



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학에 기초한
골프선수 입스(yips) 연구

지도교수 Peter Ha

경희대학교 대학원

체육학과

황 민 석

2021년 8월

메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학에 기초한 골프선수 입스(yips) 연구

지도교수 Peter Ha

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

경희대학교 대학원

체육학과 인문 · 사회과학 전공

황 민 석

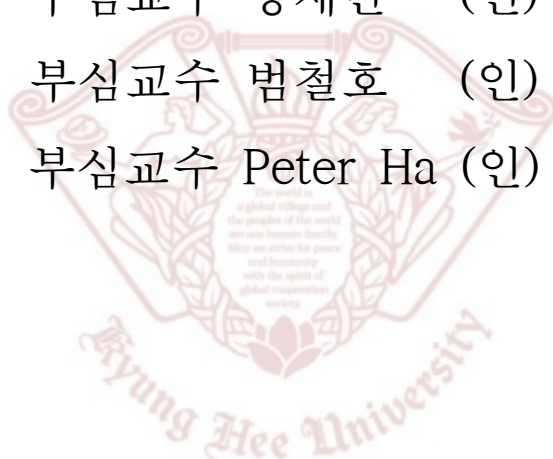
2021년 8월

황민석의 체육학 석사학위 논문을 인준함

주심교수 장재관 (인)

부심교수 범철호 (인)

부심교수 Peter Ha (인)



경희대학교 대학원

2021년 8월

목 차

국문초록	iii
영문초록	iv
I. 들어가는 말	1
1.1 연구 필요성	1
1.2 연구 목적	4
1.3 연구 방법 및 한계	5
1.4 연구 구성	7
II. 입스에 관한 선행연구 검토	8
2.1 입스의 발원지로서 신체	8
2.2 입스의 발원지로서 심리	13
2.3 신체와 심리의 기계적 병치	16
2.4 종합	18
III. 메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학: 입스 해명의 이론적 토대로서 실존적 신체도식 ..	19
3.1 고유한 신체: 세계로 향한 의식과 신체의 매개자	19
3.1.1 고유한 신체의 표현으로서 환상지(phantom limb) 문제	22
3.2 신체도식과 상황의 공간성	26
3.2.1 상황으로 향하는 신체도식의 지향성1: 슈나이더 사례	28
3.2.2 상황으로 향하는 신체도식의 지향성2: 실어증 소녀	31
3.3 신체도식과 도구: 신체도식의 확장으로서 도구	35
3.4 종합	39
IV. 내러티브 연구	41
4.1 연구방법	42
4.2 프로콜퍼 J의 입스 체험	45
V. 논의	53
5.1 입스의 발생조건으로서 숙련자의 신체도식	53
5.2 입스와 불안: 기계론적 심리학의 불안과 구별되는 신체도식의 불안	58

5.3 문제점이자 해결책으로서 골프채: 신체도식 결손의 표현이자, 재-육화 (re-embodiment)의 대상으로서 골프채	62
VI. 제언	69
6.1 선수를 위한 제언	69
6.2 후속연구를 위한 제언	71
VII. 나가는 말	72
참고문헌	73



<국문초록>

메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학에 기초한 골프선수 입스(yips) 연구

황민석

체육학 석사학위논문

경희대학교 일반대학원

지도교수 Peter Ha

이 연구의 목적은 메를로-퐁티의 실존적 신체도식에 기초해 골프선수 입스(yips)를 해명하는 데 있다. 메를로-퐁티는 근대적 이원론인 신체와 정신, 생리와 심리, 내부와 외부세계를 극복하는 새로운 영역을 정초한다. 새로운 영역이란 그것들을 근원적으로 통일하는 실존적 신체도식이다. 이것에 입각해 우리는 과학적 입스 연구와는 다른 방식으로 입스를 해명하고자 한다.

