

研究論文

한국인의 정서적 지혜 - 한의 삭힘 -

고 영 건(제1저자)* · 김 진 영(교신저자)**

I. 머리말	IV. 한과 정서의 지혜
II. 한에 관한 다양한 이론적 접근들	V. 한을 정서적 지혜로 정의하는 것의 이점
III. 정서와 지혜	VI. 맺는말

I. 머리말

한(恨)은 한국인의 심리적 구조에서 가장 핵심적인 개념 중 하나라고 할 수 있다.1) 최상진²⁾은 문학평론가와 사회학자 그리고 문화인류학자들이 한에 관해 분석한 결과들 및 대학생들이 한에 관한 문화적 표상을 보고한 내용을 소개하면서, 한이 억울함, 원망, 답답함, 무기력, 후회스러움, 고통, 서러움, 슬픔, 체념 등의 복합적인 감정을 포함하고 있다고 제안하였다. ‘恨’이라는 한자어 자체는 한국과 중국 그리고 일본이 모두 공유하고 있지만, 한국인의 한은 그러한 한자어의 의미를 뛰어넘는 개념이라고 할 수 있다.3)

* 예일대학교 심리학과 박사후연구원 임상심리학 전공

** 예일대학교 심리학과 박사후연구원 임상심리학 전공

1) 김열규, 「한국인의 원한론: 그 이야기의 정체」, 『코리아안 이마고』(인간사랑, 1998), 27~39쪽

2) 최상진, 「‘한’의 사회심리학적 개념화 시도」, 『한국심리학회 연차학술발표대회 논문 초록』(1991), 348쪽.

비록 한이 한국인의 심리를 대표하는 개념 중 하나라고 하더라도, 구체적으로 한을 심리학적으로 개념화하는 작업은 결코 쉽지 않다. 왜냐하면, 한은 개인의 심리적인 체험인 동시에 공동체적인 체험이고, 좌절된 욕구나 소망을 의미하기도 하지만 새로운 구조를 낳는 힘이기도 하며, 과거의 체험이면서도 미래의 삶을 열어 주는 힘을 의미하기 때문이다.⁴⁾ 이처럼 한이라는 단어가 포함하고 있는 언어적 다의성(多義性) 때문에 한에 관한 다양한 논의들이 용어의 개념 정립에서부터 무정부 상태라 해도 좋을 정도의 혼란을 보이고 있을 뿐만 아니라 토의의 기반조차 설정하기가 어려운 실정이라고 할 수 있다.⁵⁾

한을 개념화할 때 문제가 되는 것 중 하나는 한을 정서로 규정할 것인지 아니면 정서 그 이상의 의미를 갖는 것으로 정의를 내릴 것인지 여부를 결정하는 일이라고 할 수 있다. 한이 다양한 감정들을 복합적으로 내포하고 있는 것은 틀림없지만, 한을 단순히 정서로만 한정짓기는 어려울 것으로 보인다.⁶⁾ 만약 한을 정서로만 개념화한다면, 그것은 한을 형상화하는 것으로 알려진 “견잡을 수 없는 슬픔의 힘을 옮겨서 새 희망의 정수막이에 들어부었습니다”⁷⁾라는 문장에서 ‘슬픔’이라는 단어 하나만을 분리해내어 그것이 바로 한을 의미한다고 해석하는 것이나 마찬가지라고 할 수 있다. 이러한 문제의식에 기초하여 김종주⁸⁾, 천이두⁹⁾, 그리고 고영건 및 그의 동료들¹⁰⁾은 한이 한국인의 고유한 정서인 동시에 지혜가 될 수 있다고 제시한 바 있다. 하지만 이러한 연구들은 선언적인 의미에서 한이 정서인 동시에 민족의 지혜가 될 수 있다고 주장했을 뿐, 그러한 정의가 논리적으로 타당성을 인정받을 수 있는 지 여부에 관한 검토는 이루어지지 않았다.

따라서 본 연구에서는 한을 정서적 지혜로 개념화하는 것의 타당성에 관해 살

3) 민성길, 「화병(火病)과 한(恨)」, 『대한의학협회지』, 제34권 11호(1991), 1189~1198쪽.

4) 한완상 외, 「한에 대한 민중사회학적 시론」, 『현대자본주의와 공동체이론』(한길사, 1988), 253-290쪽.

5) 천이두, 「한(恨)의 미학적 윤리적 위상: 그 개념정립을 위한 시론」, 『한국문화와 한』(이우출판사 1985), 8-9쪽.

6) 안신호, 「한: 한국인의 부정 감정?」, 『심리과학』, 제6권 2호(1997), 61-74쪽.

7) 임문혁, 「한용운(韓龍雲) 시(詩) 은유의 특질」, 『국제어문』, 17권(1996), 133쪽에서 재인용.

8) 김종주, 「한(恨)의 정신분석」, 『코리안 이마고』(인간사랑 1998), 101-104쪽.

9) 천이두, 앞의 논문, 28쪽.

10) Ko, Younggun, et. al., “Sakhim of Han as a mature suppression: Implications for cancer patients’ emotional coping,” *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 9, 2004, p. 1004.

펴본 후에 그러한 정의가 한에 관한 심리학적인 이해 그리고 정신 건강 문제에 어떠한 기여를 할 수 있는 지를 논의해 보고자 한다.

II. 한에 관한 다양한 이론적 접근들

한을 개념화한 기존의 연구들은 크게 세 가지로 구분할 수 있다. 바로 인문학적 접근, 심리학적인 접근 그리고 정신의학적인 접근이 거기에 해당된다. 이 중에서 본 연구에서 채택하고자 하는 분석법은 심리학적인 접근이다. 본격적인 분석에 들어가기에 앞서, 한에 관한 지금까지의 연구 결과들에서 심리학적인 접근이 다른 접근들과 어떤 차이점이 있는 지를 살펴보는 것은 본 연구에서 분석의 방향을 결정하는 데 유용하게 참고할 수 있는 지침을 얻을 수 있을 것으로 기대된다.

1. 한에 관한 세 가지 이론적 접근들

인문학적인 접근에서는 다른 접근들에 비해 상대적으로 한이 한국인의 보편적인 체험이라는 점을 특히 강조하지만, 그 구체적인 의미 면에서는 한을 원한(怨恨)과 같은 개념으로 보는 입장과 그 둘이 서로 다른 개념이라고 보는 입장으로 재분류할 수 있다. 원한과 상통한다고 보는 견해에서는 한이라는 문화적 현상에서 ‘역사적으로 사회화된 고통’¹¹⁾이라는 측면을 강조한다. 하지만 한에 관한 인문학적인 접근에서는 원한과 같은 부정적인 측면 보다는 적응에 기여하는 긍정적인 특성을 강조하는 견해가 상대적으로 더 많은 것으로 보인다. 예를 들면, 한을 ‘민족의 멋과 슬기’¹²⁾ ‘심리적인 고통이 삶의 집념으로 승화되어 삶을 계속 이어가도록 하는 힘’¹³⁾ ‘삶의 상승을 가져오는 삭혀진 아픔’¹⁴⁾ 등으로 보는 입장들이 여기에 해당된다.

11) 김열규, 앞의 논문, 39쪽

12) 천이두, 앞의 논문, 28쪽

13) 한완상 외, 앞의 논문, 253~290쪽.

14) 이청준, 「삶의 과정으로서의 한(恨)」, 『코리안 이마고』(인간사랑, 1998), 22쪽.

한에 관한 심리학적인 연구들에서는 한을 ‘통제 불가능한 사건에 의해 유발되는 정서·정동·인지·성격의 복합체,’¹⁵⁾ ‘슬픔과 체념의 심리상태’¹⁶⁾ ‘부적 정서의 승화,’¹⁷⁾ ‘성숙한 정서적 대처기체로서의 억제’¹⁸⁾ 등으로 개념화해 왔다. 심리학적인 접근에서는 한에 관한 부정적인 특성을 강조하는 입장과 긍정적인 특성을 강조하는 입장 그리고 한이 한국인의 보편적인 체험이라고 보는 입장¹⁹⁾과 특수한 사람들에게서만 나타난다고 보는 입장²⁰⁾이 팽팽하게 맞서고 있다.

정신의학적인 접근에서는 ‘비에(悲哀)의 감정’²¹⁾ ‘한국인의 억압된 콤플렉스,’²²⁾ ‘불완전한 억제의 방어기제’²³⁾ ‘화병의 원인인 동시에 치유책’²⁴⁾ 등으로 한을 개념화해 왔다. 다른 접근들에 비해 정신의학적인 접근에서는 상대적으로 한의 부정적인 특성이 더 부각되는 경향이 있는 것으로 보인다. 이처럼 정신의학적인 접근들에서 상대적으로 한의 부정적인 특성이 강조되는 주요한 이유는 그러한 연구들에서는 주로 화병(火病) 환자들을 대상으로 연구가 많이 진행되었기 때문으로 생각된다. 따라서 정신의학적인 접근에서는 한이 한국인의 보편적인 체험이라기보다는 화병 환자와 같은 특수한 집단에게서 더 흔하게 발견된다고 보는 경향이 있는 것으로 보인다.

2. 세 가지 이론적인 접근들의 비교

지금까지 소개한 한에 관한 이론들은 한이라는 심리적인 현상에 관해 저마다 나름대로 의미 있는 분석을 하고 있기 때문에 그 고유한 가치를 인정받을 수 있

15) 최상진, 앞의 논문(1991), 345 쪽

16) 안신호, 앞의 논문, 66 쪽

17) 조궁호, 「문화유형과 정서의 차이: 한국인의 정서이해를 위한 시론」, 『심리과학』, 제6권 2호(1997), 26 쪽.

18) Ko, Younggun, *et. al., op. cit.*, pp. 1010-1011.

19) *Ibid.*, pp. 1010-1011.

20) 안신호, 앞의 논문, 68 쪽

21) 김종은, 「소월에 관한 병적학(病跡學)」, 『문학사상』, 5 월호(1974), 200-216 쪽

22) 이규동, 「한을 희석·표백하려는 정신역동」, 『동서문학』, 8월호(1978); 김종주, 「한(恨)의 정신분석」, 75쪽에서 재인용.

23) 민성길, 앞의 논문, 1195 쪽

24) 김종주, 앞의 논문, 101~104 쪽.

다. 하지만 다음의 세 가지 기준을 적용해 보면 각 이론적 접근들의 장·단점을 서로 비교하는 것 역시 가능할 수 있다. 그 세 가지 기준은 긍정적인 특성을 강조하는 정도와 한을 한국인의 보편적인 체험으로 인정하는 지 여부 그리고 방법론적인 엄밀성이다.

이러한 기준을 통해 세 가지 이론적 접근들 간 비교를 진행했을 때, 어느 한 접근에서 장점 혹은 단점이 발견된다고 하더라도 다른 접근들에서 무조건적으로 그러한 장점을 수용하거나 단점을 배척할 필요는 없을 것으로 보인다. 왜냐하면 기본적으로 이 세 가지 이론적 접근들은 각 영역의 학문적인 필요성에 근거하여 연구되어 온 것이며 한에 대한 다층적인 표상을 구축하기 위한 목적에서 통합적으로 활용하는 것이 바람직할 것이기 때문이다. 하지만 학제 간 연구의 틀 속에서 다양한 학문이 발전적으로 성장하기 위해서는 단순히 각자의 길만을 묵묵히 걸어가는 것만이 정도일 수 있는 것이 아니라, 타 학문의 장점을 벤치마킹(benchmarking) 하기 위해 적극적인 노력을 기울이는 것도 중요하게 고려할 필요가 있는 것으로 생각된다. 이런 맥락에서 세 가지 이론적인 접근들을 비교했을 때 다음과 같은 결과가 나타났다.

첫째, 긍정적인 특성을 강조하는 정도 면에서 인문학적인 접근은 한의 긍정적인 특성을 두드러지게 강조하고 있는 반면에 정신의학적 접근에서는 한의 부정적인 특성을 상대적으로 더 강조하고 있는 것으로 보인다. 이런 점에서 심리학적인 접근은 정신의학적인 접근에 비해서는 한의 긍정적인 특성을 더 강조하지만 인문학적인 접근에 비해서는 한의 부정적인 특성을 상대적으로 더 강조하는 경향이 있는 것으로 보인다.

