

프로이트

<정체를 폭로하는 생각법>

인간 내면에 대해 신적 권위나 비합리적 설명에 의존하지 않고 직접 관찰하고 경험한 것을 근거로 설명하려고 함. 인간 내면의 복잡성을 어떠한 선입견이나 도덕적 가치 없이 이해하려고 함. 과학은 아름다움을 발견하는 것이 아니라 진실을 발견하는 것.

Jay) 프로이트는 인간의 행동과 경험을 과학적으로 설명하고자 했다. 프로이트에 따르면 인간정신에는 합리성과 비합리성이 함께 있다. 우리 내면에서 정신은 서로 충돌하기도 하고 합리적 이성이 이해하지 못하는 행동을 한다. 후회하지 않는 인간이란 없지 않은가? 프로이트는 이런 인간 내면을 과학의 연구 대상으로 삼고 기존 견해와 도덕적 편견 없이 연구했다. 철저하게 정상과 비정상에 대한 선입견 없이 정신을 탐구했다. 이것이 정체를 폭로하는 생각법이다. 자신의 이론을 모든 인과관계를 명확하게 설명할 수 있는 이론으로 주장한 것은 분명한 한계점이 있지만, 그를 통해서 비로소 인간 정신의 복잡성과 개별성을 이해할 수 있게 되었다. 나는 정신이 그 사람 자체는 아니라는 사실과 자신의 내면을 성찰하는 일이 얼마나 중요한가를 이해하게 된 것이 프로이트가 가장 크게 기여한 부분이라 생각한다.

논쟁적 인물 프로이트:

프로이트는 상반된 평가를 받는 인물이다. 근대정신을 열어 놓은 가장 중요한 인물이자 천재로, 반대로 잘못된 길로 들어선 정신의학자, 독재자, 사기꾼으로.

프로이트가 남긴 유산에 대해서는 다른 해석이 있다: 콤플렉스를 포함한 프로이트 이론에 대한 경험적 실증, 무의식 이해, 정신분석(정신에 대한 가장 핵심적이고 지적으로 만족스러운 관점이다). ↔ 프로이트의 주장은 과학이 아니라 기껏해야 예술에 불과하다.

저자는 프로이트가 “잠든 세계 깨우기”를 자신의 운명으로 여겼다고 본다. 정신분석은 시민사회의 모든 은폐, 가식, 정중한 핑계에 대한 가장 큰 적(그래서 프로이트 이론에 대한 반감이 생김).

-문명화된 인간이 자신을 더 이상은 정신적으로 건강하고 합리적이고 자제력이 있고 도덕적으로 고귀하다고 여길 수 없게 된 것. 정상인에게 숨어 있는 모든 심리적 장애를 드러냄.

-인간은 비합리적인 존재: 자신도 모르는 무의식적 충동에 좌우되지만 겉보기로는 냉철하고 철저하게 생각하고 결정을 내리는 것처럼 보이는 존재. 인간에게는 인간이 지배할 수 없는 음침하고 기이한 세계가 있다.

프로이트의 목표는 “맑은 정신으로 비합리성이라는 사탄과 싸우기”에 있었다.

*순결한 아이 신화의 붕괴, 건강한 아이가 아버지의 죽음을 소망할 수 있다는 것, 자식이 부모에게 에로틱한 감정을 품는다는 견해, 모든 인간은 기본적으로 변태 성향을 가지고 있고 또한 무의식적으로 살의를 품고 있다는 주장은 많은 사람이 그를 적대시하게 만들었다.

*내면의 분열은 문명의 대가: 문명은 인간의 소망을 금기로 선언하고, 심리 세계는 분열된다(강박). 문명이 요구하는 한계를 무시하고서는 살 수가 없지만 동시에 이런 식으로는 진정으로 자유로울 수 없다. 욕구는 사라지지 않고 무의식에 남아 있으며, 욕구 부정은 정신적, 정서적, 신체적 장애를 만든다.