과학적 입스 연구는 생리학과 심리학이 주도한다. 그들은 입스의 발원지를 두고 팽팽하게 대립한다. 그들에 따르면 입스는 순수 생리적 문제이거나, 순수 심리적 문제이다. 하지만 생리와 심리를 아우르는 애매한 입스 증세가 밝혀졌고, 이 증세는 생리학 또는 심리학이라는 양자택일적 방식으로는 접근하기 어렵다는 것이 드러났다. 그럼에도 입스 연구자들은 생리와 심리를 더욱 작게 분해하는 데 몰두한다. 그러나 이 문제를 극복하고자 한다면 생리와 심리로 분리되기 이전의 전체적 인간을 포착해야 한다. 이 연구는 그것을 메를로-퐁티의 실존적 신체도식에 입각해 확보하고, 이것에 근거해 입스를 해명한다.

간단하게 이 연구를 요약하자면, 이 연구는 입스를 ‘생리학적 신체’ 또는 심리의 양자택일적 문제가 아니라, 그것들을 실존의 차원에서 통일하는 신체도식의 결손 문제로 고려한다. 이때 신체도식은 반복적인 실천적 행위를 통해 체득되는 것이기 때문에, 입스는 초보자가 아니라 숙련자에게서만 발생한다는 것을 밝힌다(5.1). 그러므로 입스에서 발생하는 불안 역시 신체도식과 연관된다(5.2). 나아가 신체도식에 입각해 입스와 골프채 문제를 중심주제로 부각시킨다(5.3). 이는 선행 연구들이 골프채 문제를 주변사태로 간주했던 것과 구별된다. 마지막으로 이 연구는 입스 해결책으로 굳건한 심리 구축과 생리적 기관의 치료를 제시하지 않는다. 그보다는 임상심리학적 연구결과에 기초해 ‘운동방식과 운동흐름의 재건’을 해결책으로 내놓는다(6.1).

Key words: 입스, 골프, 신체도식, 신체 현상학, 메를로-퐁티.

<Abstract>

A Study of Golfer's Yips Based on Merleau-Ponty's Existential Body Phenomenology

Minseok Hwang

Master in Physical Education

Graduate School of Kyung Hee University

Advisor: Prof. Dr. Peter Ha

The purpose of this study is to elucidate the golfer's yips based on Merleau-Ponty's existential body schema. Merleau-Ponty establishes a new realm of overcoming the modern dualism of body and mind, physiology and psychology, and the inner and outer world. The new realm is the existential body schema that fundamentally unifies them. Based on this, we attempt to explain the yips in a new way that is different from scientific yips research.

Scientific yips research is driven by physiology and psychology. They clash over the origin of the yips. According to them, the yips is either a purely physiological problem, or a purely psychological problem. However, an ambiguous yips symptom that encompasses the physiological and the psychological has been revealed, and it has been found that this symptom is difficult to approach through physiology or psychology. Nevertheless, researchers are preoccupied with decomposing human being into smaller physiological and psychological monads to solve the yips. However, if we want to overcome this problem, we need to capture the whole human being before it is separated into the physiological and psychological factor. This study secures it based on Merleau-Ponty's existential body schema, and explains the yips based on this.

To briefly summarize this study, this study considers the yips not as a dualistic problem of 'physiological body' and the psychological, but as a problem of damage to the body schema that unifies body and mind at the level of existence. Since body schema is acquired through repetitive practical actions,

this study reveals that the yips occurs only in skilled player, not beginner(5.1). Anxiety arising from the yips is therefore also related to body schema(5.2). Based on the body schema, this study highlights a problem of the yips and golf club as a central theme (5.3). This is distinct from previous studies that considered the golf club problem as a peripheral topic. Finally, this study does not suggest the establishment of a robust psychological state and the treatment of physiological organs as the yips's solution. Rather, based on the result of medical psychology research, we will present a 'reconstruction of movement mode and movement flow' (6.1)

Key words: Yips, Golf, Body Schema, Body Phenomenology, Merleau-Ponty.