둘째, 어떤 사람들이 한을 경험하는가라는 질문과 관련해서 인문학적인 접근에서는 공통적으로 한이 특수한 일을 겪은 사람들에게만 의미 있는 것이 아니라 한국인이라면 누구에게나 보편적인 가치를 지닐 수 있다는 점을 강조한다. 반면에 심리학과 정신의학적인 접근들에서는 한이 한국인들에게서 나타나는 특징적인 정서적 체험임을 인정하지만 한국인의 보편적인 체험이라기보다는 상대적으로 특수한 비극적 사건을 겪게 된 일부 사람들에게서 나타나는 현상으로 간주하는 경향이 있다. 심리학과 정신의학적인 접근들에서는 상대적으로 한의 부정적인 특성을 강조하는 경향이 있기 때문에 자연스럽게 그러한 특성이 부정적인 사건을 겪은 특수

한 사람들에게서 주로 나타나게 된다고 이해하게 된 것으로 보인다.

셋째, 정신의학적 접근과 심리학적인 접근에서는 경험적인 연구 방법론에 기초하여 객관적이고 구체적인 용어들을 사용하는 반면에 인문학적인 접근에서는 상대적으로 주관적이고 추상적인 용어들이 많이 사용되는 경향이 있는 것으로 보인다. 예를 들면, 심리학과 정신의학적인 접근에서는 “방어기제”²⁵⁾ 또는 “억제(suppression)”²⁶⁾ 등과 같은 전문적으로 정의된 용어들을 주로 쓰는 반면에 인문학적인 접근에서는 “삶의 상승을 가져오는 것”²⁷⁾ 혹은 “슬픔을 슬픔으로써 초월하는 장치”²⁸⁾ 라는 표현들처럼 해석적인 모호성이 남겨져 있는 용어들이 자주 발견되는 경향이 있다.

3. 심리학적인 접근을 위한 두 가지 시사점

세 가지 이론적 접근들을 비교해 본 결과, 한에 관한 심리학적인 접근이 편향된 방향으로 나가지 않고 다양한 학문적 접근들의 장·단점들을 균형 잡은 형태로 수용하기 위해서는 다음의 두 가지 면을 고려할 필요가 있을 것으로 생각된다. 그 두 가지 측면은 한이 한국인의 보편적인 특성일 수 있는 지 여부에 대한 심리학적인 검토가 필요하다는 점과 한의 긍정적 특성에 보다 주의를 기울일 필요가 있다는 점이다.

1) 한을 한국인의 보편적인 경험으로서 확립할 필요성

지금까지 심리학이 경험과학으로서 “심리학적인 사실”²⁹⁾을 강조해 오다 보니, 경험적인 연구들을 통해 발견된 심리학적인 사실들 사이에 존재하는 개념적 모순들에 대한 논리적인 검토가 상대적으로 소홀해지는 경향이 있었던 것으로 보인다. 특히 한에 관한 기존의 심리학적인 이론들은 일종의 심리학적인 사실로서 한국인

25) 민성길, 앞의 논문, 1195쪽

26) Ko, Younggun, *et. al., op. cit.*, pp. 1010-1011.

27) 이청준, 앞의 논문, 22쪽

28) 천이두, 앞의 논문, 29쪽

29) Sternberg, R. J., *Wisdom, intelligence, and creativity synthesized*, New York: Cambridge University Press, 2003, p. 148.

들이 한을 민족의 보편적인 경험으로 수용하고 있는 점을 반복적으로 확인할 수 있었으면서도 그러한 결과가 한국인의 삶에 어떤 방향성을 제시해 줄 수 있는가 하는 문제에 대해서는 논리적인 검토를 진행하지 못했던 것으로 보인다.

예를 들면, 최상진³⁰⁾은 153명의 대학생들을 대상으로 한에 관한 문화적인 표상을 조사하였고 이 대학생들이 응답한 내용에 기초해서 한이 한국인의 대표적인 심리적 특성으로 규정될 수 있다고 결론 내렸다. 그런데 흥미로운 점은 이 대학생들이 정작 자신은 한을 경험한 적이 없다고 대답했다는 점이다. 이처럼 연구에 참여한 대학생들 중 거의 대부분이 한을 체험한 적이 없다고 응답했음에도 불구하고 연구자는 그들이 한에 관한 고정된 사회적 표상을 공유하고 있었던 점을 근거로 한이 한국인들에게 보편적으로 체험되는 것은 아닐 지라도, 한국인에게서 고유하게 발견되는 심리적인 특성일 수는 있다고 주장하였다.

이희경³¹⁾이 대학생 40명에게 한이 한국인의 보편적인 체험에 해당되는 지 여부를 질문했을 때, 그들 중 81%는 ‘그렇다’라고 응답하였다. 이러한 결과는 최상진의 연구에서 누락된 부분에 대한 추가적인 정보를 제공해 줄 수 있는 것으로 생각된다. 하지만 그렇다 하더라도 여전히 미해결된 문제는 남아 있는 것으로 보인다. 최상진의 연구에서 나타난 것처럼, 대학생들 자신은 정작 한을 경험하지 않는데 어떻게 이희경의 연구에서 드러나는 것처럼, 한이 한국인의 보편적인 정서가 될 수 있는 것일까? 이러한 문제에 대한 해결책 중 하나는 한국인이 한을 보편적으로 체험하기 때문이 아니라 한국인이면 누구나 그러한 정서를 쉽게 이해할 수 있기 때문에 한이 한국인의 보편적인 정서가 될 수 있다고 해석하는 것이다. 하지만 이희경의 연구에 참여한 대학생들의 61%가 한국인은 누구나 조금씩은 한을 가지고 있다고 응답했던 점을 고려해 보면, 한은 대다수의 한국인이 단순히 인식하기만 하는 데서 그치는 것이 아니라 실제로 한국인에게서 보편적으로 나타나는 문화적인 체험이라고 보는 시각이 현실을 더 정확하게 반영하는 것으로 생각된다.

이런 맥락에서 앞서 제시했던 한에 관한 심리학적인 이론들은 한의 선행 조건으로 ‘특수한 비극적인 사건’을 체험하는 것을 지나치게 강조하는 경향이 있는 것

30) 최상진, 앞의 논문(1991), 349 쪽

31) 이희경, 「한국인의 사회심리와 한(恨)의 개념 I」, 『한국사회심리학회 월례회 발표 초록』(1996. 9. 18. 서울대학교), 1~30 쪽

으로 보인다. 이처럼 한이 특별한 사건을 체험하는 경우에만 나타난다는 식으로 가정할 경우, 그러한 한은 특수한 한국인에게서 나타나는 특징이 될 것이고 그 때의 한을 한국인의 보편적인 특성으로 간주하기는 어려울 것으로 보인다. 제아무리 특수한 사례의 빈도수가 늘어난다 하더라도 특수한 것은 특수한 것일 뿐 결코 보편적인 것이 될 수는 없기 때문이다. 따라서 한을 한국인의 삶에서 보편적인 가치를 인정받을 수 있는 형태로 개념화하기 위해서는 외적인 사건보다는 내부의 심리적인 사건 자체에 더 큰 주의를 기울일 필요가 있을 것이다. 이런 맥락에서 이청준이 「서편제」³²⁾에서 한에 관해 기술한 다음의 내용은 한에 관한 심리학적인 개념화를 하는데 매우 유용한 참고자료가 될 수 있을 것으로 기대된다.

사람의 한이라는 것이 그렇게 심어 주려 해서 심어 줄 수 있는 것이 아닌 걸세. 사람의 한이라는 건 그런 식으로 누구한테 받아 지닐 수 있는 것이 아니라, 인생살이 한평생을 살아가면서 긴긴 세월 동안 먼지처럼 쌓여 생기는 것이라네. 어떤 사람들한테는 외려 사는 것이 바로 한을 쌓는 일이고 한을 쌓는 것이 바로 사는 것이 되듯 말이네...

2) 긍정적인 특성을 강조할 필요성

비록 심리학적인 접근이 정신의학적인 접근에 비해 한의 부정적인 특성을 덜 강조해 왔을 지라도, 인문학적인 접근에 비해서는 상대적으로 한의 긍정적인 특성을 덜 강조하고 있는 점은 한에 관한 기존의 심리학적인 개념들을 긍정적 심리학(positive psychology)의 관점에서 재정의 하려는 노력이 필요하다는 점을 시사해 준다. 21 세기를 맞이하는 시점에서 미국의 심리학회도 심리학이 나아가야 할 방향의 하나로써 긍정적 심리학이라는 목표를 제시한 바 있다.³³⁾ 긍정적 심리학에서는 심리학자들이 분석의 초점을 인간의 부정적인 특성이 아닌 긍정적인 특성에 두어야 한다고 주장한다.³⁴⁾ 한국에서도 『심리학회보』에서 긍정적 심리학이라는 제목의

32) 이청준, 「서편제」 『잃어버린 말을 찾아서』(문학과 지성사, 1981); 김종주, 앞의 논문 74 쪽에서 재인용

33) Seligman, M. E. P., et. al., "Positive psychology: An introduction," *American Psychologist*, Vol. 55, 2000, pp. 5~14.

34) Seligman, M. E. P., "Positive psychology, positive prevention, and positive therapy," *Handbook of positive psychology*, New York: Oxford University Press, 2002, pp. 3~12.

기획시리즈가 소개된 바 있다.³⁵⁾ 이런 맥락에서 한에 관한 심리학적 연구에서도 한의 부정적인 특성 보다는 긍정적인 특성에 지금보다 더 주목할 필요가 있을 것으로 보인다.

기존의 심리학적인 이론들에서는 한을 유발하는 상황의 불가항력적인 측면을 지나치게 강조하기 때문에 한을 유발하는 사건과 그러한 사건이 해결된 상태를 기술하는 과정에서 모순되는 표현이 등장하거나 아니면 속명론과 유사한 주장을 하는 오류를 범하는 경향이 있었다. 예를 들면, 한 연구에서는 恨을 “불가항력적인 좌절 상황에 순응한(혹은 잘 대처한 후의) 감정이다”³⁶⁾라고 정의하였다. 만약 한이 ‘불가항력적인 좌절 상황에서 발생하는 것이라면 그러한 상황에 잘 대처한다는 것은 과연 무엇을 의미하는 것인가? 한을 이렇게 정의할 경우, 논리적인 모순에 빠지지 않기 위해서는 자연스럽게 한의 경험에서 문제 상황에 순응적으로 대처하는 수동적인 과정을 강조할 수밖에 없을 것으로 보인다.

마치 뱃사공이 물살을 거스르려 하기 보다는 물결의 흐름에 배를 맡기듯이 노를 젓는 것처럼, 개인의 삶에서 극심한 스트레스를 유발하는 외부의 사건에 순응적으로 대처하는 것이 한에서 중요한 측면인 것은 분명해 보인다. 하지만 「서편제」에서 소개되는 것처럼, 한에서는 인생행로를 단번에 뒤집어 놓는 일회적인 사건 보다는 긴긴 세월동안 먼지처럼 쌓여가는 삶의 경험들이 더 중요하다는 점을 간과해서는 안 될 것이다.

III. 정서와 지혜

만약 한을 정서인 동시에 지혜인 것으로, 즉 정서적인 지혜로 정의하는 것이 타당성을 인정받을 수 있다면, 그러한 접근은 지금까지 한에 관한 기존의 심리학 이론들이 안고 있던 두 가지 문제점을 해결해 줄 수 있을 것으로 생각된다. 첫째, 지혜는 긍정적 심리학에서 다루는 주요한 주제 중 하나라는 점이다.³⁷⁾ 둘째, 지혜는

35) 김정호, 「복지와 복지정서의 환경: 행동 목록(기획시리즈-4: 긍정적 심리학)」, 『심리학회보』, 제 118호(2002), 34~38 쪽

36) 안신호, 앞의 논문, 68 쪽

발달적인 변화를 포함하고 있는 개념³⁸⁾이기 때문에 특수한 비극적인 사건보다는 심리적인 세계의 성숙이라는 측면에 초점을 맞추는 것을 가능하도록 해준다는 점이다.

하지만 한을 정서적 지혜로 개념화하는 것의 유용성을 인정받기 위해서는 무엇보다도 정서 그 자체가 바로 지혜가 될 수 있다는 주장이 과연 논리적으로 타당할 수 있는 것인지에 대한 의문이 먼저 해소될 수 있어야 한다. 이러한 맥락에서 먼저 정서와 지혜의 관계에 관한 논의부터 살펴해보도록 하겠다.

