

중독자의 조울 상태와 애도의 관계

2025년 4월 28일

페어베언의 관점에서, 환자가 기억하는 대상 경험에 이름을 붙여주는 과정은 담아주는 타자의 존재 안에서 발생하는 정서 경험, 즉 비탄과 회한의 경험을 반영한다. 이 과정에서 전이는 회피되지 않고 다루어지며, 새로운 상징적 이해가 얻어진다.

자기애적 병리는 내적 삶을 제거하는 데 그 본질이 있다. 사람이 오로지 자신의 관점 안에만 머물거나, 반대로 다른 사람의 관점 안에만 갇혀 있을 때, 주체적인 관점과 객관적인 관점 사이를 자유롭게 오갈 수 없게 된다. 이로 인해 공감, 사랑, 자기 신뢰, 그리고 자기 중심성에 문제가 생긴다.

이는 단지 주관성과 객관성 사이를 유연하게 넘나드는 능력의 문제만은 아니다. 개인의 심리적 본성 안에 존재하는 모든 이중성 사이에서도 같은 문제가 발생한다. 예를 들어, 자기 안의 남성성과 여성성, 사고와 감정, 정서와 충동 사이에서도 유동적인 균형을 유지하는 것이 어려워진다. 이러한 유동성의 결핍은 위니콧이 말하는 중간 단계와 중간 공간의 문제와도 깊이 관련되어 있다.

‘악마 연인’은 단순히 시간 속에서 어머니와의 상호작용을 반영하는 개념이 아니다. 그것은 심리 안에서 발생하는 공간적 현상이기도 하다. 악마 연인은 관계와 관계 사이에 존재하는 어둡고 폐쇄된 영역을 의미한다. 이 영역은 삶의 초기 단계에서 어머니와의 연결이 끊어지면서 형성된 심리적 상흔으로 나타난다.

클라인의 우울적 자리는 분열된 ‘악마 연인’이라는 내적 대상과의 갈등을 해결하는 과정에서 형성된다. 여기서 ‘악마 연인’은 공격성, 상실, 그리고 후회라는 복잡한 감정을 포함하고 있다. 이 과정은 단지 파괴적 감정을 억누르거나 없애는 것이 아니라, 그 감정을 새로운 방식으로 통합하고 변형시키는 것을 의미한다.

특히, 클라인의 이론에서 우울적 자리는 어머니라는 이상적 존재와의 연결 경험을 통해 발달한다. 이 연결은 과거의 상처와 공격성을 새로운 방식으로 받아들이고 이해하게 만드는 중요한 경험이 된다.

유대가 깨어지며 생긴 내적 공허감과 어둠은 시간이 지나면서 조금씩 소화된다. 이 과정에서 환자는 내면의 어둠을 빛으로 전환시켜 나간다. 그 핵심은, 치료자(또는 이상적 대상)와의 관계 속에서 공허와 적대적인 공격성을 조금씩 견디고 받아들이는 것

이다.

치료자는 이 과정을 도우며, 환자가 어둠 속에서도 새로운 의미를 발견하고, 내적 통합을 이루도록 돕는다. 결국, 환자는 자신의 어둠과 상처를 빛으로 변형시키며, 더욱 깊고 성숙한 자기 경험을 구축하게 된다.

심리치료를 받는 환자는 종종 꿈을 통해 자신의 내면의 갈등과 치유의 과정을 표현한다.

꿈은 단순한 환상이 아니라, 환자가 내면에서 겪고 있는 치유의 여정을 상징적으로 보여준다.

이 과정은 마치 빛을 찾아 나아가는 영적인 순례와도 같다.

환자가 꿈 속에서 빛을 향해 나아가는 것은, 자기 자신을 치유하고 통합하려는 심리적 여정을 의미한다. 이 여정은 사랑과 연결을 다시 찾기 위한 과정이기도 한다.

심리적 순례란, 환자가 내면의 상처와 어둠을 점차 받아들이고 이해하면서 새로운 의미(빛)를 발견하는 과정이다.

영적인 관점에서 이 빛은 단순한 치유 이상의 의미를 가질 수 있다.

빛은 환자가 신(또는 궁극적인 존재)과 새로운 관계를 맺는 가능성을 보여주기도 한다.

이것은 초기 유아기에서 아기가 어머니와 맺는 유대의 패턴을 반영할 수도 있지만, 그렇지 않을 수도 있다. 다시 말해, 환자가 꿈 속에서 빛을 발견하는 것은 새로운 관계(신 또는 이상적 대상)와의 연결을 의미할 수 있다.

만약 환자가 자신의 어둠(상처와 분노)을 받아들이고 통합하지 못한다면, 그 어둠은 점점 더 강력하게 환자를 사로잡게 된다. 어둠을 억누르거나 부정하면, 그것은 더욱 강력한 형태로 환자를 괴롭히게 된다. 이 경우, 환자는 '악마 연인'이라는 내적 대상에 의해 끊임없이 공격받거나 배척당하는 심리적 드라마 속에 갇히게 된다. 즉, 자신의 어둠을 받아들이고 소화하지 않으면, 오히려 그 어둠에 삼켜지게 된다는 의미입니다.