I. 들어가는 말

1.1 연구 필요성

이 연구의 주제는 골프선수의 입스(yips)다.¹⁾ 연구자에 따라 입스를 다양하게 정의하고 있지만, 그럼에도 공통점을 찾을 수는 있다. 입스는 특정 운동에 대한 비자의적인 신체적 실수다. 또한 연구자들이 공통적으로 지적하는 입스의 흥미로운 특징이 있다. 그것은 입스가 숙련자에게서만 발생하는 운동장애이며, 이 운동 장애는 전반적인 운동수행능력이 아니라, 특정한 운동수행능력만을 앓아간다는 점이다. 그 대표적인 사례는 프로골퍼 어니 엘스로 꼽힌다. 엘스는 이미 권위 높은 골프대회들에서 우승을 거머쥐었던 정평이 난 프로골퍼다. 그런 그가 2016 마스터즈 대회에서 1~2m 거리의 퍼팅을 6번의 시도 끝에 성공시켰다. 고난도의 퍼팅도 아니고, 한 발자국 앞의 퍼팅을 6차례나 실수하는 것을 지켜보던 해설진은 놀라움을 금치 못했으며, 경기 후 엘스 자신도 당황스러움을 표현했다. 그런데 엘스의 실수는 매우 독특했다. 전체적인 운동능력이 하락되는 슬럼프와 다르게, 엘스는 오직 퍼팅에서만 문제를 보여주었기 때문이다. 그는 드라이브 등 다른 샷은 챔피언의 수준으로 수행했다. 연구자들이 이 사례를 대표적인 입스로 꼽는 이유는: 입스는 숙련자의 운동장애인데, 놀랍게도 특정한 운동능력만을 앓아간다.

이런 독특한 입스가 과학적 차원에서 연구되기 시작한 것은 1980년대 중후반 이후다. 입스 연구를 주도한 분과학문은 생리학과 심리학이다. 생리학은 입스를 ‘국소 근긴장(focal dystonia)’으로, 심리학은 입스를 ‘성과 압력 아래에서의 불안(choking under pressure)’으로 규정했다. 이 과정에서 생리학과 심리학은 서로를 입스의 원인에서 박탈했다. 생리학은 순수 생리학적 기관의 문제에서만, 심리학은 오직 내적 불안에서만 입스의 원인을 찾기 때문이다. 하지만 아직까지 입스의 병인이 밝혀진 것은 아니다.²⁾

1) 입스는 골프에서 사용되는 용어이지만, 골프선수만의 문제는 아니다. 입스는 수준 높은 피아니스트, 글작가, 양궁선수 등에서도 발견된다(Klämpfl, 2020). 이런 이유로 입스는 움직임의 장인들에게서 발생하는 운동장애로 규정되기도 한다(McDaniel et al., 1989). 그럼에도 대부분의 입스 연구는 골프선수로 향해 있다(Clarke et al., 2015). 연구자들이 골프선수의 입스에 집중하는 이유는 골프에서 입스의 독특성이 가장 잘 드러나기 때문이라고 생각된다.

먼저 생리학은 입스에서 불안과 강박관념 등 심리 내적 문제가 있다는 것 발견했지만, 이를 입스의 원인에서 제거한다. 생리학은 인간을 둘러싼 상황(맥락)과 심리를 배제할 때, 인간을 더욱 객관적으로 연구할 수 있다고 믿기 때문이다. 다시 말해 입스에 관한 한 생리학은 인간을 신경, 뼈, 근육 등으로 이루어진 기계적 총합 정도로만 고려한다. 그리고 입스란 기계의 기능고장이다. 기능고장으로 인해 기계적 운동이 정상적으로 수행되지 않는다. 그래서 입스를 해결하기 위해서는 고장이 발생한 정확한 위치를 찾고, 그 부품을 수리해야 한다. 이것에 따르면 어니 엘스의 퍼팅 실수는 심리와 무관하게 존재하는 생리학적 기관의 고장에 있으며 해결책은 고장난 부위를 제거하거나 고치는 데 있다.