1. 정서와 인지

1980년대 이후로 정서와 인지의 관계를 심리학적으로 조망하는 작업이 활발하게 이루어져 왔으며 이러한 연구 영역을 일반적으로 “인지와 감정(cognition and affect)”³⁹⁾이라고 부른다. 비록 감정이 항상 사람을 지적으로 더 영리하게 만들어주는 것은 아니라 할지라도 감정은 다양한 형태로 인지적인 과정에 영향을 줄 수 있다. 이자드(Carroll Izard)에 따르면, 즐거운 사람은 세상을 장밋빛으로 바라보는 경향이 있으며 공포를 경험하는 사람은 세상을 바라보는 시야가 좁아질 뿐만 아니라 두려움을 유발하는 대상에 대해서만 몰두하게 되는 경향이 있다.⁴⁰⁾ 이러한 기분 편중 효과를 “기분 일치 판단(mood-congruent judgment)”⁴¹⁾이라고 부른다.

2. 정서와 지능

세계 최초로 정서지능(Emotional Intelligence)의 개념을 이론화한 셀로베이(Peter Salovey)와 메이어(John Mayer)⁴²⁾에 따르면, 정서지능은 정서를 적응적인

37) Seligman, M. E. P., *et. al.*, *op. cit.* (2000), p. 5.

38) Erikson, E. H., *Insight and responsibility: Lectures on the ethical implications of psychoanalytic insight*, New York: W. W. Norton and Company, 1964, p. 133.

39) Mayer, J. D., *et. al.*, “What is Emotional Intelligence,” *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*, New York: Basic Books, 1997, p. 5.

40) Izard, C. E., *The psychology of emotions*, New York: Plenum Press, 1991, pp. 23~25.

41) Mayer, J. D., *et. al.*, “Mood-congruent judgment is a general effect,” *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 1992, pp. 119~132.

42) Salovey, P., *et. al.*, “The positive psychology of emotional intelligence,” *Handbook of positive*

목적으로 활용하는 능력을 의미한다. 1996년에 셀로베이 교수가 방한하여 강연을 하고 골먼(Daniel Goleman)의 저서, 『정서지능(EQ)』이 베스트셀러가 되면서, 정서지능은 학계뿐만 아니라 우리 사회의 일반 대중에게까지도 매우 친숙한 개념으로 자리 잡았다.

이처럼 정서가 그 자체로서 높은 차원의 지능일 수 있다고 보는 시각은 다윈(Charles Darwin)⁴³⁾으로부터 유래한 것이라고 할 수 있다. 그는 정서를 지능적으로 볼 수 있는 두 가지 이유를 다음과 같이 제시하였다. 첫째, 정서는 어떤 특정 상황에서 요구되는 행동을 활성화시켜 준다. 예를 들어, 야생동물들은 두려움을 느낄 때 더 쉽게 도망친다. 둘째, 인간과 비슷한 종의 동물들에게 정서는 생존에 도움을 주는 신호체계를 포함하고 있다. 예컨대, 분노는 치아를 드러내면서 얼굴을 찌푸리는 것으로 표현되며 ‘나는 너를 물어뜯을 것이다’는 의사 표시를 하는 것에 해당된다. 그리고 즐거움은 미소 짓는 것으로 표현되며 ‘내게 가까이 오는 것이 안전하다 또는 우리는 협력할 수 있다’는 신호를 보내는 것에 해당된다. 이처럼 정서적인 신호체계를 적응적인 목적으로 활용하는 것은 인간도 마찬가지라고 할 수 있다.⁴⁴⁾

정서가 인간을 보다 지능적이게끔 만들어 줄 수 있다는 주장을 입증해 주는 한 가지 예로 감정 상태에 따라 창의적인 과제에서의 수행이 변할 수 있다는 점을 들 수 있다. 슈왈츠(Norbert Schwarz)⁴⁵⁾에 따르면, 정서는 논리적인 추론 과제의 수행에 영향을 준다. 즐거운 감정은 창의적인 추론 과제에서의 수행을 촉진하며, 슬픈 감정은 분석적인 추론 과제에서의 수행을 촉진할 수 있다. 이런 맥락에서 그는 정서를 지능적으로 활용하기 위해서는 인지적 조율(cognitive tuning) 과정이 중요하다 고 제안하였다.

psychology, New York: Oxford University Press, 2002, pp. 159~171.

43) Darwin, C., *The expression of the emotions in man and animals*, New York: Greenwood Press, 1969, pp. 1~175.

44) Salovey, P., et. al., “Emotional Intelligence,” *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 1990, pp. 185~211.

45) Schwarz, N., “Situating cognition and the wisdom in feelings: Cognitive tuning,” P. Salovey (Series Ed.) & L. F. Barrett & P. Salovey (Vol. Eds.), *Emotions and social behavior*: Vol. 1. *The Wisdom in feeling: Psychological Processes in Emotional Intelligence*, New York: The Guilford Press, 2002, pp. 144~166.

현재 정서지능과 관련해서는 두 가지 이론적인 모델이 존재한다. 그 하나는 정서지능을 정신적인 능력으로 파악하는 셀로비와 메이어의 모델이다. 그리고 또 다른 하나는 정서지능을 정신적인 능력, 성격 특성, 그리고 동기 등이 혼합된 것으로 파악하는 골먼이나 바론(Bar-On) 46)의 모델이다. 하지만 골먼이나 바론의 혼합 모델과는 달리, 오직 셀로비와 메이어의 정신적인 능력 모델만이 지능에 관한 전통적인 기준을 충족시킬 수 있는 것으로 알려져 있다.47)

셀로비와 메이어의 정신적인 능력 모델에서는 정서지능이 4가지 요인으로 구성되어 있다고 제안한다. 첫 번째 요인은 정서의 지각 요인으로서 자신과 타인의 감정을 지각하고 파악하는 능력을 말하며 미술작품, 음악작품, 이야기와 같은 여타 자극들의 정서적 차원을 감상하는 것까지도 포함하고 있다. 이 때 자신의 정서를 지각하는 측면과 관련해서는 감정의 자각, 무감정하지 않은 것, 그리고 정서표현에 대해서 양가적이지 않은 것 등이 중요한 요소가 되며 타인의 정서를 지각하는 측면과 관련해서는 정서적 민감성, 정서적 수용능력, 비언어적 민감성, 그리고 공감 능력 등이 중요한 요소가 된다.

정서지능의 두 번째 요인은 주의를 집중하고 더 합리적으로 생각하기 위해서 정서를 활용하는 능력을 말한다. 정서를 활용하려면 추론, 문제해결, 창의성 그리고 의사소통과 같은 인지적인 과제를 처리하는 데 감정을 활용하는 능력이 필요하다. 정서의 유형에 따라 여러 가지 추론과제들을 해결하는 데 도움이 되는 다양한 정신적인 세트들이 조성될 수 있다. 앞서 언급한 슈왈츠의 인지적 조율 과정은 두 번째 요인과 밀접한 관계가 있다고 할 수 있다.

정서지능의 세 번째 요인은 정서체계에 관한 지능이라고 할 수 있다. 이는 정서적인 어휘에 대한 이해는 물론 하나의 정서가 다른 정서와 결합되고 다른 정서로 변화되고 전이되는 방식을 이해하는 것이다. 정서의 이해에 능한 사람은 특히 감정의 어휘가 풍부하고 여러 다른 감정 상태를 묘사하는 용어들 간의 관계를 이해할 수 있다. 또 그들은 전형적인 정서적 표현들(emotional prototypes) 외에도 그

46) Bar-On, R, *Bar-On emotional quotient inventory: A measure of emotional intelligence*, Toronto: Multi-Health System, Inc., 1997.

47) Mayer, J. D., et al., "Emotional intelligence as a standard intelligence," *Emotion*, Vol. 1, 2002, pp. 232~242.

주변부의 미묘한 정서적 용어들까지도 잘 이해할 수 있으며 다양한 정서적 경험 뒤에 숨겨진 핵심적인 의미나 주제도 민감하게 파악할 수 있다.

정서지능의 네 번째 요인은 자신 및 타인의 기분과 정서를 조절하는 능력이다. 자신의 감정을 다루려면, 자신의 느낌을 감찰하고 변별하고 정확하게 명명할 수 있어야 한다. 또 이러한 느낌을 스스로 개선시키거나 변화시킬 수 있어야 하고 느낌을 변경시킬 수 있는 전략들을 능숙하게 사용하고 그 전략들의 효용성을 직접 평가할 수 있어야만 한다.

셀로베이와 메이어에 따르면, 정서를 지능적으로 활용하는 데는 이 네 가지 요인 모두에서 개인차가 존재한다. 이러한 개인차를 측정하는 대표적인 도구로는 “MSCEIT(Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test)”⁴⁸⁾가 있으며 이 척도는 다양한 타당화 연구를 통해서 정서지능을 신뢰롭게 측정할 수 있는 것으로 보고되고 있다.

3. 지능과 지혜의 차이

정서가 지능적일 수 있다는 사실이 정서가 그 자체로서 지혜로 인정받을 수 있다는 점을 뜻하는 것은 아니다. 왜냐하면, 지능과 지혜는 반드시 서로 일치하는 것은 아니기 때문이다.

스틴버그(Robert Sternberg)의 지혜의 균형이론(a balance theory of wisdom)⁴⁹⁾에 따르면, 지혜와 지능은 서로 다르다. 그는 지능의 주요한 목적이 자기의 이익을 극대화하는 것인 반면에 지혜의 주요한 목표는 자신의 이익과 타인의 이익 양자를 균형 잡는 것이라고 하였다. 따라서 이런 관점에서 본다면, 사악한 천재는 지능적일 수는 있어도 결코 지혜롭게 행동할 수는 없는 것이 된다.

4. 지혜의 두 가지 요인

지혜가 관계되는 한, 문화를 고려하는 것은 피할 수 없는 일로 생각된다. 왜냐

48) Mayer, J. D., et al., “Measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0,” *Emotion*, Vol. 3, 2003, pp. 97-105.

49) Sternberg, R. J., “A balance theory of wisdom,” *Review of General Psychology*, 2, 1998, pp. 347-365.

하면, 스텐버그에 따르면, 한 문화에서 지혜로운 일로 평가받는 일이 또 다른 문화에서는 어리석은 일로 간주되기도 하기 때문이다.⁵⁰⁾ 이런 점에서 지혜는 두 가지 요인으로 이루어져 있다고 할 수 있다. 그 하나는 공통 요인(common factor) 이고 또 다른 하나는 특수 요인(specific factor) 이다

지혜의 공통 요인

지혜는 사고의 메타-요소들(meta-components)이라고 불리는 일련의 공통적인 과정(common process)을 포함하고 있다.⁵¹⁾ 지혜의 공통적인 메타-요소는 다음의 일곱 가지 하위 요소들로 구성되어 있다. (ㄱ) 문제의 존재에 대한 인식 (ㄴ) 문제의 성격에 대한 규정, (ㄷ) 문제와 관계된 정보들에 대한 표상 (ㄹ) 문제 해결을 위한 전략의 형성, (ㄴ) 문제 해결을 위한 자원의 할당 (ㄷ) 문제에 대한 자신의 해결 상태를 검토, (ㄸ) 문제 해결 방법에 대한 외부의 피드백을 평가

지혜의 특수 요인

지혜의 공통 요인이 지혜의 문법적 구조에 해당된다면, 특수 요인은 문화적인 화용론(pragmatics)에 해당된다고 할 수 있다. 문화가 지혜에 미치는 영향은 다음의 두 가지 측면에서 살펴볼 수 있을 것으로 보인다.

첫째, 삶에서 지혜가 절실히 요구되는 생활의 억압적인 조건은 문화마다 다를 수 있다. 세상에 존재하는 모든 고통은 문화적인 동시에 사회적인 고통의 형태를 띠게 된다.⁵²⁾ 이처럼 사람들이 겪는 고통이 문화마다 다르기 때문에 그러한 고통이 해결된 상태 역시 문화마다 달라질 수밖에 없다.

