



# 분석심리학 이야기

Stories on Analytical Psychology

이부영 지음

“사람들은 자기가 어떤 콤플렉스를 가지고 있는지 안다.

그러나 콤플렉스가 그를 가지고 있음을 모른다.”

집문당



## 꿈의 분석

C. G. 융의 분석심리학에서 꿈을 이해하는 일은 매우 중요하다. 꿈을 통해 우리가 가지고 있으면서 모르고 있는 ‘무의식’을 볼 수 있기 때문이다. 그러나 꿈의 의미를 독자적으로 이해할 수 있으려면 융학과 분석가가 되는 정규 수련을 끝마쳐야 한다. 그만큼 꿈의 뜻을 이해하는 것은 쉽지 않다. 분석가 수련에 대해서는 따로 설명하겠지만 꿈 해석을 포함한 무의식을 이해하기 위한 기본 조건은 첫째로 체험, 둘째로 학습이다.

융학파의 정규 수련에서는 남의 꿈을 분석하기 전에 먼저 자기의 꿈을 보고 그 뜻을 분석가와 함께 찾아가는 개인분석을 상당 시간(300시간 이상) 받고, 개인분석을 받으면서 남의 꿈을 분석가의 지도 아래 살펴보는 지도분석을 또한 상당 시간(500시간 이상) 받아야 한다. 동시에 꿈 해석에 관한 이론뿐 아니라 무엇보다도 무의식의 상



징을 이해하기 위하여 원시종교를 비롯하여 여러 종교에 나타난 상징들을 이해하고 신화, 민담속의 원형상들을 이해하는 공부를 최소한 6년 이상 해야 한다. 그 후 꿈의 해석을 통한 분석사례의 평가와 세미나 논문, 수료 논문의 평가, 그리고 두 번의 시험을 거쳐서 융학과 분석가의 자격을 획득하면 그때 비로소 독립적으로 피분석자의 꿈을 볼 수 있다.(한국융연구원 분석가 수련규정 [www.jung.re.kr](http://www.jung.re.kr) 참조)

융학과에서 보는 무의식이 너무도 넓고 깊기 때문에 집단적 무의식의 원형상을 이해하려면 그만큼 많은 경험과 수련이 필요하다. 분석가라고 해서 모든 꿈의 뜻을 확실하게 알 수 있는 것도 아니며, 자기 자신의 꿈은 분석가에게도 어렵다. 그래서 분석가끼리 각자의 꿈의 뜻에 관해 의견을 교환하기도 한다.

나도 지금까지 수없이 많은 자신의 꿈과 피분석자의 꿈을 보아 왔지만 무슨 뜻인지 전혀 모르는 경우가 적지 않았다. 훗신 뒤에 비로소 그 뜻을 알게되는 경우도 있다. 꿈은 무의식이 우리에게 던지는 수수께끼와 같다. 무의식은 꿈을 통해 꿈꾼 사람에게 무언가를 가르쳐주고자 한다. 그러나 그 언어가 비합리적이고 상징적이어서 그 뜻을 간단히 이해할 수 없다. 그래서 우리는 상징을 이해하는 태도를 길러야 하는 것이다. 그런데 어떤 경우에도 꿈을 보는 사람이 꼭 지켜야 할 자세가 있다. 꿈에 대하여 절대로 선입견을 갖지 않도록 주의하는 것이다. C. G. 융 자신도 자기가 피분석자의 꿈을 볼 때는 항