프로이트 이론의 발견:

인간 마음의 모순을 발견함: 요제프 브로이어 Josef Breuer(경청의 치료 효과를 발견한 의사), 베르타 파펜하임이라는 젊은 여성 환자(안나 오)를 치료함. 그녀는 중병을 앓던 아버지가 사망한 후부터 통제가 불가능한 다른 두 인격이 발현되는 증상으로 고통받음 > 브로이어가 대화 치료를 함 > 중요한 기억과 감정의 분출, 증상 뒤에 숨어 있던 억눌려야 했던 감정과 충동의 잔여물이 밝혀 짐 > 정신이 짝 연상의 복잡한 그물 > 원치 않았던 연상을 의식적으로 할 때 이 그물이 느슨해지는 현상을 발견 > 히스테리 증상(“박사님의 아기가 지금 나오려고 해요.”) > 박사는 치료를 프로이트에게 맡김 > 충격적인 진실을 눈앞에 두고 프로이트는 인간 마음의 모순을 보게 된다.

*노이로제: 그리스어로 신경을 뜻하는 ‘neuro’에서 파생

1892년 자유연상기술의 형태를 갖추: 최면치료를 그만두고 자유로운 연상을 통해 환자의 숨겨진 충동을 분석하기 시작. 심층심리학의 출현

cf. ‘루시 R’이라 부른 환자: 눈에 띄는 증상으로 환자가 새까맣게 탄 푸딩 냄새에 쫓긴다고 인지. 푸딩 냄새가 나면 우울해 짐. 9주 만에 증상을 치료함 > 프로이트는 특정 냄새가 특정 감정을 불러일으키는 데에는 진짜 중요한 원인이 숨어 있다고 확신함(루시 R은 어느 부유한 홀아비의 아이들을 돌보는 가정교사로 일하던 중에 집주인을 사랑했지만 자신에게 관심 없는 집주인의 마음을 확인하고 떠나려고 결심했는데, 이는 진심으로 사랑했던 아이들과도 헤어진다. 걸 의미. 슬픈 상실을 고민하는 동안 푸딩이 타버린 경험을 함).

정체를 폭로하는 생각법:

피상적 사고로는 정신의 심연으로 들어갈 수 없다. 이성의 표면에 등장하는 것들만 진짜로 받아들인다. 지각할 수 있는 것만 존재한다고 믿는 엄격한 유물론적 접근법의 한계.

정체를 폭로하는 생각법은 눈에 보이지 않는 이면, 현상 뒤에 감춰진 면을 보려고 한다. (고고학자와 유사)

실제로 프로이트는 연구 과정을 매몰된 도시의 고고학적 발굴에 비유함. 억압 때문에 환자의 내면에 매몰된 도시가 생기지만, 환자는 폐허를 덮어버리기 위해 스스로 지은 그럴싸한 도시만 분석가에게 보여준다. 분석가는 정신의 고고학자가 되어야 한다. 프로이트는 열정적인 고고학 취미를 가지고 있었다.

“모든 환상 아래에 깊이 묻혔던, 나머지 모든 수수께끼들이 관련된 옛날 한 장면을 발견했다. (.....)그것은 마치 솔리만이 전설로만 알려졌던 트로이를 발굴한 것과 같았다.” (자신이 하는 정신분석을 하인리히 솔리만의 트로이의 발견에 비유)

-의식의 표면에 드러나는 것은 다른 것의 대리자이거나 위치에 불과: 공공연히 드러내는 생각, 감정, 행동방식은 세밀하게 해석해야 함.

*성적 흥분이 두려움으로 전이된 것(두려움은 억압된 성욕의 왜곡된 표현), 담배 중독은 자위를 대체한 것. 연필이 부러지는 꿈은 성기능 장애 혹은 성기능 장애에 대한 두려움을 상징한다. 정신의 우주는 모두 필연적이다(모든 사건들이 근원적 관련성의 그물에 속한 한 매듭에 불과하다. 다만 근원이 너무 멀리 떨어져 있고 그 수치가 아주 크고 그 상호작용이 너무 복잡적이어서 그것 자체만으로 설명하기 힘든 것)

-정체를 폭로하는 생각법만이 매몰된 도시에 대한 순간적인 단서를 알아차릴 수 있다(정신의 섬세함과 복잡함에 감탄).

자유연상을 통한 사고실험: 도시명, 신체부위, 혹은 자연현상 등 아무 대상을 정한 다음 그 대상과 관련된 느낌, 감정, 이미지, 생각 등이 자유롭게 떠오르도록 그대로 둔다. 어차구니없어도 개입하지 말라. “이것은 내게 무엇을 상기시키는가?”를 질문하라. 연상이 계속해서 꼬리에 꼬리를 무는 것을 확인할 수 있다-연상 그물. 무의식적으로 연상그물이 짜진다.