둘째, 지혜의 중요한 목표 중 하나는 각 문화 체계 내에서 개인의 삶을 완성하는 것이라고 할 수 있다. 푸코(Michel Foucault)는 개인의 삶을 완성할 수 있도록 해주는 처세의 지혜를 자기의 테크놀로지(technologies of selves)라고 하였다.⁵³⁾

50) Sternberg, R. J., "Culture and intelligence," *American Psychologist*, 59, 2004, pp. 325-338.
51) Sternberg, R. J., "Smart people are not stupid, but they sure can be foolish," *Why Smart People Can Be So Stupid*, New Haven: Yale University Press, 2002, pp. 232-242.
52) Kleinman, A., et. al., "Cultural appropriations of suffering in our times," *Social Suffering*, Berkeley, LA: University of California Press, 1997, pp. 1-24.
53) Foucault, M., *Technologies of the Self*, Amherst, MA: The University of Massachusetts Press,

그에 따르면, 자기의 테크놀로지는 개인이 사회적인 고통에 맞서 자신의 삶을 완성시킬 수 있는 주요한 도구에 해당된다. 그는 각 문화마다 추구하는 삶의 궁극적인 완성 형태가 다르기 때문에, 결과적으로 자기의 테크놀로지, 즉 삶의 지혜도 문화마다 다르다고 하였다.

IV. 한과 정서의 지혜

한을 지혜로 개념화하는 것이 가능하기 위해서는 정서적 체험으로서의 한이 지혜와 구조적인 동질성을 갖출 수 있어야 한다. 따라서 한이 지혜의 주요한 기능인 자신의 이익과 타인의 이익 양자를 균형 잡는 것을 가능하도록 해주는 동시에 지혜의 두 가지 요인, 즉 공통 요인과 특수 요인을 모두 갖추고 있을 때 비로소 한이 지혜의 성격을 갖는 것으로 인정할 수 있을 것이다. 이러한 맥락에서 먼저, 한이 지혜의 공통적인 메타-요소를 갖추고 있는 지부터 살펴보도록 하겠다.

1. 지혜의 공통요인과 한

1) 문제의 존재에 대한 인식

비록 그 구체적인 표현 면에서는 조금씩 차이가 있을 지라도, 한에 관한 이론들에서는 공통적으로 한을 유발하는 부정적인 생활사건이 존재한다는 점을 분명하게 제시하고 있다. 최상진⁵⁴⁾은 대학생들이 보고한 내용을 종합하여, 한을 유발하는 사건으로 통제가 불가능한 상황(예컨대, 운명적인 상황)과 부당한 피해를 받은 상황(권력에 의한 피해) 두 가지를 제시하였다. 민성길⁵⁵⁾에 따르면, 정신과 환자들은 어려서 조실부모 하는 것과 같은 불행한 경험, 가족 간 갈등, 가난, 핍박, 배우지 못한 것 등을 한을 유발하는 상황으로 보고하였다. 이처럼 한의 과정 속에는 한을 유발하는 사건이 존재하며 한을 체험하는 개인은 그러한 문제들을 인식하는 것이

1988, pp. 16~49.

54) 최상진, 앞의 논문(1991), 348 쪽

55) 민성길, 앞의 논문, 1192 쪽

가능하다.

2) 문제의 성격에 대한 규정

최상진⁵⁶⁾은 한이 전개되어 나가는 과정을 분석하면서, 한을 경험하는 사람들은 시간이 경과함에 따라, 한을 유발하는 사건에 대한 해석과 귀인을 달리한다고 주장하였다. 그에 따르면 처음에 사람들은 한을 유발한 사건의 책임을 외부로 전가하는 경향을 나타낸다. 하지만 점차 시간이 흐르면서 한을 체험하는 사람들은 외부로 전가했던 책임의 일부를 스스로 수용하기 위해 노력하게 된다. 그 후에도 한을 경험하는 사람들은 사건 전체에 대한 해석을 완결 짓기 위해 지속적으로 자신의 한과 관계된 경험들을 반추하고 재해석하는 과정을 거치게 된다. 이처럼, 한에는 한을 유발하는 사건의 성격을 다각도로 조망하는 과정이 포함되어 있는 것으로 보인다.

3) 문제와 관계된 정보들에 대한 표상

이재호와 최상진⁵⁷⁾은 한이 복잡한 언어 표상의 구조를 포함하고 있다고 주장하였다. 그들에 따르면, 이러한 한의 표상은 단어에 관한 단순한 의미 차원을 넘어 그 자체가 문화적 경험의 내용을 포함하고 있다. 그들은 한이 적어도 다음과 같은 세 가지 정보들에 대한 표상을 포함하고 있다고 주장하였다. (ㄱ) 한의 구체적 대상에 대한 표상, (ㄴ) 한의 정서적 표상, (ㄷ) 한의 인과적 표상 이러한 점은 한이 다양한 정보들에 대한 표상 과정을 포함하고 있는 점을 보여주고 있는 것으로 생각된다.

4) 문제 해결을 위한 전략의 형성

한을 유발한 문제를 해결해 나가는 과정을 한풀이라고 한다.⁵⁸⁾ 이러한 한풀이를 다른 말로는 해한(解恨) 또는 승한(乘恨)이라고도 한다. 전통적으로 한국인은 이러한 한풀이의 맥락에서 민요, 판소리, 가면극, 굿 등을 발전시켰던 것으로 알려져 있다. 그리고 김열규⁵⁹⁾는 회고담, 추억담, 낯두리 등도 한을 풀어내는 역할을

56) 최상진, 「한국인의 심정심리학: 情과 恨에 대한 현상학적 한 이해」, 『한국심리학회 연차학술발표대회 심포지움 초록』(1993), 77-92 쪽

57) 이재호 외, 「문화적 개념의 인지 표상과 활성화 과정: 한(恨)의 담화 분석과 온라인 점화 효과」, 『한국심리학회지: 사회 및 성격』, 제17권 1호, 2003, 1~16 쪽

58) 민성길, 앞의 논문, 1196 쪽

할 수 있다고 하였다.

김종주⁶⁰⁾는 이러한 한풀이가 이루어지기 위해서는 한을 삭히는 과정이 선행되어야 한다고 주장하였다. 그에 따르면 삭힘의 기능에 의해 한이 맺힐 때 함께 응어리질 수 있는 독소들(예컨대, 원한과 보복심리)이 발효되어 건강한 삶의 에너지로 전환된 후에야 비로소 한풀이 과정을 즐길 수 있는 여유가 생길 수 있다는 것이다. 이청준⁶¹⁾은 삭히는 과정을 거쳐야지만 삶이 상승해나갈 수 있는 이유를 다음과 같은 비유를 통해 설명하였다. 그에 따르면 가을에 잎이 질 때 나무는 아픔을 맛보지만, 그러한 낙엽이 삭아서 다시 그 나무의 자양분이 되는 삶의 순환적 과정이야말로 나무의 생산적이고 창조적인 생활이 이루어지는 본질이 된다는 것이다.

고영건과 샬로베이 그리고 김진영⁶²⁾은 베일런트(George E. Vaillant)의 심리적인 성숙 모델에 기초하여 삭힘의 심리학적인 기제에 관한 모델을 제시한 바 있다. 베일런트⁶³⁾에 따르면, 개인의 심리학적인 성숙 과정은 마치 유기체가 생물학적인 신진대사 과정을 통해 음식을 소화시킨 후 영양분으로 전환시키는 것처럼 다양한 생활 사건들을 심리학적으로 소화시켜나가는 것과 밀접하게 관련되어 있다. 이런 점에서 한의 삭힘 과정은 한 맺힌 마음속의 응어리가 개인의 심리적인 세계 속에서 연소(혹은 신진대사)되어 가는 수준에 따라, 합체(incorporation), 내사(introjection), 내재화(internalization) 그리고 동화(assimilation)의 네 수준으로 구분할 수 있다.

(1) 합체: 한은 개인에게 격렬한 감정적 반응들을 일으키도록 한다. 일반적으로 한을 유발하는 사건들은 당사자들에게 극심한 무기력감을 경험하도록 만드는 특징을 가지고 있다. 합체는 한을 유발하는 사건을 심리적으로 소화해내기 위한 최소한의 대사 작용조차 일어나지 않는 것을 의미한다. 이 때 합체라는 표현은 『어린 왕자』⁶⁴⁾에서 보아 뱀이 코끼리를 통째로 삼켰던 것처럼, 마음 속 응어리가 전혀

59) 김열규, 앞의 논문, 27~39쪽.

60) 김종주, 앞의 논문, 102쪽.

61) 이청준, 앞의 논문, 18쪽.

62) Ko, Younggun, *et. al.*, *op. cit.*, pp. 1014~1015.

63) Vaillant, G. E., *The Wisdom of the ego*, Cambridge, MA: Harvard University Press, 1997, pp. 344~353.

풀어지지 않은 채로 남아 있는 상태를 지칭하기 위해 사용한 것이다. 이처럼 합체의 수준에서 한을 겪을 경우, 외상 후 스트레스 장애(Post-Traumatic Stress Disorder; 이하 PTSD)와 유사한 혼란을 겪을 수 있다.

(2) 내사 내사는 한을 유발하는 사건을 겪고 난 후에 시간이 흐르면서 점차 초기의 격한 감정 반응이 줄어들면서 마음속에 맺히게 되는 것을 의미한다. 내사에 서는 한으로 인한 고통이 지속되기는 하지만 간헐적인 형태로 나타나게 된다. 이러한 내사를 사용하는 사람은 마치 소화시킬 수 없는 가시가 자신의 몸속에 박혀 있는 듯 한 느낌을 받게 된다. 한을 유발하는 사건을 내사의 수준에서 경험할 경우 화병(火病)이 나타날 수 있다.

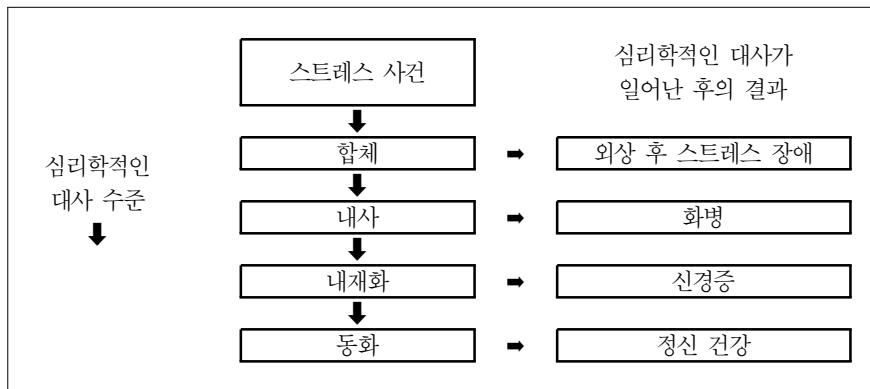
(3) 내재화: 한을 유발하는 사건이 마음속에 맺힌 이후에 어느 정도 견딜 수 있게 되면, 개인은 자신이 처한 비극적인 상황을 본래부터 일어날 일이 일어난 것일 뿐이라는 식으로 수용하게 된다. 내재화는 이처럼 한을 유발하는 사건을 숙명론적인 태도로 받아들이는 것을 의미한다. 내재화를 사용하는 사람들의 심리적인 세계 속에서는 과거의 비극적인 사건이 여전히 불완전하게 연소(혹은 신진대사)된 상태로 머물러 있게 된다. 그래서 이들은 머리로는 이해가 되지만 마음으로는 받아들여지지 않기 때문에 여전히 고통스러워 할 수 있다. 이처럼 내재화 수준에서 자신의 삶을 반추하는 사람들은 과거의 상처가 극복된 것이라기보다는 이를 악물고 참고 있는 상태에 더 가깝기 때문에 신경증적인 문제를 나타낼 수 있다. 분노로 인해 감정적인 폭발을 나타내는 화병 환자들과는 달리, 신경증 환자들이 겪는 이러한 고통은 가까운 가족이나 친구들조차 잘 눈치 채지 못할 수 있다.

(4) 동화 생물학에서 동화는 생명체가 외부의 물질을 섭취한 다음에 생체 내에서 생화학적인 변화를 일으켜 자신의 것으로 만드는 현상을 말한다. 마찬가지로 심리학적인 동화는 인간이 자신의 체험을 자신의 것으로 만드는 과정을 지칭하는 것이다. 생물학적인 동화가 물리적인 세계 속에서 일어나는 것이라면 심리학적인

64) Saint-Exupéry, A., *The Little Prince*, New York: Harvest Books, 2000, p. 1.