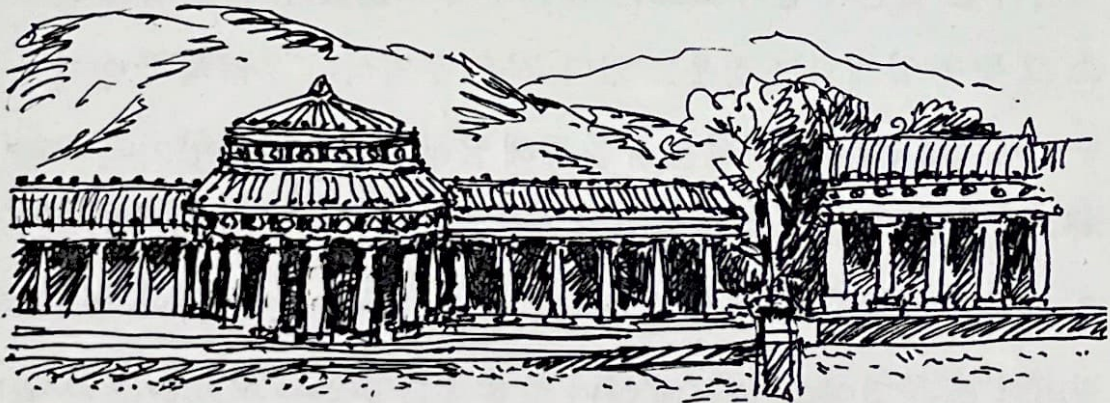


상 '나는 이 꿈에 대해 아무것도 모른다'고 다짐하고 꿈을 보기 시작한다고 하였다.

### 꿈 해석의 두 가지 접근법

꿈의 해석을 임상치료 목적으로 도입한 것은 프로이트가 처음이 아니다.

고대 그리스에서는 꿈에 신이 나타나 처방을 내리면 병이 치유된다고 해서 아스클레피오스 사원에 가서 자면서 꿈에 신이 나타나기를 기다리는 '사원수면'이 성행했다. 고대 그리스의 의성醫聖, 히포크라테스도 환자의 꿈을 보고 꿈에서 즐겨먹는 음식을 실제로 먹이는



고대 그리스 아스클레피우스 신전(에피다우로스) 복원도.

환자들이 이곳에 와서 목욕제계하고 중앙의 건물에 들어와 자면서 꿈에 아스클레피우스 신이 나타나는 것을 기다린다. 신이 꿈에 나타나거나 그의 처방을 따르면 병이 치유되었다. 이것을 사원수면 Temple sleep 또는 잠복 Incubatio 이라고 했다.



등식이요법에 꿈을 참조했고 동양의 고대 의학에서도 꿈에 관심이 많았다. 고대 중국에서는 꿈에 대한 자세한 분류, 해몽법이 상당히 발달되었었고 동의보감에도 꿈의 임상적 성질에 관한 언급이 있다.

프로이트의 정신분석학과뿐 아니라 빈스방거, 보스 등의 현존재 분석에서도 꿈을 해석하는데 그 관점이 모두 다르다. 프로이트에게 꿈은 그가 말하는 무의식에 이르는 왕도로서 억압된 욕구들이 나타나는 곳이다. 현실에서 받아들여지지 못하여 억압된 충동과 욕구인데 그 내용이 너무나 충격적이므로 있는 그대로 기억되지 않고 여러 기제(機制)를 통하여 끔찍한 모습을 무난한 모습으로 바꾸어 기억한다고 본다. 즉 기억하는 꿈은 이미 위장된 꿈이고 그 뒤에는 근친상간의 욕구같은 근원적 욕구가 숨어 있다고 본다. 이를 잠재몽이라 하여 나타난 꿈과 구별한다. 여기서 꿈의 해석은 나타난 꿈에서 잠재몽을 밝혀내는 것인데 이를 위해 자유연상을 시킨다. 현존재분석에서는 꿈을 현상학과 실존철학의 입장에서 해석한다.

융의 분석심리학에서 꿈을 보는 특징적 태도는 “꿈은 감추지 않는다. 가르쳐준다”는 데 있다. 이것은 무의식을 ‘창조의 샘’이라는 관점으로 보았기에 가능한 자세이다. 그러므로 여기서 ‘꿈의 해석’이란 무의식이 ‘나’(자아)에게 무엇을 알려주고 무엇을 가르쳐주고자 하는지를 알아보는 작업이다. 무의식에서 숨겨진 상처를 찾기보다 ‘상처’에 대한— 그것이 상처라면— 무의식의 의도, 처방을 찾는 자

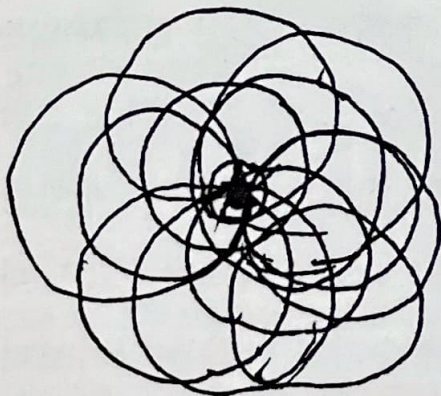


세이다.