반면에 심리학은 입스의 원인을 불안에서 찾는다. 심리학에 따르면 입스는 ‘성과압력 아래에서의 불안(목줄림)’이다. 그 전제는 심리(불안)와 ‘생리학적 신체’의 일대일 대응관계다. 다시 말해, 심리학은 외면상 생리학을 거부하는 것으로 보이지만, 사실 ‘생리학적 신체’에 의존하여 입스를 설명한다. 심리학에 따르면, 인간이 고도의 불안에 직면하면 의식이 고조된다. 고조된 의식은 ‘생리학적 신체’의 운동에 개입한다. 그리고 개입된 의식은 운동수행을 방해하는데, 의식이 극단적으로 운동을 방해하는 것이 입스다.³⁾ 가령 입사 최종면접 앞에서 인간은 매우 불안하여 손이 떨리고, 땀이 나며, 배가 아프다. 입스는 극단적 불안에서 발생하는 의식의 개입으로 인한 ‘생리학적 신체’의 운동장애다. 이 관점에서 어니 엘스의 퍼팅 실수는 매우 불안한 의식이 ‘생리학적 신체’를 잘못 조종하기 때문에 발생한다. 해결책은 흔들리지 않고 평온한 심리와 의식을 만들어주는 것이다.

본 연구는 생리학보다 심리학에 더욱 가깝다. 하지만 이 연구는 입스를 불안과 ‘생리학적 신체’의 일대일 대응관계로 여기는 심리학과 결별한다. 물론 성과의 압력에서 우리는 ‘생리학적 신체’의 이상증세를 체험한다. 이것은 사실이다. 하지만 입스의 불안은 ‘생리학적 신체’의 문제가 아니다. 입스의 불안은 심리와 신체의 기계적 관계에서 설명되지 않기 때문이다. 불안이 사라진 상태에서도 입스

2) Klämpfl, M, “Mentale Leistungsphänomene im Sport” in *Sport in Kultur und Gesellschaft*, ed. Güllich, A., Krüger, M.(Springer Verlag, 2019), p. 9.

3) Masters, R. S. W.,(1992), “Knowledge, Knerves and Know-How: The role of Explicit Versus Knowledge in the Breakdown of Complex Motor Skills Under Pressure”, *British Journal of Psychology* 83: pp. 343-358. 이것에 따르면 입스란 성과압력 아래에서 불안의 극단적인 모습이다.

는 지속되며⁴⁾, 애초에 불안하지 않았는데도 불구하고 입스가 발생한다.⁵⁾ 게다가 현상학적으로 입스를 연구한 O' Brien이 잘 지적했듯이, 입스의 불안은 내적심리 상태가 아니라, 상황과 관련된다(이 연구의 4.2와 5.2를 볼 것). 입스의 불안은 내적 심리와 '생리학적 신체'의 차원에서는 해명될 수 없다. 이런 이유로 O' Brien은 다음과 같이 주장한다: 기존의 과학적 입스 연구(생리학과 심리학)에서 후퇴하는 것이 오히려 입스를 해명하는 데 기여한다.⁶⁾

그렇다면 신체와 심리를 분리된 실체로 보는 생리학과 심리학에서 어떻게 벗어나 수 있을까? 다양한 이론이 가능하겠지만, 이 연구는 메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학에서 입스에 접근하는 이론적 토대를 찾는다. 왜냐하면 메를로-퐁티는 생리와 심리를 교통하는 새로운 제3의 차원을 정초했기 때문이다. 이때 새로운 차원이 바로 실존적 신체도식이다. 이것에 따르면 신체와 심리는 서로 분리된 실체가 아니다. 그것은 상황(세계)으로 향한 운동에서 통일되는 실존의 두 가지 계기일 뿐이다.⁷⁾ 그러므로 우리는 신체와 심리를 서로 독립적으로 존재하는 것처럼 고려하는 기존의 과학적 이원론에서 벗어나 입스를 연구할 수 있다. 우리의 관점에서 어니 엘스의 퍼팅 실수, 즉 입스는 생리와 심리를 통일하고 있는 실존적 운동방식의 결손 문제이며, 이것의 해결책은 운동방식의 재건과 관련된다. 이로써 이 연구는 국내에서 통용되는 심리학적 입스 해결책과 전혀 다른 해결방안을 제시할 수 있을 것이라고 기대된다.