동화는 내면의 세계 속에서 일어나는 사건이라고 할 수 있다. 동화의 수준에서 한을 경험하는 사람은 자신의 비극적인 운명과도 화해(comprehensive harmony) 하는 것이 가능해 진다. 이러한 화해가 가능해지기 위해서는 자신이 겪었던 비극적인 사건에 대한 재평가가 선행되어야 한다. 바로 전화위복(轉禍爲福) 또는 복자화지문(福者禍之門) 등으로 표현되는 삶의 지혜⁶⁵⁾를 터득해야 하는 것이다. 이처럼 동화의 수준에서 한을 경험하는 사람은 자신의 한에 기초해서 타인의 한스러운 일들을 함께 아파하고 공감할 수 있으며 이타적인 행동의 기초가 되는 측은지심(惻隱之心)을 완성할 수 있게 된다. 바로 이러한 동화 과정을 삭힘이라고 한다. <그림 1>에는 삭힘의 심리학적 기제가 소개되어 있다.

<그림 1> 삭힘의 심리학적 기제



베일런트 박사는 자신의 심리적인 성숙 모델을 뒷받침해줄 수 있는 근거 자료로서 생리심리학자인 하퍼(Myron Hofer) 박사가 『정신신체의학(Psychosomatic medicine)』이라는 저널에 게재한 논문의 일부를 인용하여 제시한 바 있다. 베일런트 박사가 인용한 하퍼 박사의 견해는 한의 삭힘을 개인의 심리적인 세계 속에서 일어나는 일종의 신진대사 과정으로 설명하는 본 연구의 주장을 뒷받침하는 데도 마찬가지로 도움이 될 수 있을 것으로 기대된다.

65) 이규태, 「한국적 행복지수」, 《중앙일보》 2000. 9. 25, 41 면

무릇 인간관계는 감각운동의 수준에서 뿐만 아니라 정신적 혹은 상징적인 수준에서도 얼마든지 나타날 수 있다. 우리들의 삶의 무대는 다른 사람들과 무리 지을 때 뿐만 아니라 정신적 표상의 내부 세계 속에서도 펼쳐질 수 있다. 바로 이러한 내적인 관계는 우리들이 이별의 아픔을 심각하게 겪지 않으면서도 일시적인 헤어짐을 견뎌낼 수 있도록 해준다. 그렇기 때문에 심리적인 세계 내부에서 벌어지는 이러한 내적인 경험은 (...) 적어도 다른 사람들과의 실제적인 교류와 대등한 수준의 가치를 지닐 수 있다. 동물을 대상으로 하는 생물학 실험에서 어미와 새끼가 감각운동 수준에서 상호작용을 하는 것이 생물학적인 과정에 영향을 주는 것처럼 이러한 내적인 경험들도 생물학적인 과정에 실제적인 효과를 가져다 줄 수 있을까? 그리고 이러한 내적인 대상관계와 생물학적인 시스템 간의 연계가 이루어지는 것이 가능한 것일까? 물론 나는 가능하다고 본다.⁶⁶⁾

5) 문제 해결을 위한 자원의 할당

한을 유발하는 사건에 효과적으로 대처하기 위해서는 심리·사회적인 자원을 효율적으로 활용하는 것이 필요하다. 심리적인 자원은 지적인 능력이나 예술적인 재능 혹은 사회적인 기술 등을 의미하며 사회적인 자원은 가족과 친구 그리고 선·후배 등으로부터 사회적인 지지를 비롯한 여러 가지 도움을 받는 것을 뜻한다. 한을 유발하는 사건에 대처하는 과정에서 심리·사회적 자원이 투입되는 정도는 한의 삭힘 또는 한풀이가 얼마나 효율적으로 이루어지는가에 달려 있다. 한의 삭힘이 불완전하거나 한풀이가 비효율적으로 이루어질 경우(예컨대, 화풀이)에는 개인의 심리·사회적 에너지도 비효율적으로 연소될 수 있다. 이런 경우에는 마치 자동차에서 연료가 불완전 연소될 때 연료를 더 많이 소비하게 되는 것처럼, 심리·사회적인 자원의 소비도 늘어날 수 있다. 따라서 마치 주행 중에 자동차의 연료가 떨어지는 것과 같은 문제가 발생하지 않도록 하기 위해서는 한을 경험하는 과정에서 자원을 효율적으로 할당하는 것이 필요하다.

66) Hofer, M., "Relationship as regulators: A psychobiologic perspective on bereavement," *Psychosomatic Medicine*, Vol. 46, 1984, pp. 183-197.

6) 문제에 대한 자신의 해결 상태를 검토

한을 경험하는 과정에서 한의 삭힘 또는 한풀이 과정을 모니터링 하는 것은 중요하다. 만약 한과 관련된 자신의 감정과 사고 그리고 행동에 대해 지속적인 주의를 기울이지 않는다면, 보다 성숙하고 발전된 방식의 승한 또는 해한을 추구하는 것이 불가능해 질 것이다. 이 때 앞서 언급한 바 있는 한에 대한 문화적 표상과 지식은 한에 관한 모니터링에서 유용한 길잡이 역할을 해줄 수 있을 것으로 기대된다.

7) 문제 해결 방법에 대한 외부의 피드백을 평가

한을 경험하는 과정에서 삭힘의 수준에 따라서 그리고 한풀이의 효율성 여부에 따라서 외부의 피드백은 달라질 수 있다. 천이두(67)는 한국인은 산전수전을 겪는 동안 한스러운 일들을 많이 겪으면서 정신적으로 철이 들어가게 된다는 믿음을 공유하고 있다고 주장하였다. 그에 따르면, 하나의 씨앗이 비바람을 견디며 자라나 거목이 된 후에 울창한 가지를 드리우며 온갖 새들을 자신의 안에 품는 너그러운 운치를 그늘이라고 하는데 한국인은 그러한 그늘이 있는 사람을 멋과 여유가 있는 체대로 된 사람으로 평가한다는 것이다. 따라서 한을 경험하는 사람은 이러한 외부의 피드백에 기초하여 자신의 목표를 새롭게 설정하거나 조율하게 된다.

2. 지혜의 특수요인과 한

지금까지 살펴본 것처럼 한은 지혜의 공통 요인, 즉 사고의 메타-요소들을 모두 충실하게 갖추고 있다고 할 수 있다. 하지만 이러한 사고의 메타-요소들의 의미와 가치는 각 문화마다 다를 수 있다.

1) 지혜의 메타-요소들에 대한 문화적 선호 및 지향성의 차이

『정신장애의 진단 및 통계 편람』(*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th ed.*; 이하 *DSM-IV*)에 나오는 성숙한 방어기제인 억제(suppression)는 삭힘과 정서적인 대처기제라는 측면에서 서로 대등한 가치를 갖는다고 할 수

67) 천이두, 앞의 논문, 39쪽

있다.⁶⁸⁾ 여기서 주의할 점은 심리적인 부적응을 유발하는 사고억제(thought suppression)에서의 억제와 *DSM-IV*에서 기술하고 있는 억제(suppression)는 비록 동일한 단어로 표현될지라도, 그 구체적인 의미는 전혀 다르다는 점이다. 베일런트⁶⁹⁾에 따르면, 성숙한 방어기체로서의 억제는 혼란스러운 문제들, 욕구들, 감정들 혹은 경험들에 대해 주의를 기울이는 것을 효과적으로 참아내는 동시에 합리적으로 연기(延期)할 줄 아는 것을 뜻한다. 억제를 사용하는 사람은 억압적인 사람과는 달리 날이 갠 다음에도 간밤에 천장에서 비가 섰었다는 사실을 잊어버리지 않는다. 따라서 사고억제는 *DSM-IV*의 방어기체와 비교할 경우, 그 효과 면에서 억제보다는 신경증적인 억압(repression)과 더 가까운 개념이라고 할 수 있다.

성숙한 방어기체인 억제는 적응과정에서 실패와 상응하는 효과를 나타낼 수 있음에도 불구하고 서구인들이 억제에 부여하는 문화적인 의미와 가치는 한국인이 실패에 부여하는 것과 전혀 다를 수 있다. 베일런트⁷⁰⁾에 따르면, 서구인들에게 정서적인 억제는 마치 실용적이지만 불품없는 자동차 같은 인상을 준다는 점에서 다른 성숙한 기체들에 비해 긍정적인 인상을 주지 못한다. 대조적으로 한국에서 실패는 앞서 언급했던 것처럼 민족의 지혜로 불릴 정도로 그 가치를 높게 평가받고 있다.

이러한 문화적 차이가 나타나는 이유를 마르쿠스(Hazel R. Markus)와 기타야마(Shinobu Kitayama)는 개인주의 문화에 소속되어 있는 서구인의 경우, ‘독립적인 자기(independent self)’에 기초하여 ‘자아-중심적인 감정(the ego-focused emotions)’을 경험하고 표현하는 반면에 집단주의 문화에 소속되어 있는 동아시아인의 경우에는 ‘상호의존적인 자기(interdependent self)’에 기초하여 ‘타인-중심적인 감정(the other-focused emotions)’을 경험하고 표현하기 때문이라고 설명하였다.⁷¹⁾ 그들에 따르면, 개인적인 감정을 억제하지 않고 표현하는 것은 개인주의 사회에서는 독립적인 자기를 고양시키는 역할을 하는 반면에 집단주의 사회에서는 상호의존적인 자기에 부정적인 영향을 준다. 반면에 감정을 표현하지 않고 억제하는 것은 집단주의 사회에서는 사회적인 조화에 기여한다는 점에서 상호의존적인 자기를 만족시

68) Ko, Younggun, *et. al.*, *op. cit.*, pp. 1010-1015.

69) Vaillant, G. E., *Adaptation to Life*, Cambridge, MA: Harvard University Press, 1977, pp. 91-126.

70) *Ibid.*, pp 105-126.

71) Markus, H. R., *et. al.*, "Culture and Self: Implication for cognition and motivation," *Psychological Review*, 98, 1991, pp. 224-253.

켜주는 반면에 개인주의 사회에서는 독립적인 자기를 위축시킬 수 있다.

억제와 삭힘처럼, 적응의 측면에서 대등한 효과를 보이는 사고의 메타 요소들이라 할지라도, 문화에 따라 구성원들이 그것들에 대해 가치와 의미를 다르게 부여하기 때문에 결과적으로는 지혜의 공통적인 메타-요소들에 대한 문화적 선호 및 지향성의 차이가 나타나게 될 것으로 보인다. 바로 문화들 간에 존재하는 이러한 선호 및 지향성의 차이가 지혜의 특수 요인을 형성하게 되며 한과 관계된 지혜의 모든 메타요인들에도 그러한 문화적 선호 및 지향성의 차이가 영향을 줄 것으로 생각된다.

2) 동양적 지혜로서의 仁과 한의 관계

조근호⁷²⁾는 한국인의 정서와 사고에 미친 문화의 영향력에 관해 논의하면서 전통 사상 중에서 유학(儒學)이 한국인에게 가장 커다란 영향을 주었다고 주장하였다. 그는 호프스테드(Geert Hofstede)의 연구 결과⁷³⁾에 기초하여 한국이 유학을 핵심적인 사상적 전통으로 삼고 있는 고도의 집단주의 사회에 속한다고 제안하였다.

유교 사상의 집대성자라고 할 수 있는 공자(孔子)는 인류의 사회를 이끌어 갈 수 있는 보편적인 지혜로서 仁을 제시하였다.⁷⁴⁾ 남상호⁷⁵⁾는 공자가 仁의 눈으로 仁을 보았고 仁을 말했으며 仁을 가르쳤을 뿐만 아니라 그의 제자들이 그의 언행을 기록해 놓은 책인 『論語』는 仁을 말한 仁語에 해당된다고 지적한 바 있다. 이런 맥락에서 공자의 철학 사상 체계는 仁學이라고 불리기도 한다.

일반적으로 仁은 우리말로는 ‘어질 인’으로 표현된다. 하지만 남상호는 공자가 말한 仁이 다른 말로는 정의될 수 없는 원개념(原概念)에 해당된다고 주장하였다. 원개념은 오직 자기 자신만이 자기를 설명하고 정의할 수 있으며 타자에 의존하지 않는 절대 개념을 말하는 것이기 때문에 그 의미를 이해하기 위해서는 직관적인 통찰이 요구된다.