분석심리학에서는 꿈의 의미를 두 가지 방향에서 접근한다. 하나는 꿈의 내용을 객관적 현실과의 관계에서 보는 객관단계의 해석이고 다른 하나는 주관단계의 해석이다. 객관단계의 해석만으로 충분한 꿈도 있으나 대개는 주관단계에서 보아야 할 꿈이고 주관단계의 해석을 통할 때 피분석자에게 큰 보탬이 된다. 꿈에 나타난 모든 것, 동물들, 식물들, 물과 산과 바위와 돌, 인물, 악한 괴물, 신령들은 모두 그의 마음속의 심리적 콤플렉스들의 상징적 표현이라고 본다. 상징적 의미를 알기 위해서는 자유연상보다 확충의 방법을 쓴다. 자유연상으로는 본래의 이미지가 다른 이미지로 비약하기 때문에 본래의 이미지를 중심으로 연상을 집중적으로 하는 확충방법을 쓰는 것이다.

가령 어떤 사람이 꿈에서 '나무에 올라간다' 그 뜻을 알기 위해서는 그 나무가 어떤 나무인지, 그 나무에 대해 꿈꾼 사람이 무엇을 연

상하는지를 알 필요가 있고 나무에 오르는 행동에서 꿈꾼 사람에게 무엇이 생각나는지를 물어야 한다. 왜냐하면 같은 내용도 꿈을 꾸는 개인에 따라 의미하는 것이 다를 수 있기 때문이다. 이렇게 꿈에 나타난 이미지(상像)나 행동, 사건 등에 대해 꿈



확충擴充, Amplification



꿈사람의 연상을 모아서 꿈속에서 그것이 어떤 개인적인 맥락을 지니고 있는지를 알아가는 과정을 확충(擴充, amplification)이라 한다. 정신분석에서 쓰던 자유연상(free association)의 경우, '나무'에 대한 연상에서 다음 연상으로, 다음 연상에서 또 다른 연상으로 이어지기 때문에 처음 시작한 '나무'와는 동떨어진 무의식의 내용이 떠오르게 된다. 그래서 융은 이 방법을 버리고 확충의 방법을 고안한 것이다. 꿈의 이미지에서 생각나는 개인적인 연상이 전혀 없는 경우도 있다. 어떤 경우든 개인적 연상을 통한 개인적인 확충을 시도한 다음에는 '인류의 연상', 즉 '나무'나 '나무에 오르는 것'에 대해서 인류가 아득한 옛날부터 무엇을 연상해 왔는가를 알아볼 필요가 있다. 융학파의 분석가라면 여기서 중앙아시아, 시베리아 샤먼들이 세계수를 통하여 하늘에 올라 신들을 만나는 엑스터시의 체험을 볼 것이다. 나무 또한 이와 마찬가지로 원형상이며 개성화의 과정을 상징한다는 사실을 기억할 것이다.

상징(Symbol)이란, 융에 의하면 결코 남김없이 말로 다 표현될 수 없는 것이다. 말로 최선의 표현을 하고도 못다 한 어떤 의미를 잉태하고 있는 것이다. 만약 어떤 이미지를 남김없이 알고 있는 것처럼 설명하거나 이해한다면 그것은 상징(Symbol)이 아니고 표징(Sign)으로 설명하고 이해한 것이다.