성애가 공허함이나 공격성과 결합되면, 그 대상(사랑의 대상)이 '악마 연인'이라는 부정적 이미지로 변질될 수 있다. 즉, 사랑하고 싶은 마음이 공허감이나 분노로 왜곡되어, 대상이 공격적으로 느껴지거나 배척해야 할 존재로 변하는 것이다. 이런 경우, 이상적으로 보이던 대상도 박해적이고 위협적인 존재로 인식된다. 하지만, 만약 개인이 '충분히 좋은 내재화'를 경험한다면 상황은 달라진다. 여기서 '충분히 좋은 내재화'란, 안전하고 지지적인 관계(예: 치료자와의 관계)를 통해 감정을 건강하게 통합하고 받아들이는 과정을 의미한다.

이러한 내재화 과정을 통해, 사랑의 힘은 왜곡된 공격성을 치유하고 초월할 수 있다. 성애적 충동이나 공격성이 단지 파괴적으로 작용하는 것이 아니라, 사랑의 능력에 의해 새로운 방식으로 받아들여지고 변화될 수 있다는 것이다.

사랑이 갖든 증오의 아픔을 책임질 수 있게 되는 상태, 이것이 바로 우울적 자리다. 여기서 '증오의 아픔'이란, 사랑하는 대상에 대한 분노나 공격성을 의미한다. 이 공격성을 억누르거나 없애는 대신, 그것을 인식하고 책임질 수 있는 상태로 변환시키는 것이 중요하다.

우울적 자리에 도달한다는 것은, 사랑과 증오라는 상반된 감정을 통합할 수 있게 되었다는 의미이다. 사랑하는 대상에 대해 느끼는 분노나 상실감도 받아들이고 이해할 수 있게 되는 것이다.

우울적 자리에 도달하면, 그동안 처리되지 않았던 공격성이 의미 있는 감정으로 변환될 수 있다. 이 과정에서 공격성은 단순히 파괴적이거나 위험한 것이 아니라, 사랑을 더 깊이 이해하고 표현할 수 있는 힘으로 변모할 수 있다.

비온(Wilfred Bion)은 인간의 정신이 경험을 어떻게 처리하고 의미를 만들어내는지 설명하기 위해 **베타 요소(Beta Elements)와 알파 요소(Alpha Elements)**라는 개념을 제시했다.

베타 요소(Beta Elements) - 정리되지 않은, 원초적이고 혼란스러운 감정이나 경험이다. 상징화되거나 언어로 표현되지 못한 상태로, 혼란스럽고 고통스럽게 느껴진다.

예) 갑작스러운 공포, 말로 표현하기 어려운 고통, 억압된 감정.

베타 요소는 마음 안에서 받아들여지거나 이해되지 않고, 그냥 날것 그대로의 감정과 경험으로 남아 있다.

알파 요소(Alpha Elements) - 베타 요소가 상징화되고 언어로 표현되면서 의미 있는 형태로 변환된 상태다. 이것은 정신이 경험을 이해하고, 소화하고, 처리할 수 있게 한다.

예) 꿈, 이야기, 상징, 예술 표현, 언어로 풀어낸 감정.

알파 요소로 변환되면 혼란스럽거나 원초적인 경험도 이해 가능한 형태로 변형된다.

변형의 과정 - 베타 요소 → 알파 요소

비온에 따르면, 베타 요소는 그대로 남아 있으면 정신적으로 처리될 수 없다.

예를 들어, 강한 두려움이나 분노가 베타 요소로 남아 있으면, 그것은 마음속에서 부정적인 영향만 미친다. 하지만 이 경험이 언어로 표현되거나, 꿈이나 상징 같은 형태로 변환되면 알파 요소가 된다. 이 변환 과정이 성공적으로 일어나면, 사람은 그 감

정을 이해하고 다룰 수 있게 된다.

이 변환 과정에서 중요한 점은, 베타 요소가 알파 요소로 변환될 때 상징적 의미가 만들어 지는 것이다. 대상(사람, 상황, 기억 등)에 대한 근본적인 욕망과 그것에 대한 실망을 포함한 의미이다.

예) 누군가에게 사랑받고 싶은 욕구와 그것이 충족되지 않았을 때의 실망감.

이 과정이 없으면, 감정은 말로 표현되지 못한 상태로 마음속에 남아 계속 고통을 일으킵니다. 하지만 베타 요소가 알파 요소로 변환되면, 그 감정은 언어와 상징으로 표현되며, 심리적으로 처리되고 통합될 수 있다.

비온의 이론에서 의미는 대상(주로 사랑하는 사람 또는 중요한 인물)과의 관계에서 만들어진다. 대상(어머니나 치료자 등)과의 관계에서 생기는 갈등, 불안, 두려움을 의미한다.