『論語』에서 공자는 仁을 분명하게 정의내리지 않았던 것으로 보인다. 『論語』에

72) 조근호, 「문화유형과 정서의 차이: 한국인의 정서 이해를 위한 시론」, 『심리과학』 제 권2 호 (1997), 1~43 쪽

73) Hofstede, G., *Cultures and Organizations*, New York: McGraw-Hill, 1997.

74) 『論語』, 「里仁, 知者利仁」

75) 남상호, 「논어와 공자인학」, 『중국학보』 제47 집(2003), 677~711 쪽

는 공자의 제자들이 공자에게 仁에 관해 묻는 장면이 여러 차례 기술되어 있다. 하지만 매번 공자는 제자들의 질문에 다르게 답하였다.

공자는 안연(顔淵)이 仁에 관해 물었을 때, “자기를 극복하고 禮로 돌아가는 것”⁷⁶⁾이라고 알려주었다. 또 중궁(仲弓)이 물었을 때는 “자신이 원하지 않는 일을 남에게 시키지 않는 것”⁷⁷⁾이라고 대답하였다. 그리고 번자(樊遲)가 처음 仁에 대해 물었을 때는 “사람을 사랑하는 것”⁷⁸⁾이라고 답하였고 두 번째로 물었을 때는 “어려운 일은 남보다 먼저 하고 그에 대한 보답은 남보다 뒤져서 받는 것”⁷⁹⁾이라고 답하였으며 세 번째로 물었을 때는 “늘 공손한 태도로 생활하고 경건한 태도를 지키며 다른 사람들에게 충심을 다하는 것”⁸⁰⁾이라고 답하였다.

이런 점에서 공자가 仁을 정의내리는 방식은 시인이 형상으로 뜻을 전하고(立象盡意) 화가가 구름을 붉게 물들여 달을 표현하는(洪雲托月) 동양적인 사유방식의 전형에 해당된다고 할 수 있다. 비록 공자가 仁에 관해 분명한 정의를 내리지는 않았을 지라도 그러한 지혜를 터득할 수 있는 실천적인 방법으로 “忠恕”⁸¹⁾를 제시한 것은 분명해 보인다.

忠恕에서 忠는 마음(心)과 중삼(中)이 합쳐진 말로서 마음 한 가운데서 우리나라 오는 진실함과 정성스러움을 의미하며 恕는 마음(心)이 서로 같아지는 것(如), 즉 타인의 마음을 마치 내 마음처럼 이해해주는 역지사지(易地思之)의 마음을 뜻한다고 할 수 있다. 따라서 仁의 실천적 원리인 忠恕는 극기(克己)의 반성적 성찰 과정을 통해 타인의 마음을 헤아릴 수 있게 됨으로써 사회적인 갈등 상황에서도 타인을 진정으로 용서(容恕) 할 수 있는 성숙된 인격을 갖추고자 노력하는 것을 말한다고 할 수 있다.

공자의 仁은 기본적으로 타인에 대한 이해와 사랑을 강조한다는 점에서 동양 사회뿐만 아니라 서양 사회에서도 충분히 그 보편적인 가치를 인정받을 수 있을

76) 『論語』, 「顔淵」, 子曰 克己復禮 爲仁 一日克其復禮 天下 歸仁焉

77) 『論語』, 「顔淵」, 己所不欲 勿施於人

78) 『論語』, 「顔淵」, 樊遲問仁 子曰 愛人

79) 『論語』, 「雍也」, 仁者先難而後獲 可謂仁矣

80) 『論語』, 「子路」, 居處恭 執事敬 與人忠

81) 『論語』, 「里仁」, 子曰 “參乎! 吾道一以貫之” 曾子曰 “唯” 子曰 門人問曰 “何謂也?” 曾子曰 “夫子之道 忠恕而已矣”

것으로 보인다. 하지만 그러한 仁의 가치를 실현하기 위한 실천적인 행동 규범의 수준에서 본다면 동서양은 커다란 문화적 차이를 보일 수 있을 것으로 생각된다. 마르쿠스와 기타아마에 따르면, 한국과 중국 그리고 일본과 같은 집단주의 사회들에서는 대인관계에서 분노를 표현하는 것은 성숙 인격을 갖춘 사람(仁者)이 할 행동이 아니라고 믿기 때문에 배척하는 경향이 있다. 하지만 미국인의 정서적인 대처 방식을 조사한 연구⁸²⁾는 화를 내는 사람과 화풀이의 대상이 되는 사람 모두 대인관계에서 분노를 표출하는 것이 사회적 갈등을 해결하는 데 도움이 되기 때문에 지혜로운 행동으로 평가하는 경향이 있다는 점을 보여준다. 다시 말해 미국 사람들은 문화적으로 대인 관계에서 자연스럽게 분노감을 표현하는 것을 성숙인격의 중요한 덕목으로 간주한다는 것이다. 이런 점에서 공자의 仁과 서양인들이 추구하는 인간에 대한 사랑은 지혜의 보편성이라는 측면에서는 그 가치를 공유하면서도 실천적인 규범이라는 특수 요인의 수준에서는 차이가 존재한다고 할 수 있다.

정서적인 억제보다는 정서적인 표현을 강조하는 서구인들과는 대조적으로 한국인들은 정서를 표현하기보다는 억제하는 데 더 높은 가치를 부여하고 있는 것으로 보인다. 조공호는 우리 속담에 분노의 직접적인 표현을 터부시(예컨대 돌을 차면 제 발부리만 아프다)하거나 속마음을 직접 드러내는 것을 경계하는 속담(예컨대, 가루는 칠수록 고와지고 말은 할수록 거칠어진다)이 많은 점은 정서 표현 억제의 전통을 드러내 준다고 주장하였다. 또 최상진과 정태연⁸³⁾에 따르면 한국인은 인고(忍辱)의 억제가 긍정적인 보상을 가져다 줄 것이라고 기대하는 경향이 있으며 비인고 조건보다는 인고 조건에서 억제를 하고난 뒤에 획득된 결과가 보다 더 긍정적이고 가치 있는 것으로 평가하는 경향이 있는 것으로 나타났다.

정서 억제의 한국적인 유형이라고 할 수 있는 한의 삭힘은 仁의 가치를 추구하는 것과 밀접한 관계가 있는 것으로 보인다. 최상진⁸⁴⁾에 따르면, 한은 인자(仁慈)하면서 억제를 많이 하는 것과 관계 깊은 것으로 나타났다. 이러한 사실이 한 많은 사람들 모두가 인자한 품성을 갖추고 있다는 점을 뜻하는 것은 아니라는 점에

82) Averill, J. R., *Anger and aggression: An essay on emotion*, New York: Springer, 1982.

83) 최상진 외, 「인고에 대한 한국인의 심리: 긍정적 보상기대와 부정적 과실상계를 중심으로」, 『한국 심리학회지: 사회문제』, 제7권 2호(2001), 21~37쪽.

84) 최상진, 앞의 논문(1991), 339~350쪽.

유념할 필요가 있다. 김기범과 그의 동료들⁸⁵⁾에 따르면, 한의 삭힘이 불완전하게 이루어진 상태에서 체험되는 분노와 원한의 감정은 한(恨)과 관계된 자기신세에 대한 조망양식(예컨대, 비극적인 사건을 겪은 후에도 남 탓을 하지 않는 것)에 부정적인 영향을 미치는 반면에 한의 삭힘이 성공적으로 이루어진 후에 체험되는 자기 연민감과 비애감은 한(恨)과 관계된 자기신세에 대한 조망양식에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 한(恨)과 관계된 자기신세에 대한 조망양식은 문제 상황에서도 타인을 덜 비판하고 이해하며 수용해 줄 수 있는 방향으로 비극적인 사건을 해석할 수 있도록 도울 수 있다는 점에서 仁과 관계있다고 할 수 있다. 하지만 여기서 중요한 것은 한(恨)과 관계된 자기신세에 대한 조망양식이 한을 체험하면 무조건적으로 나타나게 되는 것이 아니라 한의 삭힘이 성공적으로 이루어진 상태에서만 나타날 수 있는 것이라는 점이다.

3) 한과 정 그리고 仁

앞서 언급한 최상진의 연구에서 설문에 응답한 대학생들의 86%는 한과 靑(情)이 서로 밀접하게 관련되어 있다고 응답하였다. 그 설문 결과에 따르면 정이 많은 사람들은 마음의 상처를 받아 한이 생기기 쉽고 또 그러한 사람들은 정서를 표현하기 보다는 억제할 가능성이 높기 때문에 한을 삭히면서 살아가게 된다는 것이다. 이런 점에서 정과 한의 관계는 동전의 앞뒷면처럼 불가분의 관계라고 할 수 있다.

최상진과 그의 동료들⁸⁶⁾에 따르면, 한국인이 긍정적으로 평가하는 사람은 바로 인정(人情) 많은 사람이다. 그들은 한국인이 인정 많은 사람의 특징으로 남을 사랑하고 도와주는 애타성과 남의 어려움이나 감정 및 처지에 대해 공감과 관심을 보이는 타인관심성을 대표적인 특성으로 꼽는다고 보고하였다. 또 그들은 한국인의 이러한 애타성과 타인 관심성이 한국인 고유의 특성인 정을 매개로 해서 나타난다는 점에서 서구인들의 박애주의나 자선행동과는 구분된다고 하였다. 그들에 따르면, 비록 표면적인 감정과 관심 그리고 행동이 서로 유사해 보이더라도 이성적인

85) Kim, Kibum, *et al.*, "Palzha as self-reflective mode and attributional dimension for Korean women's rugged life story," *The Korean Journal of Women Psychology*, Vol. 7, 2002, pp. 17-29.

86) 최상진 외, 「정(미운정 고운정)의 심리적 구조, 행위 및 기능 간의 구조적 관계 분석」, 『한국심리학회지: 사회 및 성격』, 제14권 1호(2000), 203-222쪽.

이해에 기초한 의도적 지향성이 중심축을 이루는 박애 및 자선 정신과는 달리, 한국의 인정에서는 이슬비에 옷이 젖어 가듯이 자신도 모르게 생기는 정(미운 정 고운 정)이 중심축을 구성하게 된다는 것이다. 그들은 ‘미운정 고운정 이 대인관계에서 상대를 아껴주고 믿어주며 이해해주는 행동들이 나타나게 되는 것과 밀접한 관계가 있다고 하였다. 이러한 행동들은 仁의 범주에 속하는 대표적인 행동들이라고 할 수 있다는 점에서 한국인이 인정을 중시하는 전통은 유학의 仁 사상이 한국화된 형태라고 할 수 있을 것으로 보인다.

한과 마찬가지로, 정이 仁의 가치를 실현하는 데 기여하기 위해서는 전제조건이 필요한 것으로 보인다. 최인재와 최상진⁸⁷⁾은 정이 인간적인 연약성의 형태로 나타나게 될 경우에는 스트레스 상황에서 회피적인 대처방식을 사용함으로써 삶의 만족도에서 부정적인 결과를 가져오게 될 수 있는 반면에 정이 타인배려성과 다정다감성의 형태로 표출될 경우에는 스트레스 상황에서 적극적인 문제 해결 혹은 사회적인 지원을 추구함으로써 삶의 만족도에 긍정적인 효과를 나타낼 수 있다고 보고하였다. 따라서 정이 인간적인 연약성이 아닌 타인배려성과 다정다감성의 요건을 갖출 때만 仁의 가치에 부합되는 형태로 표현될 수 있을 것으로 보인다.

천이두는 명창 김소희 여사가 한이란 “한마디로 멋이지요”⁸⁸⁾라고 응답한 내용을 소개하면서 한의 삭힘을 통해 그들의 품격을 갖추게 된 사람은 멋과 슬기가 있는 사람일 수 있다고 하였다. 이 때 그들은 정이 타인배려성과 다정다감성의 형태로 표현되고 한이 삭혀지는 과정을 통해 한(恨)과 관계된 자기신세에 대한 조망양식이 타인에 대한 포용력을 나타낼 수 있는 수준에 도달하게 됨으로써 성숙한 인격을 갖추게 된 모습을 상징하는 것으로 보인다.