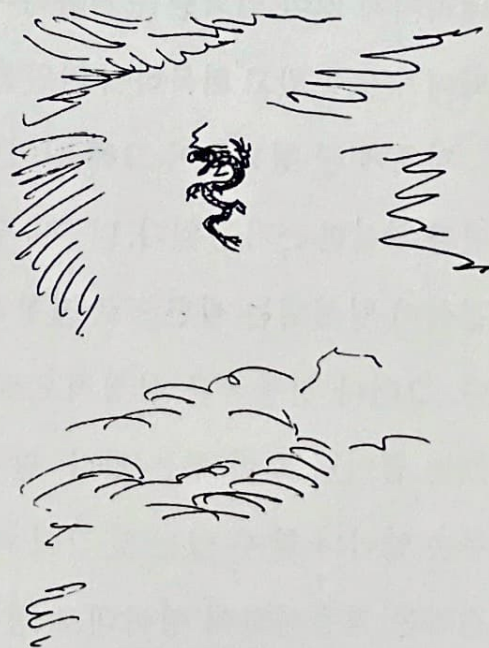


꿈의 해석은 머리를 써서 분석하고 파헤치는 작업이 아니다. 머리  
뿐 아니라 가슴으로, 즉 감정으로 느끼며 직관과 감각을 동원하여  
분석가의 전체를 던져 피분석자에게 무의식의 메시지를 효과적으  
로 전달하는 무의식의 의식화, 합성Synthese의 과정이다.



용은 서양에서는 극악무도한 괴물이지만 동양에서는 신성한 상상의 동물로 기후를 조절하고 초자연적인 힘과 지혜를 발휘하는 구슬, 여의주如意珠를 입에 물고 있는 신격神格이다. 그는 하늘의 아들(天子)인 지상의 왕의 표징이기도 하다. 한국 사람들은 용꿈을 꾸면 권좌에 오르거나 큰 영예를 획득하는 징조라고 믿어 왔다. 선거철에는 꿈에 대해서 관심이 없는 사람들도 꿈에서 용을 보았다면 국회의원에 당선될 꿈이 아닌가 한 번쯤 기대해 보는 사람이 있을 것이다. 꿈의 예시적인 기능만을 주로 생각해 온 것이 전통해몽의 경향이었으니 무리도 아니다.

나는 지금까지 살아오면서 ‘용龍’을 두 번 보았다. 한 번은 어릴 때 초등학교에 들어가기 전이었다. 긴장마가 막 끝난 어느 날 동네 아이와 함께 흐린 회색 하늘을 보고 있었다. 아이가 소리쳤다. “야, 용이다!”, “어디?” 손가락으로 가리키는 곳에 짙은 회색의 용처럼 꼬불꼬불한 구름이 하늘 높이 뻗쳐 오르는 모양





을 하고 있었다. 긴가민가하면서도 설레는 기분이었다. 두 번째는 40대 중반 쯤에 꿈에서 용을 보았다. 그것도 청룡이 하늘에 오르는 정초의 꿈이었다. 하늘 위로 날아오르는 파란 용의 모습이 너무나 선명했다. 이 꿈이 무엇을 알려주는 꿈이며 무슨 일이 일어날 것을 예시하는 꿈인지 당연히 생각을 해보지 않을 수 없었다. 용은 무의식의 내용 가운데서도 일상적인 것이 아닌 원형적 상징이고 원형상이 꿈에 나타날 때는 그 개인이나 시대에 큰 뜻이 있다고 알려져 있다. 그러나 나는 당시 그 뜻을 잘 알 수가 없었다. 다만 청룡은 젊은 용으로 영웅상을 나타낼 수 있음을 짐작할 뿐이었다. 당시 나는 대학에서 몹시 바쁘게 일하고 있었다. 분석심리학 책을 써내고 학회도 만들고 학생 교육, 진료 등 교실과 정신과학회의 자질구래한 행정일에서 학문연구까지 일이 많았다. 그러나 특별히 영웅적인 일이라 할 만한 것은 아니었다. 그런데 뜻밖에도 그해 봄학기에 나는 갑자기 복부의 선통과 황달로 병원에 입원하게 되었다. 정확한 진단이 내려지지 않아 입퇴원을 거듭하며 고생을 하다가 결국 담석증으로 확인되어 수술을 받고 회복하여 퇴원한 것이 그해 가을이었다.