4) Bawden, Mark A.K., "Psychological Mechanisms that underpin the 'yips' in Sport" (PhD. diss., University of Sheffield Hallam, 2002).

5) O'Brien, P. "The Yips: a Phenomenological Investigation into The Experience of A Lost Movement" (PhD diss., University of Duquesen, 2019). O'Brien의 연구참여자들은 불안하지 않은 상황에서 특정한 심적 충격을 겪은 후 입스에 시달린다.

6) O'Brien, P.(2019, 44쪽).

7) 이남인, 『후설과 메를로-퐁티 지각의 현상학』, 한길사, 2020, 179쪽.

1.2. 연구 목적

이 연구의 목적은 메를로-퐁티의 실존적 신체도식에 입각하여 골프선수의 입스 문제를 해명하는 데 있다. 왜 메를로-퐁티의 실존적 신체도식에 입각해 입스를 연구하는가? 왜냐하면 메를로-퐁티가 가장 설득력 있는 방식으로 과학적 시선(생리학 또는 심리학)에 환원되지 않는 인간의 신체개념을 실존적 신체도식에서 정립했기 때문이다.⁸⁾ 그리고 이것을 정립하는 과정에서 그는 과학적 객관성으로는 설명되지 않는 병적 질환들을 전-객관적 신체로써 해명한다.

이 연구는 입스라는 운동장애를 전-객관적 신체를 통해 해명해야 하는 문제라고 본다. 왜냐하면 입스를 ‘생리학적 신체’ (생리학) 또는 심리와 ‘생리학적 신체’의 일대일 대응관계로만(심리학) 고려하는 기존의 연구방식으로는 최근 소수의 연구자들이 주장하는 입스의 애매성에 대해 알 수 없기 때문이다.⁹⁾ 입스의 애매성은 생리학적이고 심리학적으로, 즉 과학적 객관성으로는 투명하게 이해되지 않는다. 따라서 이 연구는 입스를 전-객관적 신체, 즉 실존적 신체도식을 통해 해명하고자 한다.



8) Gugutzer, R., *Verkörperung des Sozialen*, Transcript, 2012, p. 29. Gugutzer는 메를로-퐁티가 현상학적 신체개념(lived body, Leib)으로 전통적 신체와 정신의 이원론을 가장 설득력 높게 극복했다고 말한다. 그리고 메를로-퐁티에게 있어서 현상학적 신체개념과 실존적 신체도식은 동일하다. 관련하여 하피터(2010), 태권도 품새에서의 전-주체적 모방과 고유한 신체(owned body)개념, **한국체육철학회** 18(4).를 참고할 것.

9) 이 연구의 2.3.을 참고할 것.

1.3. 연구 방법 및 한계

연구 목적에 도달하기 위해 우리는 메를로-퐁티가 자신의 주저 『지각의 현상학』에서 정립한 실존적 신체론에서 이론적 토대를 마련한다. 여기서 획득한 실존적 신체개념을 경험의 차원에 적용시킬 것이다. 이 경우 두 가지 적용방법을 생각할 수 있다. 하나는 양적연구이고 다른 하나는 질적연구다. 우리는 질적연구를 채택한다.