3. 정서적 지혜로서의 한

지금까지 살펴본 내용들을 종합해 볼 때, 한은 지혜의 두 가지 요건을 모두 충족하는 것으로 보인다. 첫째, 한을 삭히는 사람은 타인배려성과 다정다감의 형태

87) 최인재 외, 「한국인의 문화 심리적 특성이 문제 대응 방식, 스트레스, 생활만족도에 미치는 영향 정, 우리성을 중심으로」, 『한국심리학회지: 상담 및 심리치료』, 제14권 1호(2002), 55~71쪽.

88) 천이두, 앞의 논문, 34쪽

로 정을 표현함으로써 타인의 한스러운 일들까지도 함께 아파하고 공감할 수 있게 된다. 이런 점에서 한은 이타적 행동의 기초가 되는 측은지심 및 仁과 상통하는 바가 있는 동시에 자신의 이익과 타인의 이익 양자를 균형 잡는 것을 목표로 하는 스티븐버그의 지혜의 개념과도 부합된다고 할 수 있다. 둘째, 한은 지혜의 두 가지 요인, 즉 공통 요인과 특수 요인을 모두 갖추고 있는 것으로 보인다 따라서 한을 정서적 지혜로 개념화하는 것은 논리적으로 타당성을 인정받을 수 있을 것으로 기대된다.

V. 한을 정서적 지혜로 정의하는 것의 이점

1. 숙명론 그 이상의 의미를 갖는 한

지금까지 논의된 내용을 종합해 보면, 한을 유발하는 사건을 반드시 불가항력적인 것으로 가정할 필요는 없을 것으로 보인다. 전통적으로 한이 매우 격한 감정 상태와 관계가 있는 것으로 알려져 있었기 때문에 상식적인 시각에서 볼 때, 그러한 한을 유발하는 사건이 개인에게 매우 심각한 외상을 주는 사건이었을 것이라고 추론하는 것도 일리가 있는 것으로 보인다. 하지만 삭힘의 심리학적인 기제를 다룰 때 이미 살펴봤던 것처럼, 격한 감정을 낳는 것은 한 그 자체가 아니라 한을 삭히는 데 실패하는 것이다.

삭힘이 전혀 일어나지 않는 합체에서는 가장 극심한 혼란 증상인 PTSD가 나타날 수 있고 몸 안에 가시가 박힌 것 같은 느낌을 주는 내사에서는 화병이 나타날 수 있으며 이를 악물고 참고 있는 상태인 내재화에서는 신경증이 나타날 수 있다. 하지만 한의 삭힘 또는 한의 정서적인 지혜를 터득한 상태에서는 감정이 격정적으로 표출되지는 않는다.

만약 한을 유발하는 사건이 실제로 불가항력적인 것이라면, 그러한 문제에 대한 대안은 숙명론밖에 존재하지 않을 것이다. 하지만 한은 숙명론과 다른 것이다. 숙명론은 삭힘이 불완전하게 이루어진 상태, 즉 내재화와 관계가 있다.

통제 불가능한 사건 혹은 불가항력적인 사건이 합체, 내사, 내재화 등의 불완전한 삭힘을 유발한다는 점에서 한과 밀접한 관계가 있는 것은 틀림없지만, 그러한

사건이 정서적 지혜로서의 한을 직접 낳을 수 있는 것은 아니다. 통제 불가능한 사건을 겪는다고 정서적 지혜로서의 한을 터득할 수 있는 것도 아니며 그러한 사건을 안 겪었다고 해서 정서적 지혜로서의 한을 체득하지 못하는 것도 아니다.

한은 먼지처럼 쌓여가는 세상살이의 온갖 일들로부터 김소월이 ‘저만차’라고 표현한 정서적인 거리감⁸⁹⁾을 유지할 수 있는 지혜를 터득해가는 과정이라고 할 수 있다. 그리고 정서적 지혜에 해당되는 한의 삭힘을 체득하고 나면, 설사 통제 불가능하거나 외견상 불가항력적으로 보이는 사건을 겪더라도 숙명론이나 절망적인 개념 상태에 빠지지 않을 수 있는 심리적인 힘을 얻을 수 있기에 바로 한국인은 전통적으로 한을 소중한 문화적 자산으로 공유해 왔던 것이라고 할 수 있다. 여기서 중요하게 짚고 넘어가야 할 점은 심리학적으로 잠재 능력을 갖추고 있다는 것이 반드시 현실에서 수행을 나타낸다는 것을 의미하는 것은 아니듯이, 한의 삭힘이라는 정서적 지혜를 터득하는 것을 통해 외견상 불가항력적인 일을 겪더라도 좌절하지 않고 능히 헤쳐 나갈 수 있는 심리적인 자원을 갖추게 되는 것과 실제로 그러한 사건을 겪는다는 것은 분명히 서로 다른 것이라는 것이다.

2. 심리·사회적인 성숙이 빚어내는 삶의 지혜로서의 한

한을 정서적 지혜로 개념화할 때의 장점 중 하나는 기존의 심리학적인 접근들에서처럼, 한을 특수한 비극적인 사건에 의해 유발된 감정적인 반응 및 대처양상으로 정의하는 것이 아니라, 심리·사회적인 성숙의 맥락에서 조망할 수 있도록 해준다는 점이다. 에릭슨(Erik H. Erikson)은 사람들이 노년기에 터득하게 되는 삶의 지혜 중 하나가 “삶에 관한 걱정에서 벗어나 죽음의 문제에 직면하는 것”⁹⁰⁾이라고 하였다. 이러한 에릭슨의 이론은 최상진⁹¹⁾의 연구에서 한의 마지막 단계에서는 한을 경험하는 사람이 마치 남 얘기를 하듯이 현실을 초월한 듯 한 태도로 자신의 한을 대하게 된다고 기술했던 것과 일맥상통한다고 할 수 있다. 이러한 점은 한을 완성하기 위해서는 심리적인 성숙 과정이 선행되어야 한다는 점을 시사해 주

89) 김윤식 외, 『한국문학사』(민음사, 1973), 147~148 쪽

90) Erikson, E. H., *op. cit.*, p. 133.

91) 최상진, 앞의 논문(1993), 77~92 쪽

는 것으로 보인다.

한이 인생을 살아가는 동안 먼지처럼 쌓여가는 것이라고 할 때, 먼지의 상징적인 의미는 바로 세월의 발자취를 의미하는 것으로 보인다. 이런 맥락에서 한의 체험에서 결정적인 요소는 비극적인 사건이 일어나는 것이 아니라 세월이 흐름에 따라 심리·사회적인 성숙이 이루어지는 것일 수 있다.

최상진의 연구에서 대학생들이 자신은 한을 경험하지 않았지만 중년에서 노년에 이르는 여성이나 남성들은 한을 경험한다고 응답한 것은 그들이 동시출생(cohort) 집단에 속하지 않았기 때문이라기보다는 앞서 소개한 것처럼 심리적인 성숙에서의 차이를 반영하기 때문으로 생각된다. 이런 점에서 안신호⁹²⁾의 연구는 그러한 주장을 뒷받침해줄 수 있는 지지증거를 제시해 주는 것으로 보인다. 그는 연령이 초·중·고·대학생으로 높아질수록 이타적인 행동의 뿌리가 되는 비애감을 내면화하는 양상이 더 증가하는 경향이 있다고 보고하였다. 이러한 결과를 고려해 볼 때, 최상진의 연구에서 대학생들이 한을 경험하지 않았다고 보고하게 된 것은 그들이 심리적인 성숙의 측면에서 정서적 지혜로서의 한을 수용하고 체득할 수 있을 만한 연륜에 도달하지 못했기 때문이었던 것으로 해석할 수 있다.

최상진의 연구에서 한을 경험하지 않았다고 응답했던 대학생들이 그 때까지는 한을 유발할 만한 특수한 비극적인 사건을 겪지 않았지만 장차 살아가면서 그러한 비극적인 사건을 이전보다 더 많이 겪게 될 가능성을 완전히 배제하기는 어려울 것으로 보인다. 하지만 비록 그러한 가능성이 남아 있다 하더라도, 정서적 지혜로서의 한을 체험하는 데는 삶에서 특수한 비극적인 사건이 발생하는 것이 아니라, 그러한 지혜를 터득할 수 있을 정도로 충분히 심리·사회적인 성숙이 이루어졌는지 여부가 더 중요한 요인인 것으로 생각된다. 이러한 점은 에릭슨이 특별한 경험을 한 사람들만 삶의 지혜를 터득할 수 있다고 주장하지는 않았던 것과 유사한 것이라고 할 수 있겠다.

92) 안신호, 「비애가 이타행동에 미치는 영향」(서울대학교 대학원 박사학위논문 1983), 105 쪽

VI. 맺음말

민성길⁹³⁾은 화병(火病) 환자의 85.6%에서 한이 존재하며 또 화병 환자의 80.1%가 한이 화병의 원인이라고 응답했다는 점을 소개하면서 화병은 한의 연장 선상에 있는 동시에 한이 병리화한 것이라고 주장하였다. 이러한 예가 보여주듯이, 한이 한국인이 전통적인 사회-문화적인 삶에서 겪는 고통스러운 감정을 반영한다는 점은 부인하기 어려울 것으로 보인다. 이러한 점은 한을 정서적 지혜로 개념화 할 수 있다는 지금까지의 주장과는 상반되는 내용이라고 할 수 있다.

이러한 상황에서 우리는 어느 쪽이 한의 실제적인 모습을 보다 더 정확하게 기술하고 있다고 판단해야 하는가? 이것은 가치관의 문제를 포함해서 삶의 다양한 가정들이 함께 관여하도록 만드는 매우 복잡한 물음으로 생각된다. 본 연구의 주요한 목적 중 하나가 한을 긍정적 심리학의 맥락에서 재정의 하는 것이기 때문에, 이러한 의문과 관련해서는 셀리그만(Martin Seligman)⁹⁴⁾이 긍정적 심리학을 창안 하게 된 배경설명을 소개하는 것으로 답변을 대신하는 것이 합리적일 것 같다.

긍정적 심리학을 창안한 셀리그만을 유명하게 만들어 준 것은 개를 대상으로 한 ‘학습된 무기력’에 관한 실험이었다. 그는 동물을 대상으로 한 학습된 무기력에 관한 실험이 인간에게도 마찬가지로 적용될 수 있다는 것을 실험을 통해 확인하게 되었다. 다시 말해서 외부의 불쾌한 자극을 스스로 통제할 수 없는 상황에 처하게 될 사람들의 2/3는 무기력감에 빠지게 된다는 것이다. 1975년에 그는 옥스퍼드(Oxford) 대학에서 초청강의를 하게 되었다. 강연장에는 수많은 석학들이 운집해 있었고 그들 중 대다수는 그의 학습된 무력감 개념을 높이 평가해 주었다. 하지만 강의가 끝난 뒤에 영국의 임상 심리학자였던 티스데이(John Teasdale)은 그 때까지 그가 간과하고 있었던 중요한 포인트를 지적해 주었다. 그 포인트란 통제 불가능한 상황에 처했을 때 피험자들의 2/3는 무력감을 학습한 반면에 나머지 1/3은 그렇지 않았다는 것이다. 이러한 결과는 우리들에게 학습된 무력감이 존재하는 것은 부인할 수 없는 사실이지만 동시에 우리는 그 어떠한 상황에서도 좌절하지 않는 낙관적인 태도를 함께 지니고 있다는 주장도 진실일 수 있음을 보여준다. 이러

93) 민성길, 앞의 논문, 1193쪽

94) Seligman, M. E. P., *Learned optimism*, New York: Alfred A. Knopf, 1990, pp. 1~71.

한 맥락에서 티스테일은 셀리그만에게 학습된 무력감 이론 그 자체보다는 왜 피험자들의 2/3는 무력감을 학습한 반면에 1/3은 좌절하지 않았는지를 설명하는 것이 이론적으로 더 중요하다는 점을 일깨워 주었다.

이러한 점은 한에 관한 논의에서도 마찬가지로 적용될 수 있을 것으로 보인다. 셀리그만의 실험에서 무기력감에 빠진 사람들은 그 이유가 자신이 통제 불가능한 조건에 있었기 때문이라고 설명했지만 낙관적인 태도를 가지고 있었던 사람들에게 이러한 설명은 잘 들어맞지 않는 것이었다. 민성길의 연구에서도 화병 환자들은 화병의 원인이 한 때문이라고 설명했지만 그러한 해명은 지금까지 살펴 본 것처럼, 악힘의 지혜를 보이는 사람들과는 들어맞지 않는 것일 수 있다.