예를 들어, 어린아이는 어머니로부터 사랑을 받기를 원하지만, 때로는 거절이나 실망을 경험하며 두려움과 분노를 느끼기도 한다.

사랑하는 대상과의 관계를 유지하기 위해 상대를 통제하거나 소유하려는 욕망이 생긴다.

예를 들어, 어머니가 나를 떠나지 않도록 강하게 붙들거나, 치료자가 나를 인정하고 받아들여야 한다는 강박이 생기기도 합니다.

진정한 사랑과 의미는 대상을 억지로 통제하는 것을 포기하고, 있는 그대로 받아들이는 것에서 생긴다. 대상이 나의 통제 밖에 있더라도 사랑을 느끼고 의미를 만들어낼 수 있는 능력을 기르는 과정이다.

이러한 감정과 갈등을 통합하는 과정에서, 마음속에 새로운 심리적 흐름과 공간이 열리게 된다. 억압되거나 막혀 있던 감정들이 자유롭게 표현되고, 이해되며 통합되는 상태. 마음이 고여 있지 않고, 끊임없이 움직이며 변화할 수 있는 역동성을 의미한다.

마음이 자유롭게 생각하고 느낄 수 있는 공간을 의미한다.

예를 들어, 치료자가 환자의 감정을 안전하게 받아들이고 이해해주는 과정에서 이 공간이 형성될 수 있습니다. 이 공간이 열리면, 사람은 더 이상 감정이나 경험을 억누르거나 부정하지 않고, 새로운 의미를 찾아낼 수 있다.

대상과의 관계에서 느끼는 갈등과 사랑을 하나로 통합하는 과정이다. 사랑과 증오, 기쁨과 슬픔 같은 상반된 감정도 통합할 수 있게 된다.

경험과 감정이 언어와 상징으로 표현되면서 의미 있는 형태로 변환됩니다. (알파 요소로 변환되는 과정)

예를 들어, 어린 시절의 트라우마를 이해하고 표현할 수 있게 되면, 그것은 더 이상 혼란스러운 감정이 아니라 의미 있는 기억으로 자리 잡게 된다. 과거의 상처와 갈등을 의미로 변환하고 통합하면서, 자신을 보다 일관되게 느끼고 경험할 수 있다. 외부의 대상(어머니, 치료자 등)에 의해 쉽게 흔들리지 않는, 자기 안에서 안정감을 찾을 수 있는 상태이다. 이것은 단순히 대상에게 의존하는 것이 아니라, 대상과의 관계를 통해 내면의 힘을 길러나가는 과정이다.

프로이트는 「애도와 멜랑콜리」에서 멜랑콜리 상태에 빠진 사람의 마음속에 제대로 소화되지 못한 대상이 존재한다는 사실을 발견했다. 이 대상은 내면화되었지만 여전히 낮선, 전치된 대상의 그림자와 같다. 멜랑콜리 환자는 자신을 향해 공격적인 태도를 취하지만, 그것은 단지 자신만을 겨냥한 것이 아니다. 그 안에는 이미 상실된 대상을 향한 간접적인 분노가 숨어 있다. 그러나 이러한 자기파괴는 단순한 자기혐오 이상의 복잡한 심리적 구조를 지닌다. 이는 상실한 대상을 내면에서 이상화된 형상으로 간직하고, 그 이미지를 외부의 비난이나 내면의 공격으로부터 보호하기 위한 심리적 전투이기도 하다.

부모나 사랑하는 사람이 가진 객관적으로 나쁜 특성으로 인해, 그 사람을 잃었을 때 마음속에 그 대상에 대한 몰두가 생기게 됩니다. 이는 사랑보다는 증오에 더 집중되기 쉬운 상태입니다. 이런 몰두는 실제 대상을 잃은 후 그 상실을 심리적으로 처리하지 못한 결과입니다. 따라서 전의식적 내면 세계에 그 대상을 긍정적인 상징으로 자리잡도록 하는 데 필요한 심리적 양분을 제공하지 못하게 됩니다. 그 결과, 내면 세계에 흡수되지 못하고 해리된 요소로 남아, 정신과 신체 체계 안에서 동화되지 못하는 위화감을 느끼게 하는 심리적 및 신체적 현상이 나타날 수 있습니다.

멜랑콜리 상태는 개인이 자기 비하의 몰두에 깊이 잠기게 하는데, 이는 일반적인 우울적 자리에서 나타나는 후회나 죄책감과는 본질적으로 다르다. 멜랑콜리와 관련된 죄책감은 실존적 책임이나 상실의 슬픔과는 연관되지 않고, 오히려 이러한 감정들을 회피하려는 일종의 위장된 강박으로 작용한다. 즉, 멜랑콜리는 진정한 애도를 피하려 애도를 가장하는 자기 공격의 형태로 나타난다.