왜 질적연구인가? 입스가 ‘얼마나 많은 선수들에게서’ 그리고 ‘시간적으로 얼마나 자주’ 발생하는가를 포착하는 것은 중요하다. 하지만 이러한 양적 연구는 이미 서양에서 많이 수행되었다. 이것을 또다시 규명하는 것은 입스 관련 논문의 양적 확장에만 기여할 뿐이다. 게다가 입스를 양적 연구로 연구하기에는 그 사태가 매우 복잡하다. 입스는 육화된 심리의 문제이면서도 동시에 그가 처한 상황과 관련된다. 이에 대해서 빈도와 상관관계가 알려줄 수 있는 것은 그리 많지 않다. 오히려 빈도와 상관관계는 그것을 체험하는 선수의 생생한 경험을 평균화하여 “수학적으로 측정할 수 있는 차원으로 축소시킨다...[양적 연구에서] 스포츠라는 신체 지향적 생활세계에서의 개인적 행위, 집합 행위의 주체성, 맥락 관련성은 고려에서 배제된다. 숫자들은 관건이 되는 인물이나 사물의 특별한 특성을 추상화시키며...자체 현실을 만들어낸다.”¹⁰⁾ 즉 입스에 대한 양적연구는, 입스를 겪는 선수의 독특한 특성과 그가 행위하는 구체적이고 사실적인 맥락(상황)을 일반화해버린다. 양적연구에서 일반화는 핵심적인 요소지만, 우리의 관점에서 양적 일반화는 오히려 입스에서 반드시 지적되어야 하는 조건들을 희석하는 문제가 된다. 즉 생생한 경험을 수학적 차원으로 축소함으로써 입스 해명에서 반드시 필요한 조건들이 배제된다. 여기에서 벗어나기 위해 우리는 질적연구를 수행한다.

물론 질적연구 역시 문제를 갖는다. 특히 질적연구는 “순수하게 기술적인 것에 빠져 들어 이미 누구나 알고 있는 것을 단지 다른 언어로 반복하는 경향”¹¹⁾을 보인다. 이를 피하기 위해서는 질적연구는 이론과 분리되어서는 안 된다.¹²⁾

10) 베테, 『사회의 스포츠』, 송형석·이철 옮김, 이론출판, 2012, 104쪽.

11) 베테(2012, 118쪽).

우리는 질적연구를 통해 얻은 자료와 실존적 신체론을 끊임없이 연루시킴으로써 이런 문제를 피할 것이다. 또한 지금까지 국내외 입스 연구에서 실존적 신체론에 입각한 입스 연구는 거의 찾아볼 수 없다. 따라서 우리의 질적연구는 기존의 내용의 반복이 아니라, 실존적 신체론의 관점에서 입스를 해명하기 위해 반드시 필요한 “필수적 다양성”¹³⁾을 확보하는 시도다.

그런데 이 연구에서 진행한 내러티브 연구의 대상은 1명의 프로골퍼에 국한된다. 이에 따라 일반화 가능성에 대한 지적을 받을 수 있다. 하지만 우리는 입스 문제가 현상학적 신체론을 통해 해명될 수 있음을 제시하는 데 초점을 맞추고 있다. 그러므로 일반화 가능성은 이것의 적용 가능성을 인정받은 이후에 후속적으로 연구할 문제로 남겨둔다.



12) 베테(2012, 118쪽).

13) Ashby(1956; 베테, 2012, 122쪽 재인용).

1.4. 연구 구성

연구의 구성은 다음과 같다.

첫째, 입스 연구를 주도하는 선행연구를 검토한다(Ⅱ). 이를 통해 입스 연구 흐름 속에 이론적 틈이 있음을 살펴볼 수 있을 것이다. 그럼으로써 왜 입스 연구에 메를로-퐁티의 신체론이 필요한지 객관적 맥락에서 제시할 수 있을 것이다.

둘째, 이론적 토대로서 메를로-퐁티의 신체론을 고찰함으로써 기존의 입스 연구에서 수행되던 전통적 신체론을 극복하고자 한다(Ⅲ). 이를 통해 입스를 새로운 관점에서 밝힐 토대를 마련할 수 있다.