정초에 꾸는 청룡꿈이 그해 일어난 병고病苦의 시련을 예고하였다고 할 만한 확실한 근거는 없다. 더구나 담석증은 일차적으로 생물학적 과정으로 결석이 형성되는 질환으로 전형적인 심인성 신체장애에 속하지는 않는다. 그러나 청룡꿈은 상징적으로 영웅원형에 사로잡힐 위험성을 안고 있는 꿈이라고 할 수는 있다. 원형과 동일시함으로써 자아가 팽창하여 무슨 일이나 할 수 있는 것 같이 착각하게 되는 경우를 말한다. 그 다음의 결과는 영웅신화의 정석대로 영웅의 좌절과 시련이다. 나는 병으로 인



해 긴 병상생활을 했다. 그것은 다른 한편으로는 온갖 외향적인 작업에서 물러나 내향화를 할 수 있는 기회였고 시련을 통해 재탄생하는 기회이기도 했다.

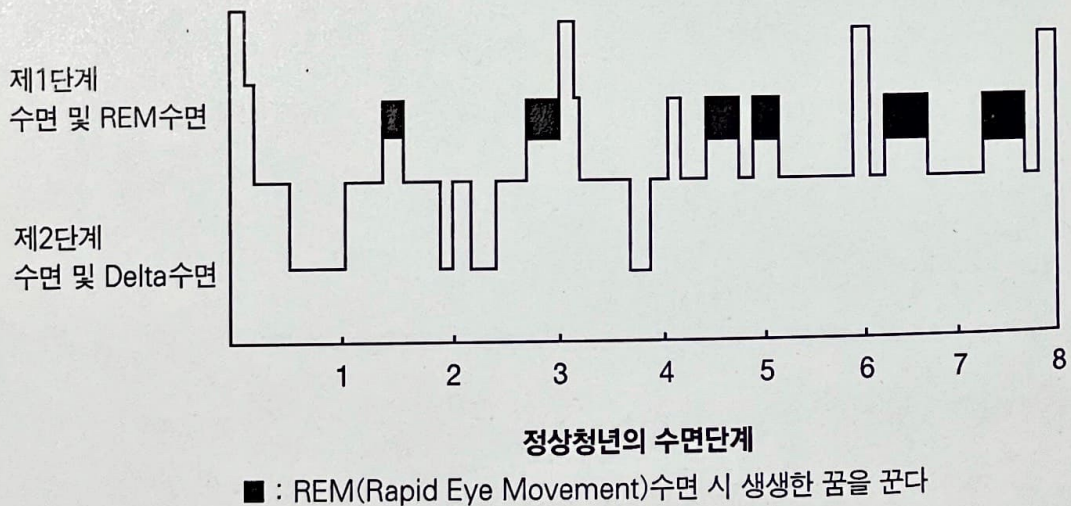
용꿈을 꾸는다고 모두 똑같은 뜻이 있는 것은 아니다. 꿈의 내용과 사람에 따라 다를 수 있다. 그러나 나는 용꿈을 꾸는 사람에게 용꿈을 꾸었다고 좋아하지 말고 조심하라고 이르고 싶다. 우리 마음속에는 온갖 신들, 즉 초자연적인 능력을 발휘할 수 있는 잠재력들이 있다. 그러나 우리의 자아는 그것들을 모두 소화시키지 못한다. 그러므로 원형상이 꿈에 보일 때 주의 깊은 관조의 자세로 겸허하게 그 알 수 없는 뜻을 살펴야 한다. 원형에 대한 경솔한 해석은 그 해석을 한 사람에게 해롭다고 융은 말했다.



## 꿈에 관한 잘못된 생각들

### 나는 꿈을 안꾼다

REM(Rapid Eye Movement)수면에서 사람은 생생한 꿈을 꾸다는 사실이 수면생리학적으로 증명된 지 오래다. 수면의 제4단계에서도 꿈을 꾸다. 수면 중 안구가 빠르게 움직이므로 REM수면이라 이름했는데 노년기에 다소 감소하지만 인간은 평생 동안 매일 밤 일정 비율의 REM수면을 취하게 되어 있고 인위적으로 이 단계에서 사람을 깨워서 꿈을 못꾸게 하면 여러 가지 장애가 생긴다는 보고가 있다. 그러므로 꿈을 꾸지 않는 사람은 없다. 꿈을 안 꾸는 것이 아니라 꿈을 기억하지 못할 뿐이다. 꿈을 기억하지 못하는 데는 여러 요인이 있으나 무엇보다 꿈에 대한 관심이 약한 데 그 원인이 있다.