이러한 심리적 역전의 결과로, 멜랑콜리 환자는 상실한 대상에 대한 긍정적 이미지의 회상과 해당 대상을 잃었을 때 직면하게 되는 실제적 두려움을 모두 억압하거나 차단한다. 이에 따라 자신 내면에서, 페어베언이 언급한 '도덕적 방어'가 이루어지게 된다. 이는 도덕적 우월성이나 죄책감으로 포장된 자기 처벌 메커니즘을 형성하게 만드는 것이다.

이 '도덕적 방어'는 상실의 슬픔을 진정으로 느끼는 것을 회피하고, 오히려 자기 자신

에게 끊임없는 비난과 처벌을 가함으로써 상실된 대상을 보호하는 동시에 자아를 별 주는 이중 구조를 드러낸다.

애도와 멜랑콜리

"애도와 멜랑콜리"에서 프로이트는 두 가지 다른 심리적 상태에 대해 말하는데, 하나는 건강한 애도자에 대해서 그리고 다른 하나는 심리적으로 사로잡힌 멜랑콜리 환자에 대해서 말한다.

건강한 애도는 상실의 아픔과 비탄의 감정을 온전히 받아들일 수 있는 내적 역량을 가진 사람들에게서 나타납니다. 이에 반해, 멜랑콜리는 그러한 감정을 수용할 능력이 부족한 사람들에게서 나타납니다. 멜랑콜리는 병리적인 애도의 상태로, 상실을 진정으로 애도하지 못하고 정서적으로 마비된 채 자리에 머무르는 것입니다.

이 병리적 상태는 상실의 현실을 직면하지 않으려는 지속적인 방어, 자기 경멸, 자기 평가 절하, 그리고 자기 공격이라는 심리적 움직임의 복합적 작용 때문입니다. 멜랑콜리 환자는 상실한 대상을 향한 실제 증오와 분노를 인식하지 못하도록 자기에게로 향하는 공격성을 방어기제로 사용합니다.

그 결과, 그들은 상실한 대상에 대한 실제 경험—그것이 박탈적이고 실망스러운 것이라 할지라도—을 직면하지 않게 됩니다. 대신 “나는 좋은 대상을 잃은 사람”이라는 환상 속에 머물면서 상실한 대상을 이상화하고 그 기억을 보호하려 합니다.

이런 이유로 멜랑콜리를 "슬픔의 이름을 빌린 자기 처벌"이자 "분노를 애도로 위장한 형태"라고 해석합니다.

멜랑콜리 환자의 내면에는, 상실한 대상을 충분히 사랑하는 마음이 자리하지 않습니다. 그래서 그 대상은 마음속에서 '충분히 좋은 대상'으로 변화되거나 상징화될 수 없습니다.

사랑은 증오를 중화시키는 유일한 힘입니다. 그러나 이 환자의 내면에서는 그 사랑이 부족하기 때문에, 증오는 중화되지 못하고 독성처럼 마음속에 축적됩니다.

'좋은 대상'이 마음속에서 형성되려면 그 대상이 상실되었더라도 그와 나누었던 사랑이 기억 속에 살아 있거나, 그 상실을 슬퍼하는 과정에서도 그 대상을 향한 사랑의 흔적이 남아 있어야 합니다.

하지만 멜랑콜리 환자에게는 이러한 사랑조차 희미하거나 부재합니다. 그래서 그는 상실한 대상을 이상화된 이미지로 보호하려 하면서도 동시에 그 대상의 실질적으로 증오스러운 성질에 대한 인식을 억압합니다. 자신 안의 증오가 그 대상을 파괴하지 않도록, 진실을 보지 않기 위해 스스로 눈을 감습니다. 이것이 자기비하와 자기처벌의 역설적인 뿌리입니다.

그리고 만약 이 상실한 대상이 일차적 부모(어머니나 아버지) 중 한 사람이라면, 혹은 무의식 속에서 일차적 부모의 이미지와 연결되어 있다면, 심리적 상황은 훨씬 더 복잡하고 고통스러운 방향으로 전개됩니다.

왜냐하면 그 대상은 '사랑받아야 했던 존재'였기에 그 상실은 곧 존재의 뿌리를 잃는 경험이 되기 때문입니다.

멜랑콜리 환자가 왜 주체적인 증오나 격노, 분노를 의식적으로 경험하지 않는지 이해할 수 있다. 이러한 구조는 사랑이 생겨날 가능성을 차단한다. 사랑은 적절한 정도의 증오를 의식적으로 경험한 후에만 나타날 수 있기 때문이다. 증오를 넘어 사랑에 이르지 않고서는 진정한 애도를 할 수 없다. 자기 공격으로 인해 애도에 대한 병리적 방어가 형성되며, 이는 제대로 처리되지 않은 증오에 의해 강화된다. 그 증오는 '내적 파괴자'라는 대상으로 향하게 되며, 이로 인해 그 대상은 상징화되지 않고 감정과 사고의 단계에서 분화되지 못한 추상적 공격자로 느껴질 것이다. 이는 비온의 용어로 베타 요소로 불릴 수 있다. 자아의 상징적 장치를 통한 심리적 소화 과정을 거치지 못한 '생각이 없는' 자기 공격은 지속적이고 무자비하며, 모든 형태의 자기성찰, 관찰, 자아 판단을 회피한다.