천이두⁹⁵⁾에 따르면, 개인이 자신이 겪은 고통에 어떻게 대처하는가에 따라 한은 이중적인 의미를 가질 수 있다. 다시 말해, 악힘이 불완전하게 이루어진 어떤 사람에게 한은 마음속에 응어리가 맺혀 있는 부정적인 상태를 의미하기도 하지만 악힘이 온전하게 이루어진 또 다른 사람에게 한은 부정적인 정서를 승화(昇華)시켰을 때의 긍정적인 감정을 뜻할 수도 있다. 중요한 것은 티스테일이 셀리그만에게 지적했던 것과 마찬가지로, 긍정적 심리학의 맥락에서 바라본다면, 화병에 걸리도록 만드는 심리적인 기제로서의 한보다는, 비슷한 체험을 했음에도 불구하고 화병에 걸리지 않을 뿐만 아니라, 오히려 삶에서 창조적인 성취를 가능하도록 해주는 심리적인 기제로서의 한이 더 의미 있는 것으로 평가 될 수 있다는 점이다. 앞에서 심리학적 접근과 정신의학적 접근을 비교하는 과정에서도 드러났듯이, 병리적인 과정을 규명하는 것이 더 중요한 영역에서는 이러한 설명과 반대되는 관점에서 설명하는 것 역시 가능할 것으로 보인다.

본 연구에서는 한국인의 삶에서 한이 보편적인 가치를 지닐 수 있다는 점을 제안하였다. 이 때 짚고 넘어가야 할 문제 중 하나는 한이 한국의 고유한 정서 혹은 지혜라는 말이 무엇을 의미하는 것인가라는 점이다. 현재 한에 관한 연구들에서는 한이 한국에만 존재하는 것이라는 관점과 한이 어느 시대 어느 민족에게나 다 있을 수 있다고 주장하는 관점이 맞서고 있다.⁹⁶⁾ 하지만 이러한 문제에서 중요한 점은 다른 나라에도 있는 지 아니면 없는 지를 밝히는 것이라기보다는, 한이 다른

95) 천이두, 앞의 논문, 12~34쪽.

96) 김종주, 앞의 논문, 76~77쪽.

나라에 존재하지 않는다면 구체적으로 한의 어떤 측면이 한국에 고유한 것이라는 것인지 또 한이 다른 나라에서도 발견될 수 있다면 구체적으로 어떤 부분이 유사점이 있다는 것인지를 명확하게 규명할 필요가 있다는 점이다.

이런 맥락에서 삭힘을 예로 든다면, 정서적 대처기제로서의 효과 면에서 삭힘과 대등한 가치를 지닌 성숙한 방어기제로서의 역제는 서구 사회에서도 얼마든지 찾아 볼 수 있을 것이다. 하지만 그러한 정서적 대처기제에 서구인들과 한국인은 매우 상반된 문화적인 의미와 가치를 부여한다는 점에서 역제는 삭힘과 다르다고 할 수 있다.

본 연구에서는 한이 숙명론과 다른 것이라는 점을 강조하였다. 지금까지 한에 관한 연구들에서는 한을 유발하는 사건으로 통제 불가능한 상황 또는 불가항력적인 사건 등을 강조했기 때문에 한과 숙명론을 구분하는 것이 매우 어려웠다. 삶에서 비극적인 사건이 일어나는 것은 정말로 피할 수 없는 일인 것처럼 보인다. 하지만 그럼에도 불구하고 우리는 셸리그만의 낙관성 이론이 제안하는 것처럼, 학습된 무기력감, 숙명론, 혹은 체념의 비애감에 빠져 살기 보다는 보다 성숙한 방식으로 대처해 나갈 수 있다. 정서적인 지혜로서의 한은 바로 그러한 것을 가능하도록 해 줄 수 있으며 그렇기 때문에 정신 건강을 유지하는 핵심적인 비결로 주목 받을 만한 자격을 갖추고 있는 것으로 보인다.

본 연구에서는 문헌적인 검토에 기초하여 한을 정서적인 지혜로 개념화 하였다. 하지만 안신호가 제안한 바 있는 것처럼, 한에 관한 이론적인 개념들이 타당성을 갖추기 위해서는 실제로 한을 경험하는 사람을 대상으로 한 연구가 절실히 요구된다 하겠다. 이 때 정신과 환자 혹은 화병 환자들을 대상으로 하는 것 보다는 정신적으로 건강한 집단을 대상으로 한에 관한 연구를 진행할 때 긍정적 심리학의 맥락에서 더 가치 있는 결과를 산출할 수 있을 것으로 기대된다.

참고문헌

- 김열규, 「한국인의 원한론: 그 이야기의 정체」, 『코리안 이마고』 서울 인간사랑 1998, 27~30 쪽
 김윤식·김현, 『한국문학사』, 서울: 민음사, 1973.

- 김정호, 「복지와 복지정서의 환경-행동 목록 (기획시리즈4: 긍정적 심리학)」 『심리학회보』 118 호 2002, 34~38 쪽.
- 김종은, 「素月の 病跡: 恨의 精神分析」. 『문학사상』 7월호, 1974, 200~216쪽.
- 김중주, 「한(恨)의 정신분석」. 『코리아안 이마고』. 서울: 인간사랑, 1998, 71~104 쪽.
- 남상호, 「논어와 공자인학」. 『중국학보』 제47집, 2003, 677~711 쪽.
- 민성길, 「화병(火病)과 한(恨)」. 『대한의학협회지』 34권 11호, 1991, 1189~1198 쪽.
- 안신호, 「비애가 이타행동에 미치는 영향」. 서울대학교 대학원 박사학위논문, 1983.
- 안신호, 「한: 한국인의 부적 감정?」. 『심리과학』 6권 2호, 1997, 61~74쪽.
- 이규태, 「한국적 행복지수」. <중앙일보>, 2000. 9. 25. 41 면
- 이재호, 최상진, 「문화적 개념의 인지 표상과 활성화 과정 한(恨)의 담화 분석과 온라인 접화 효과」 『한국심리학회지: 사회 및 성격』 17 권 1 호, 2003, 1~16 쪽
- 이창준, 「삶의 과정으로서의 한(恨)」. 『코리아안 이마고』. 서울: 인간사랑, 1998, 9~23 쪽
- 이희경, 「한국인의 사회심리와 한(恨)의 개념 I」. 『한국사회심리학회 월례회 발표초록』, 서울대학교 1996, 1~30 쪽.
- 임문혁, 「한용운(韓龍雲) 시(詩) 은유의 특질」. 『국제어문』 17 권, 1996, 127~144 쪽
- 조공호, 「문화유형과 정서의 차이: 한국인의 정서이해를 위한 시론」 『심리과학』 6 권 2 호 1997, 1~43 쪽.
- 천이두, 「한(恨)의 미학적 윤리적 위상: 그 개념정립을 위한 시론」. 『한국문학과 한』 서울 이우출판사, 1985.
- 최상진, 「한」의 사회심리학적 개념화 시도」. 『한국심리학회 연차학술발표대회 논문초록』 1991, 339~350쪽.
- 최상진, 「한국인의 심정심리학: 情과 恨에 대한 현상학적 한 이해」. 『한국심리학회 연차학술발표대회 심포지움 초록』. 1993, 77~92 쪽
- 최상진 외, 「정(미운정 고운정)의 심리적 구조, 행위 및 기능 간의 구조적 관계 분석」 『한국심리학회지: 사회 및 성격』 제14 권 1 호, 2000, 203~222 쪽
- 최상진 외, 「인고에 대한 한국인의 심리: 긍정적 보상기대와 부정적 과실상계를 중심으로」 『한국심리학회지: 사회문제』 제7 권 2 호, 2001, 21~37 쪽
- 최인재 외, 「한국인의 문화 심리적 특성이 문제 대응 방식, 스트레스, 생활만족도에 미치는 영향 정 우리성을 중심으로」. 『한국심리학회지: 상담 및 심리치료』 제14 권 1 호, 2002, 55~71 쪽
- 한완상 외, 「한에 대한 민중사회학적 시론」. 『현대자본주의와 공동체이론』. 서울: 한길사, 1988, 253~290쪽.

- American Psychiatric Association, *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. (4th ed.), Washington D. C.: Author, 1944.
- Averill, J. R., *Anger and aggression: An essay on emotion*. New York: Springer, 1982.
- Bar-On, R., *Bar-On emotional quotient inventory: A measure of emotional intelligence*. Toronto: Multi-Health System, Inc., 1997.
- Darwin, C., *The expression of the emotions in man and animals*. New York: Greenwood Press, 1969.
- Erikson, E. H., *Insight and responsibility: Lectures on the ethical implications of psychoanalytic insight*. New York: W. W. Norton and Company, 1964.
- Foucault, M., *Technologies of the Self*. Amherst, MA: The University of Massachusetts Press, 1988.
- Hofer, M., "Relationship as regulators: A psychobiologic perspective on bereavement." *Psychosomatic Medicine*, Vol. 46, 1984, pp. 183-197.
- Hofstede, G., *Cultures and Organizations*. New York: McGraw-Hill, 1997.
- Izard, C. E., *The psychology of emotions*. New York: Plenum Press, 1991.
- Kim, Kibum, *et al.*, "Palzha as self-reflective mode and attributional dimension for Korean women's rugged life story." *The Korean Journal of Women Psychology*, Vol. 7, 2002, pp. 17~29.
- Kleinman, A., *et. al.*, *Cultural appropriations of suffering in our times, Social Suffering, Berkeley*. LA: University of California Press, 1997, pp. 1~24.
- Ko, Younggun, *et. al.*, "Sakhim of Han as a mature suppression: Implications for cancer patients' emotional coping." *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 9(4), 2004, pp. 1003~1026.
- Markus, H. R., *et. al.*, "Culture and Self: Implication for cognition, and motivation." *Psychological Review*, Vol. 98, 1991, pp. 224~253.
- Mayer, J. D., *et. al.*, "Mood-congruent judgment is a general effect." *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 63, 1992, pp. 119~132.
- Mayer, J. D., *et. al.*, "What is Emotional Intelligence." *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. New York: Basic Books, 1997.
- Mayer, J. D., *et. al.*, "Emotional intelligence as a standard intelligence." *Emotion*, Vol. 1, 2002, pp. 232~242.

- Mayer, J. D., *et. al.*, "Measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0." *Emotion*, Vol. 3, 2003, pp. 97~105.
- Saint-Exupéry, A., *The Little Prince*. New York: Harvest Books, 2000.
- Salovey, P., *et. al.*, "Emotional Intelligence." *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 1990, pp. 185~211.
- Salovey, P., *et. al.*, "The positive psychology of emotional intelligence." *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press, 2002, pp. 159~171.
- Schwarz, N., "Situating cognition and the wisdom in feelings: Cognitive tuning." *The Wisdom in feeling: Psychological Processes in Emotional Intelligence*. New York: The Guilford Press, 2002, pp. 144~166.
- Seligman, M. E. P., *Learned optimism*. New York: Alfred A. Knopf, 1990.
- Seligman, M. E. P., *et. al.*, "Positive psychology: An introduction." *American Psychologist*, Vol. 55, 2000, pp. 5~14.
- Seligman, M. E. P., "Positive psychology, positive prevention, and positive therapy." *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press, 2002, pp. 3~12.
- Stemberg, R. J., "A balance theory of wisdom." *Review of General Psychology*, Vol. 2, 1998, pp. 347~365.
- Stemberg, R. J., "Smart people are not stupid, but they sure can be foolish." *Why Smart People Can Be So Stupid*. New Haven: Yale University Press, 2002, pp. 232~242.
- Stemberg, R. J., *Wisdom, intelligence, and creativity synthesized*. New York: Cambridge University Press, 2003.
- Stemberg, R. J., "Culture and intelligence." *American Psychologist*, Vol. 59, 2004, pp. 325~338.
- Vaillant, G. E., *Adaptation to Life*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1977.
- Vaillant, G. E., *The Wisdom of the ego*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1997.

● 투고일 : 2005. 7. 4.

● 심사완료일 : 2005. 8. 26.

● 주제어(keyword) : 한(Han), 삭힘(Sakhim), 정서(emotion), 지혜(wisdom), 정신건강(mental health).