## 꿈은 거품일 뿐이다. 그건 개꿈이다

합리적인 사고를 하는 독일인 의사가 곧잘 하는 말 중에 ‘트라움 Traum(꿈)은 샴Schaum(거품)’이라는 말이 있다. 무의식을 중요시하는 정신분석적인 치료 접근을 놀리는 말이다. 합리적인 사람이면 누구나 그렇게 생각할 것이다. 그러나 평생 꿈을 보며 환자를 치료한 사람의 경험으로 볼 때 꿈은 결코 거품이 아니다. 개꿈이라고 부를 만한, 별 뜻이 없어 보이는 꿈도 있다. 그러나 나는 피분석자가 대수롭지 않다고 여긴 짧은 꿈에서 큰 뜻을 발견하는 경우가 흔히 있다. 앞에서 말했듯이 꿈은 수수께끼와 같다. 얼핏 보아서는 잘 알 수 없다. 주의 깊게 살핀 꿈에서 중요한 의미를 깨닫게 된다.

## 꿈보다 해몽이 좋다

제대로 된 해석이라면 꿈보다 해몽이 더 좋을 수는 없다. 오히려 그 반대다. 꿈은 언제나 꿈의 해석보다 더 많은 것을 지니고 있다. 해석으로 남김없이 설명할 수 없는 의미를 가지고 있기 때문이다.

## 내 꿈은 맞는다

“꿈에 오래전에 헤어진 친구를 보았다. 그런데 그를 그날 길에서 만났다.”, “꿈에 친구가 앓아누운 것을 보았는데, 그날 친구가 병원에 입원했다는 소식을 들었다.” 더 인상적인 것은 “자기가 치료하는 환자가 꿈에 나타났다가 말없이 사라졌는데 그날 그 시각 무



렵 그 환자가 운명을 달리했다”는 식의 수많은 보고들이 있다. 꿈에는 분명 예시적인 기능이 있다. 죽음, 질병과 같은 객관적인 사건과 꿈이라는 심적 체험 사이의 의미상의 일치가 동시에 일어나는 현상인데 융은 이를 비인과적 원리(Acausal principle)에 의한 동시성 현상(Synchronicity phenomenon)이라 하여 정신현상에는 원인-결과 원리(因果原理)에 따라 진행되는 현상뿐 아니라 비인과적 동시성 현상이 존재한다는 사실을 주장했다. 무의식은 절대지(絕對知, absolute knowledge)를 지니고 있어 시공간을 상대화할 수 있다는 것이다.

특별히 예시적인 꿈을 꾸는 사람도 있다. 그러나 대부분의 경우 자신의 마음속의 콤플렉스들을 표현한 꿈이다. 꿈을 예시적인 측면에서만 보고자하는 것도 자기 자신의 마음을 살피는 작업을 소홀히 하는 결과가 되므로 꿈의 분석에 있어 도움이 안 된다.

### 꿈 해석에서 주의할 점

앞에서 소개한 대로 융은 무의식에 대한 나쁜 해석은 해석한 그 사람에게 해롭다고 말했다. 공인된 분석가가 아니면 꿈의 해석은 시도하지 않는 것이 좋다. 일반적인 정신치료자의 수련을 받은 사람이 무의식에 대한 관심으로 꿈을 물어보는 경우가 있을 것이다. 그러나 무의식에 관심을 가지고 꿈에 나타난 인물이나 사건에 대해 확충을



하는 데서 멈추어야 한다. 더 이상 꿈의 뜻을 해석하지 말아야 한다. 어설픈 해석은 꿈을 진지하게 기록하는 것보다 해롭다. 나는 꿈을 해석할 수 있는 단계의 수련은 못 받았으니 해석해 줄 수 없다고 솔직하게 말해주는 것이 좋다. 환자가 해석을 멋대로 하면 그런 태도를 시정해 줄 필요가 있다. 꿈에는 뜻이 있으나 쉽게 해석할 수 있는 것이 아니라는 통찰이 오히려 치료에 도움이 된다. 또한 꿈을 보는 그 자체로서 정신의 해리를 해소시키는 효과를 조금이나마 거둘 수도 있다.