프로이트는 "애도와 멜랑콜리"에서 자아가 겪는 분열의 근원이 '대상의 그림자'가 자아 위에 드리워지는 것이다. 이에 대해 페어베언은 자아가 부모의 공격적 양태를 물려받고 이를 통해 공격성이 자아에 의해 "반-리비도적 자아"로 표현되며, 리비도적 자아나 자신을 공격하는 방식으로 반복된다고 본다.

페어베언(Fairbairn)이 말한 '리비도적 자아(libidinal ego)'는, 단지 단절되거나 억압된 감정의 일부가 아니라, 오히려 내부적으로 분열되고 성숙하지 못한 채 남아 있는 '아이의 자기'와 밀접하게 연결되어 있다. 이 자아는 현실과의 연결보다는 내면적 환상과 관계에 더 매여 있으며, 발달이 멈춘 채 과거의 정동 속에 갇혀 살아간다. 페어베언에게 있어 이 아이의 자아는 단지 유아기적인 잔재가 아니라, 내면 세계 안에서 여전히 관계를 갈망하고 고통 속에서 움직이는 살아 있는 주체이다.

멜랑콜리 상태에 있는 이가 자신의 자아를 향해 공격을 가할 때, 그는 단지 자기 자신을 벌하고 있는 것이 아니라, 상실한 사랑의 대상을 보호하고 있는 것이다. 그리고 더 깊이 들어가면, 그 상실한 사랑 대상은 실제로는 일차적 사랑 대상—즉, 내면에 각인된 어머니의 이미지로 전치되어 있다. 그는 결국 어머니를 지키고 있는 것이다. 이러한 어머니에 대한 보호는 두 가지 측면에서 ‘이상화’라는 방어기제로 이해될 수 있다.

첫째, 멜랑콜리 환자는 상실한 대상을 이상화하게 된다. 단지 그 대상이 상실되었다는 사실만으로도, 그 대상은 더욱 순수하고 절대적인 것으로 이상화되기 쉽다.

둘째, 그 대상이 실제로 생존해 있더라도, 멜랑콜리 환자의 내면에서는 이미 그 대상이 '죽은 것'처럼 경험된다. 그의 심리적 현실에서, 그 대상은 되돌릴 수 없는 상실의 대상으로 자리 잡는다.

따라서 멜랑콜리 환자는 자기 학대적인 방식으로, 버림받았다는 감정에 사로잡히게 된다. 실제로 누군가의 죽음은, 멜랑콜리 환자로 하여금 그 상실한 대상에게 존경심을 부여하도록 만들며, 그로 인해 그 대상을 향한 공격의 충동이 억압되거나 금지될 수 있다.

더 구체적으로 말하면, 멜랑콜리 환자는 상실한 타자에게 품었던 증오나 분노를 자기 자신에게로 전치하는 경향을 보인다. 이는 단지 죽음에 의한 상실에 국한되지 않는다. 관계의 단절이나 버림받는 경험도 멜랑콜리 환자에게는 방어적 이상화를 일으키는 계기가 될 수 있다.

이런 심리적 각본은, 멜랑콜리 환자로 하여금 ‘자신이 더 이상 그 대상을 통제할 수 없다’는 무력감 속에서, 조작된 존경심이나 억지로 부풀려진 이상화를 만들어내게 한다. 그리고 그 대상이 사라졌다는 사실은, 환자 자신이 과거에 그 대상에게 품었던 공격성을 표현하고 해소할 기회를 빼앗아 간다. 동시에, 현재 타자를 향해 느끼는 적대감조차 받아줄 수 있는 정신적 대상을 상실한 것이다.

이상화는 본능적으로 뿌리 깊은 공격성에서 비롯되었든, 혹은 대상과의 관계에서 경험된 좌절과 상처에 대한 보복에서 비롯되었든, 그 공격성을 의식 밖으로 밀어내는 방어기제 역할을 한다. 멜랑콜리 환자의 정신은, 그러한 내적 적대감을 스스로 인식하지 않도록 이상화를 통해 차단하는 것이다.

무의식 깊은 곳에서, 그는 상실 이후에 정신을 치유하고 통합하려는 애도의 발달적 충동을 느낄 수 있다. 그러나 동시에, 이러한 치유를 향한 충동은 억제되거나 정지될 수 있으며, 그 과정에서 내면의 공격성과 융합되기도 한다.

그럼에도 불구하고, 애도를 통한 치유의 움직임은 상실된 대상 안에 있던 ‘선함’을 내면화하고, 그 선함을 더 고양시키고자 하는 심리적 열망이 재발견될 때에야 비로소

다시 떠오를 수 있다.

