 아니라 심리적 죽음에도 해당할 것이다. 심리적으로 죽음의 공포를 느끼더라도 우리는 그것이 끝이 아니라는 것과 그것이 의미하는 것에 대해 생각하는데 최선을 다해야 할 것이다.

참고문헌

- 김성민 (2017). 분석심리학과 문학: 예술에 대한 프로이드와 융의 태도의 차이. *신학과 실천*, 53, 217-254. doi: <http://dx.doi.org/a0.14387/jkspth.2017.53.217>
- 대한민국 자살률 OECD 1위 '오명'...인구 10만명 당 266명. *데일리경제*(2020년1월20). Retrieved from biz.newdaily.co.kr/site/data/html/2020/06/01/2020060100129.html
- 이부영 (1986). 한국설화에 나타난 치료자 원형상: 손님 곳 무가를 중심으로. *심성연구*, 1, 5-27.
- 이부영 (2012). 한국의 샤머니즘과 분석심리학: 고통과 치유의 상징을 찾아서. 서울: 한길사.
- 이세화, 장미경 (2020). The effect of group sandplay therapy on psychological health and resilience of adolescent survivors of Nepal earthquake. *상징과 모래놀이치료*, 11(2), 45-78.
- 임재해 (1999). *하회탈 하회탈춤*. 서울: 지식산업사.
- 장미경 (2015). 모래놀이치료에서 탈의 원형적, 심리학적 상징성. *상징과 모래놀이치료*, 5(2), 1-10.
- 장미경 (2017). *분석심리학적 모래놀이치료*. 서울: 학지사.
- How a book really can change your life: Brain function improves for DAYS after reading a novel (Mail Online 27 Dec. 2013). Retrieved from <https://www.dailymail.co.uk/sciencetech/article-2529855/How-book-really-change-life-Brain-function-improves-DAYS-reading-novel.html>
- Kawai, T. (2019). Big stories and small stories in the psychological relief work after the earthquake

- disaster: life and death. In L. Huskinson & M. Stein (ed.), *Analytical psychology in a changing world: The search for self, identity and community*. London/New York: Routledge.
- Jacobi, J. (2013). *The psychology of C. G. Jung*. New York: Routledge.
- Jung, C. G. (1935). *Tavistock lectures*. CW18, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1933/2017). *Modern Man In Search of a Soul*. Boston, MA: Mariner Books.
- Jung, C. G. (1970). *Civilization in transition* (2nded.). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1970). Definitions. In C. G. Jung, *Psychological types*. CW 6, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1981). On the nature of psyche. In C. G. Jung, *The structure and dynamics of the psyche* (2nded.). CW8, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1990a). *Symbols of transformation* (2nded.). CW5, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1990b). *Archetype and the collective unconscious* (2nded.). CW9, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1993). Psychologie und Alchemie, *Psychology and alchemy*, Bollingen Series XII. (Tr. Rascher Verlag). Princeton, NJ: Princeton University Press. (1968).
- Jung, C. G. (2003). 회상, 꿈 그리고 사상. *Dreams, memories and reflections* (A. Jaffe 엮음, 이부영 역). 1963.
- Jung, C. G. (2004). 인간과 문화. *Mensch und Kulture* (C. G. 융저작번역위원회 역). 서울: 솔출판사. (1955).
- Jung, C. G. (2009). *The Red Book: Liber Novus*. Tr. M. Kyburz, J. Peck, S. Shamdasani. (ed.). New York: W. W. Norton.
- Kalff, D. (1980). *Sandplay: A psychotherapeutic approach to the psyche*. Cloverdale, CA: Temenos Press.
- Leavy, P. (2020). *Method meets art: Arts-based research practice* (3rded.). New York: Guilford Press.
- Sedgwick, D. (2001). *Introduction to Jungian psychotherapy: The therapeutic relationship*. New York: Brunner-Routledge.
- Stein, M. (2020a). *Interview with Murray Stein for Pacifica Graduate Institute*.
<https://www.pacificapost.com/interview-with-murray-stein> 접속 2020년 7월 8일
- Stein, M. (2020b). A World Shadow: COVID 19. Retrieved from
<https://chironpublications.com/a-world-shadow-covid-19/>
- Taborada, F. (2020). *Breath and the Asphyxiating Life in Time of the Coronavirus*. C. G. Jung Institute of Chicago.
<https://jungchicago.org/blog/freddie-taborda-breath-and-the-asphyxiating-life-in-time-of-the-coronavirus/>

Journal of Symbols & Sandplay Therapy, Vol.12 No.2.

Wilber, K. (2000). *Integral psychology: Consciousness, spirit, psychology, therapy*. Boston, MA: Shambhala
Publication Inc.

투고일 : 2021. 09. 30
수정일 : 2021. 11. 27
게재확정일 : 2021. 12. 06