셋째, 내러티브 연구를 통해 입스에 관한 경험적인 근거를 마련한다(Ⅳ). 지금까지 입스 연구는 생리학과 심리학의 주도하에 이루어져 왔다. 그러므로 현상학적인 경험적 사례와 근거는 찾아보기 힘들다. 이에 따라 이 연구는 프로콜퍼와의 내러티브 면담을 통해 현상학적 입스 연구를 위한 사실적인 근거를 마련하고 그 위에서 입스 연구를 진행한다.

넷째, 메를로-퐁티의 실존적·현상학적 신체도식에 입각하여 입스를 해명한다(Ⅴ). 먼저 입스의 발생조건이 숙련자의 신체도식이라는 것을 따져볼 것이다. 둘째, 입스의 불안이 신체도식과 관련된 불안이라는 것을 살펴볼 것이다. 셋째, 지금까지 입스 연구에서 결코 중심주제가 된 적이 없는 골프채 문제를 다룰 것이다.

다섯째, 우리는 두 가지를 제안한다(Ⅵ). 하나는 선수를 위한 것이다. 임상심리학의 연구결과를 제시함으로써 선수들에게 새로운 입스 해결 방식을 제시한다. 그리고 후속연구를 위한 제언을 진행한다.

II. 입스에 관한 선행연구 검토

유독 골프에서 많이 보고되는 입스 문제는, 1980년대 중후반 서양 학자들로부터 주목받기 시작했다. 당시 연구자들의 주된 관심사는 입스의 발원지를 정확하게 규정하는 것이었다. 입스의 발원지를 탐구하는 데 있어서 두 가지 과학적 관점이 서로 대립적인 입장을 견지했으며, 여전히 긴장 상태가 유지되고 있다. 이 긴장을 만들어낸 개별학문은 생리학과 심리학이다.

생리학과 심리학은 서로를 배제한 채 연구하기 때문에 입스라는 인간적 현상을 생리적 과정으로 또는 심리적 상태로 환원해버리는 불만족스러운 연구성과를 내놓았지만, 그들의 과학적 공로를 결코 무시할 수는 없다. 특히 생리학적 국소적 근긴장(a focal dystonia)¹⁴⁾과 심리학의 목졸림(choking)¹⁵⁾은 입스가 단순한 실수가 아니라 과학적 문제라는 인식을 갖게 되는 계기를 마련했다. 이를 통해 입스는 현재까지 진지한 과학적 탐구영역에 속해 있으며, 스포츠과학자들뿐만 아니라 의학과 심리학에 속한 연구자들 역시 입스에 관심을 가지고 그것을 해결하기 위해 노력하는 토대가 마련되었다.

아래에서는 입스에 관한 생리학적·심리학적 연구들의 이론적 근거를 검토함으로써 지금까지 입스 연구의 성과와 문제에 관한 큰 맥락을 제공하고자 한다. 이를 통해 우리는 입스에 대한 과학적 이해를 획득할 수 있는 동시에, 입스에 대한 현상학적 신체도식 연구가 필요한 이유를 도출할 수 있을 것이다.

2.1 입스의 발원지로서 신체

앞에서 언급한 바와 같이, 입스 연구의 생리학적 길을 열어준 것은 McDaniel et al.(1989)이다. 그들은 입스를 특히 골퍼의 연마된 운동수행에서 발생하는 비자의적인 움직임¹⁶⁾이라고 정의했다. 이 연구에 따르면 입스는 기능적 근긴장 또는

14) McDaniel et al.(1989). "The "Yips": a Focal Dystonia of golfers", *Neurology* 39: pp. 192-195.

15) Baumeister(1984). "Choking Under Pressure: Self-Consciousness and Paradoxical Effects of Incentives on Skillful Performance", *Journal of Personality and Social Psychology* 46(3): pp. 610-620.

16) McDaniel et al.(1989, p. 192).

경련과 유사한 신경생리학적 장애다. 입스와 유사한 장애의 대표적인 예는 글작가의 경련(writer's cramp) 또는 피아니스트의 경련이다.