건강한 심리 구조를 형성하기 위해서는, 대상이 상징적인 형태로 심리적 소화를 거쳐야 한다. 즉, 내면화된 대상은 단순히 복제되거나 흡수된 이미지가 아니라, 상징화되고 분화된 대상 표상이어야 한다. 이런 대상 표상은, 다른 대상 표상이나 자기 표상들과 구별될 수 있으며, 자아가 심리적 접촉과 관계를 포기하면서까지 동일시하려 했던 왜곡되고 이상화된 이미지 대상들(Kavaler-Adler, 1996)과도 구별되는 실체적 존재다. 그러한 상징화된 대상은, 자아의 중심적 성격 구조와 진정한 상호작용을 이룰 수 있다.

페어베언이 말한 ‘나쁜 대상’ 개념에서처럼, 우리가 일반적으로 기피하는, 조악하게 합입된 내적 대상은 우리의 의식적 자아와는 성질이 전혀 다른 성분을 지닌다. 비온의 ‘베타 요소’와도 연결되는 이 대상은, 정제되지 않은 감정 찌꺼기처럼 의식의 바깥에 존재하며, 오직 **창자적 반응(gut-level reaction)**만을 유발한다.

이러한 조악한 대상은, 초기 대상관계에서의 외상 속에서 형성된다. 그리고 그 대상에게 투사된 분열된 자기의 공격성과 결합되면서, 내면에 사로잡고, 괴롭히고, 안달하게 하며, 고문하는 ‘악마’의 이미지를 만들어낸다.

경미한 경우에는, 이 악마적 대상을 향한 정서는 신경증적 강박이라는 형태로 드러날 수 있다. 하지만 더 심각한 경우, 특히 이 대상이 인격화된 악마로 경험될 때, 우리는 단순한 공격성 이상의 요소를 다루어야 한다—성애적 에로스의 요소다.

페어베언은 인간은 태어날 때부터 본질적으로 대상을 추구하며, 그것이 우리의 심리 구조의 핵심이라고 말한다. 인간 존재의 근저에는, 누군가와 접촉되고, 연결되고, 이해받고자 하는 욕망이 있다는 것이다.

하지만 그 사랑이 현실 속에서, 특히 어린 시절의 현실 속에서 좌절될 때, 사랑은 격노로 변한다. 이는 단순한 성장의 어려움에서 비롯되기보다는, 더 자주 압도적인 외상, 즉 있는 그대로의 나 자신이 거절당하고 방치되는 경험에서 비롯된다. 이런 외상은 아이의 심리 세계를 압도하며, 그 외상의 흔적은 시간이 흘러도 쉽게 치유되지 않는다.

애도와 조울 상태의 관계

클라인(1940)에 따르면, 타자는 단지 외부에 있는 존재가 아니라, 우리의 내면에 자리 잡고 있는 심리적 실재다. 그는 내재화와 본능적 충동에 수반된 심리적 환상이라는 두 가지 축을 통해 형성되며, 그렇게 형성된 내적 타자는 우리 자아의 풍경을 구성하

는 중심이 된다.

결국 이러한 충동은 단순한 원시적 에너지를 넘어서, **인간의 영(spirit)**이라 부를 수 있는 주체적인 감정의 멜로디로 변화된다. 이는 무의식의 심연에서 솟아오르는 원초적 욕망이, 내면의 환상과 만날 때 형상화되고 정서화되어 울리는 존재의 선율이다.

클라인(1940)의 애도에 관한 논문에 따르면, 우리의 마음은 심리적 강제성에 이끌려, 사랑했던 이를 상실한 아픔을 비탄과 사별의 형식으로 경험하도록 이끌린다. 이러한 애도의 경험은 단지 현재의 상실에만 국한되지 않는다. 우리는 의식하지 못한 채, 더 오래전 우리의 내면에 각인된 일차적이고 원초적인 내적 대상들—어머니의 품, 첫 사랑의 온기, 보호받던 시절의 기억—을 통해서도 이 상실을 간접적으로 다시 산다. 애도란 곧, 삶의 흐름 속에서 반복되는 상실의 파도를 타며, 내면 깊숙한 곳에서 옛 대상과의 이별을 다시 체험하는 의식이다.

클라인은 자유 연상이 우리 내면 깊숙이 각인된 무의식적 인물들—잊힌 내적 대상들—사이의 오래된 연결고리를 다시 이어준다. 이로써 우리는 그들을 의식의 무대로 불러내어, 새로운 관계로 재구성할 수 있는 기회를 갖게 된다.

이런 심리적 여정 속에서, 현재 우리가 경험하는 상실의 고통은 점차 그 뿌리를 드러낸다. 애도는 더 이상 단순한 눈물이나 슬픔이 아니라, 우리 존재의 근원에 자리한 최초의 상실과 맞닿는 깊은 통로가 된다.

이 과정은 고통스럽지만, 그 고통을 통해 우리는 비로소 온전히 애도하고, 마침내 자기 안에 새로운 통합과 회복을 맞이할 수 있다.