모든 인간이 카펫 밑으로 얼마나 많은 먼지를 쓸어 넣어 숨기는지 알게 된다면, ‘모르는 게 약’이라는 속담을 인정하게 된다.

자신을 분석하는 프로이트:

자기 자신에 대한 철저한 점검(30대까지의 모든 기억, 숨겨진 욕구와 감정의 파편들을 상세하게 분석함)

*부친 사망(1896) 시점, 자신의 애도 과정을 분석: 유가족이 애도를 통해 죄책감을 씻는다는 사실 인식.

*자신의 꿈, 기억, 실언, 맞춤법 오류, 잊고 있던 시의 구절이나 환자 이름을 수집하고 자유연상을 함. 어느 날 멘토가 성기를 잘라내라고 지시하는 꿈을 꾸다 > 1897년, 굉장한 것이 모습을 드러냄. “내 생각에 나는 번데기 안에 있었던 것 같다. 그 안에서 어떤 짐승이 기어 나올지는 신만이 안다.” > 이성의 억압이 사라졌고 유년시절의 기억에서 자신을 찾았으며, 금지된 욕구들이 범람했다. 생각이 순식간에 연결 고리들을 만들어 내는 동안 그는 강제로 끌려 다니며 과거 전체를 관통하는 기분을 느낀다.

-정신분석에 관한 많은 아이디어: 어린 시절 어머니에 대한 사랑과 아버지에 대한 질투(오이디푸스 콤플렉스). 무의식적인 죄책감과 꿈에서 발생하는 복잡한 메커니즘 같은 보편적 원리들을 발견함.

*꿈은 무의식으로 가는 지름길: 꿈은 무의식 세계의 가장 깊은 층에서 발생하는 것 같다. 꿈은 중요한 정신적 구조를 드러낸다. 꿈을 이해하려면 꿈의 언어를 사용해야 한다(꿈이 뒤죽박죽인 것처럼 보이지만, 꿈에는 감춰진 질서와 규칙이 있다. 꿈에 숨어 있는 생각과 한 가지 꿈에 분산되어 있는 내용들을 한자리에 모아야 한다. 해석가는 한 가지 일이 두 가지 다른 언어로, 즉 두 가지 버전으로 표현됨을 알고, 두 버전을 같은 내용으로 다뤄야 한다).

*정체 폭로: 표면에 등장하는 모든 것은 더 깊은 연관성을 상징적으로 나타내고, 꿈에서는 생각이 상징으로 등장하고 추상적 관념이 구체적 장면으로 표현된다. 각각의 상징을 음절 혹은 낱말로 대체하자 ‘들이 말을 하기 시작했고’ 꿈이 명확한 메시지 전달자로 나타난다.

*꿈의 해석은 매우 어렵다. 꿈은 인간이 완전히 풀 수 없는 수수께끼.

매일의 실언과 어이없는 농담, 실수, 까먹기 등은 정신의 먼 영역(욕구나 두려움)을 이해하는 실마리

정체를 폭로하는 생각법에서는 우연처럼 보이는 모든 것이 더 깊은 정신의 질서로 이끄는 통로다: 해명하기 어렵고 근거도 없어 보이는 사건들에 대한 과학적 관찰을 함.

비합리적 합리성:

프로이트가 발견한 인간 존재의 비합리성에 대해서는 최신 연구들도 이를 확인하고 있다. 의식적이고 자율적으로 고유한 판단과 결정을 내리는 인간이라는 주체적 자아상을 훼손하는 연구들.

-인간은 무의식적 느낌에 의해 종종 판단을 내린다(대니얼 카너먼의 연구 등). 근거를 물으면 뒤늦게 근거를 찾아낸다. 진짜 근원과 나중에 근원이라고 제시하는 것은 전혀 무관할 때가 많다. 깊은 감정과 나쁜 기억 등.

고유한 것이라고 확신하는 견해와 신념은 무의식적이고 통제되지 않은 욕구와 두려움의 결과일 수 있다.