클라인은 「애도와 조울 상태의 관계」에서, 조적 승리(manic triumph)와 조적 방어(manic defense)가 어떻게 상실의 비탄으로부터 우리를 보호하는지 조명한다.

상실한 대상에게 정신적으로 매달리는 일은, 곧 우리 자신의 유한성과 맞닥뜨리는 실존적 딜레마를 드러낸다.

“사랑하는 대상과 함께 죽을 것인가, 아니면 애도를 통과해 심리적으로 살아남을 것인가?”

이 두 길, 어느 쪽이 더 고귀한가?

클라인은 후자를 택하는 것이, 곧 자기 자신의 죽음을 정직하게 의식하면서 삶을 받아들이는 용기임을 말한다.

결국 우리는, 우리 자신이 살아남기 위해 타자가 죽도록 허용해야만 한다.

비록 그 타자가 우리의 영혼에 형태와 응집력을 부여한 가장 본질적인 존재라 할지라도, 우리는 떠나보내야 한다.

이 길을 택한다면, 우리는 또한 자신이 얼마나 죽음 가까이에 놓여 있는 존재인가를 뼈저리게 경험하게 된다.

궁극적으로, 이 애도의 과정은 우리에게 타자에 대한 전능적 통제를 내려놓고, 진정한 상실을 받아들이도록 이끈다.

클라인이 말한 “타자를 죽도록 허용한다.”라는 것은, 결국 우리가 스스로의 무력함, 즉 살아가며 어쩔 수 없이 맞이하는 이별과 상실, 그리고 죽음을 정직하게 바라보는 용기를 갖는다는 뜻이다.

클라인은 우리가 복수심이나 분노를 제대로 인식하거나 상징적인 언어로 표현하지 않는다면, 결국 '운명에 던져진 돌팔매와 화살'처럼 강렬한 고통을 경험하게 된다고 말한다. 이 감정들을 회피하다 보면, 슬픔과 상실을 충분히 느끼고 애도할 수 있는 본래의 능력도 마비된다. 따라서 고통과 직면할 용기를 가질 때만, 우리는 삶의 허무함이나 무의미함-내적 혼란(아노미)일 수도 있는 것-속에 빠지지 않을 수 있다는 것이다(Kavaler-Adler, 1990).

A 부인의 경우, 그녀의 공격성은 정서적 마비로 이어지지 않았다. 오히려 그녀는 상실한 사랑 대상에 대한 적개심을 의식적으로 대면할 수 있었다. 처음에는 그 적개심을 오빠와 어머니에게 전가하여 꿈속에서 회상했다.

아들이 죽어서 그녀는 내적으로 큰 충격을 받았지만, 자유 연상을 통해 꿈과 감정의 흐름을 빠르게 회복할 수 있었다. 그녀의 꿈에는 어머니와 아들이 등장했다. "꿈속에서 그녀는 어머니와 아들을 바라본다. 어머니는 검은 옷을 입고 있고, 그녀는 그 소년이 죽었거나 곧 죽을 것이라고 느낀다. 슬픔은 전혀 없고, 대신 두 사람에 대한 은근한 적대감이 자리한다."

꿈을 분석하면서, A 부인은 꿈 속의 어머니와 아들이 사실 오빠의 학교 친구와 그의 어머니를 상징한다는 사실을 깨달았다. 그녀는 그 친구가 오빠와 경쟁하던 관계라는 기억과 함께 자신과 가족을 경멸하는 듯한 태도를 보였다는 것도 떠올렸다. 그녀는 오히려 그 친구를 미워함으로써, 가족에게 느끼는 감정을 잠시 다른 곳으로 옮겨놓는 방식의 방어 기제를 사용했음을 인식하게 되었다.

그러나 이러한 감정 전치는 진정한 해결책이 아니었다. 오히려 내면에서 오빠에 대한 시기심이 감정의 근본임을 알아차리게 되었고, 이는 더 나아가 어머니에 대한 시기심으로 이어졌다. 아들의 죽음 이후의 이 꿈을 깊이 분석하면서, A 부인은 꿈 속의 적대적인 인물이 결국 자신임을 깨달았다. 그녀는 오빠와 어머니에 대해 무의식적으로 경멸의 감정을 품고 있었으며, 이 감정은 과거 오빠가 죽었을 때의 경험과 아들을 잃은 현재의 슬픔이 연결된 것임을 알게 되었다.

자기 분석 과정을 통해, A 부인은 자신의 내면에 있는 '경멸', '통제', '승리감'으로 상징되는 조증적 상태를 인식했다. 그리고 살아 있는 자신이 죽은 아들보다 우월하다는 감정도 발견하게 되었다. 결국 그녀는 이러한 우월감이 상실의 아픔을 느끼지 않으려는 무의식적 방어임을 깨달았다. 이는 자신의 죽음을 인정하지 않으려는 인간 내면의 깊은 자기보호 본능에서 비롯된 것임을 이해하게 되었다.

A부인은 자신의 방어적인 태도를 자각할 수 있었기 때문에, 실존적 약함을 느끼지 않게 해주는 그 방어를 넘어 앞으로 나아갈 수 있었다. 조증적 방어를 내려놓으며, 그녀는 잃어버린 사랑하는 사람에게 진정한 사랑을 주고 다시 필요로 할 수 있는 심리적 상태에 도달할 수 있었다. 하지만 그녀의 마음은 여전히 죽은 아들과 과거에 잃었던 오빠와의 연결을 유지하고 있었다. 이런 연결에 대해 점점 더 자각하기 시작하면서, A부인은 자신의 비탄이 현재의 상실을 넘어 더 오래전, 더 근본적인 사랑의 상실에서 시작되었음을 깨달았다.

이 개인적인 경험을 통해, A부인은 애도란 우리 내면의 기억과 환상 속에서 분열되었지만 서로 연결된 사랑의 대상을 만나고, 그 복합적인 감정의 균집을 직면하는 과정임을 이해했다. 그녀는 자신 안의 공격성을 회피하지 않고 정직하게 마주했을 때 더 이상 그 공격성에 갇히지 않게 되었다. 사실, 그녀는 원래부터 사랑할 수 있는 능력을 가지고 있었지만, 상실의 고통과 방어 덕분에 잠시 가려져 있었다. 이제 그녀는 조증적 자기애에서 벗어나 실제로 상실한 대상을 사랑하는 마음으로 자유롭게 이동할 수 있게 되었다.

그러자 마음속에서 진정한 비탄과 후회가 일기 시작했다. 단순히 슬픔만이 아니라, 사랑하면서도 동시에 질투했던 이들에 대한 자신의 적대적 충동-마음속의 '죽이고 싶은' 충동-에 대한 후회의 고통까지도 겪게 되었다. A부인은, 아들이 죽었다는 사실을 인정했을 때 무의식 중에 자신이 아들보다 더 우월하다고 느껴 깊은 후회와 아픔을 느꼈다. 이 조증적 상태는 오빠와 어머니를 향한 오래된 경쟁심과 연결되어 있었으며, 그녀가 아들을 잃고 난 뒤에도 여전히 그런 경쟁심과 적대감이 반복되고 있음을 인식하게 되었다.

또한 이런 경쟁과 적대감은 실제로 죽은 아들과 다시 하나가 되고 싶어 하는 자신의 소망을 방어하기 위한 마음의 복잡한 전략이었다는 것도 깨달았다. 이 소망은 꿈속에서만 드러날 수 있었으며, 만약 현실에서 실행됐다면 결국 자신에게 파멸로 이어졌을 것임을 깨달았다.

앞선 꿈 이후, A 부인은 아들이 등장하는 또 다른 꿈을 꾸었다. 새 꿈에서 그녀는 아들과 함께 죽음의 땅으로 들어가고 있었지만, 자신의 조증 상태와 그 이면에 숨겨진

분노 및 상실을 정직하게 마주할 수 있었다. 덕분에 연상 작업을 통해 이 꿈의 의미를 이해하게 되었다.

이 꿈은 A 부인에게 중요한 내적 전환의 순간이었습니다. 그녀는 죽어서 아들과 하나가 되고 싶다는 유혹을 잠시 느꼈지만, 결국 계속 살아가기 위해 그와 자신을 분리하기로 결정했다. 이는 그녀가 상실한 대상을 온전히 떠나보내고, 다시 말해 아들의 죽음을 받아들이는 용기 있는 결단이었다. 그녀는 아들이 젊은 나이에 비극적으로 세상을 떠난 사실에 가슴 아팠지만, 이 고통스러운 작업을 해냈다.

A 부인은 자신이 사랑하는 대상을 떠나보내는 것과 내면의 적대적 충동을 의식적으로 인정하는 힘 사이에 깊은 연관이 있음을 깨달았다. 이러한 용기는 프로이트가 묘사한 멜랑콜리 환자, 즉 슬픔에 묶여 자기 파괴에 빠지는 사람에게는 없는 힘이었다.

프로이트는 애도 과정을 사랑했던 대상에 대한 집착적인 에너지를 점차 포기하는 고통스러운 과정으로 보았다. 프로이트에게 상실은 주로 욕구와 애착에 관한 문제였으며, 애도 과정에서 나타나는 분노나 공격성에 대해서는 크게 다루지 않았다.

그러나 프로이트가 언급한 멜랑콜리 환자는 내면에서 쌓인 분노와 공격성에 압도당한 나머지 이 감정을 자기 자신에게 돌려 파괴적이 되었고, 이로 인해 슬픔을 건강하게 흘려보내지 못하고 정신적으로 마비된 상태에 빠졌다.

클라인은 진정한 애도가 내면의 분노와 공격성을 인정하고 상실한 대상을 온전히 떠나보내는 용기에서 비롯된다고 보았던 반면, 프로이트는 집착을 놓는 과정만을 중요시했습니다.