*카너먼: 유기가 흐르는 식료품, 선홍색 욕류, 원자력, 문신, 오토바이 같은 사물의 장점과 위험을 감정에 기대어 가늠한다. 판단하는 이성은 무의식적 감정을 비평하기보다는 오히려 그것을 수호한다. 이미 믿고 있는 것과 맞는 정보와 주장만을 찾는다. 어떤 것과 감정적 끈이 연결되면 먼저 결론을 내리고 그다음 그것에 맞는 주장을 기대한다.

*피상적 사고: 표면에 드러난 것만 진짜로 여긴다. 어떤 사람이 특정 원인으로 화가 났다고 말하면 그대로 믿고, 우리가 어떤 주장을 하면 상대방도 똑같이 그렇게 믿어 주길 기대한다. 비합리적 체계에서 생긴 불화는 합리적 설득을 해소할 수 없다. 무의식적인 동기에서 불화가 생길수록 더 격양된 감정적 반응을 일으킨다.

인간은 생각하는 존재라기 보다는 감정주의자:

먼저 대상에 대해 감정을 갖고 그다음에야 그것에 대해 깊이 생각한다.

-마음의 지층: 맨 아래 지층-본능과 느낌/ 중간층- 감정 / 가장 위층-생각

-지각은 본능-감정-생각의 순서대로 반응한다. 본능이 제일 먼저 반응하지만 종종 합리적 가면을 쓴다(비합리적인 느낌과 감정을 생각이 정당화시킴)

-첫눈에 누군가를 보고 거부감이 들 때, 이것은 그 사람이 한 행동 때문이 아니지만, 거부감에 그럴싸한 해명을 한다. 첫 번째 판단을 승인하는 다른 증거를 모색한다 > 의견이 바뀌는 일은 쉽게 생기지 않는다.

교훈: 판단에 은밀하게 영향을 미치는 비합리적 생각을 인식하는 것

자신의 견해를 논리적으로 정당화할 때, 토론에서 폭력 충동이나 에로틱한 장면 같은 ‘야만적 욕구’를 감추려고 애쓰는 순간, 감추고 싶은 강한 긴장이 느껴질 때(원시적 충동이 긴장으로 위장한 것)

비합리성을 더는 부정하지 않고 인정한다. 합리적 인간이라는 자아상을 극복한다.

합리적인 생각이 아주 우아하게 고안해 내는 이야기에 대한 건강한 의심.

자아상에 대해: 자아는 무한히 깊은 대양과 같다. 의식은 무의식의 심연에서 벌어진 거대한 움직임 때문에 생긴 수면 위의 파도와 같은 것이다. “무의식은 가장 아래층에서 일한다.”

인간의 심리는 고유한 법칙과 질서를 따른다: 무의식의 구조와 역학이 있다.

의식의 층 - 전의식의 층 - 무의식의 층

성적충동, 자아, 초자아 사이의 갈등을 설명하려고 함.

심리를 과학적으로 이해 가능한 체계로 본다면, 심리에도 새로운 질서를 부여할 수 있다(혼돈의 심리를 이해하면 심리를 조정할 수 있다-자기 통제)

자신에 대한 명확한 이해: ‘내면의 집’을 충분히 명확하게 살피면, 거실, 창고, 지하실을 갖춘 ‘외면의 집’처럼 선명하게 눈에 보일 것이고, 그러면 내면의 집을 깔끔하게 정돈할 수 있을 것이다. 정돈된 내적 질서는 억압의 결과가 아니라 완전한 자기 이해의 당연한 결과다. 즉 내적 혼돈을 이해하면 그것을 더는 두려워할 필요가 없다.

*프로이트가 추구한 것은 자아 정복: 승화를 통한 극복(성적 충동을 창의성과 지적 열망과 밖으로 변화시키는 본능적 정화). 정체를 폭로하는 생각법의 결과는 깊이 도달하는 질서를 통한 자기 통제에 있다.

**프로이트는 자기 연민 없이 존엄하게 죽음을 맞이했다.

집을 정돈하지만 내면의 집은 정돈되어 있는가?

목적을 이루지 못한 채 떠다니는 생각, 불필요하고 무의미한 생각에 따른 무의미한 정신활동에서 자유로워진다면 이성 어떻게 기능할까? 훨씬 더 명확하게 생각하고 결정할 수 있다.

-어떤 생각이 불필요한 집인지를 식별하는 감각과 주의력을 높임, 과잉행동의 원인을 분별하도록 도움.

***인간은 스스로 생각하는 것보다 자기 자신에 대해 훨씬 적게 안다.**