그들은 두 가지 국면으로 연구를 구성하는데 하나는 사례 연구(case study)이며, 다른 하나는 69개의 질문항으로 구성된 설문조사다. 사례연구 참여자는 35살의 프로골퍼이며, 퍼팅을 수행할 때 비자의적인 떨림과 경련에 시달렸다. 그의 입스는 특정 운동능력과 특정 상황과 연관되었다. 입스는 드라이버나 칩샷에서는 발생하지 않았으며, 또한 그것은 오직 토너먼트 경기에서만 발생했다.

연구대상자는 골프채 파지법을 바꾸면서 입스에서 벗어난 것처럼 보였다. 오른손 파지법을 사용하던 그가 왼손으로 골프채를 파지하는 방법을 체득했을 때, 마침내 입스로부터 해방되었기 때문이다. 그러나 그가 기존에 익숙하던 오른손 파지법을 사용하여 퍼팅을 수행하면, 입스는 재발했다. 생리학은 이에 대해서 구체적인 설명을 제시하지 않았다. 하지만 우리의 논의(5.3)에서 이는 매우 중요한 역할을 담당할 것이다.

두 번째 연구 국면에서 연구자들은 69개의 질문항으로 구성된 설문지를 1,050명의 골퍼들에게 배포했다. 그들은 다양한 신체적 문제들을 보여주었는데, 갑작스러운 경련, 떨림, 쥐(spasm)가 대표적이다. 또한 입스에 시달리는 46%는 시합이 끝난 뒤 연습상황에서도 이러한 증상에 시달린다고 말했다. 이를 극복하기 위하여 약 50% 가량은 “속임수 동작(trick movement)”을 수행했는데, 퍼팅 동작과 자세를 수정하는 것을 의미한다. 대략 20%는 약을 복용하는데, 졸피뎀과 같은 항불안제이다. 선수들이 이 약물을 복용하는 이유는 입스에 시달릴 때 불안을 체험하기 때문이다. 정신의학적 질문항인 “강박적 사유”에서 입스 경험자들은 불안으로 인해 의식 집중에 문제를 겪는다고 보고했다. 그런데 흥미롭게도 입스 때문에 항불안제를 복용한 사람 중 85%는 그것으로 입스가 개선되지 않았다고 보고했다.

심리적 불안에 대한 복잡한 사안이 존재함에도 불구하고 연구자들은 입스를 순수 기능적 근경련이라고 결론짓는다. 그 이유는 입스 경험자와 비-입스 경험자 그룹 간 불안의 정도에는 통계학적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았기 때문이다. 따라서 연구자들은 불안은 주된 원인이 아니고, 단지 입스의 상태를 악화시키는 것이라고 주장한다. 그들은 병태생리학에서 밝힌 근경련을 기술하면서 논

문을 마무리하는데, 이러한 신경생리학적 운동장애는 기저핵(basal ganglia) 또는 시상(thalamus)에서 뉴런 신호의 출력을 교란시키는 이상이 발생하여 운동피질에 문제를 일으킬 때 발생하는 것이다. 입스 역시 이 문제에 의한 기능적 근긴장이 다. 그들에 따르면, 심리적 불안은 입스의 원인이 될 수 없다.

Sachdev¹⁷⁾는 McDaniel et al.¹⁸⁾의 연구를 이어받는다. 그는 입스를 골프선수의 경련(Golfer's cramp)라고 표현한다. 여기에서 알 수 있듯이, 그는 갑작스런 경련으로 인해 연마된 운동능력이 붕괴된다고 알려진 글작가와 피아니스트의 경련이 골프의 입스와 동일하다고 간주한다. 그에 따르면, 이러한 종류의 장애는 그 병인이 명백하게 밝혀지지 않았다. 따라서 그의 연구 목표는 이 운동장애가 과연 신체적 문제인지 아니면 심리적 문제인지를 규명하는 데 있다.

그는 20명의 골퍼들로부터 임상의학적 특징들을 도출했다. 대상자들은 입스로 고통받는 이들이며, 정신병리학적 자가진단(self-reported)을 진행했으며, 정신적이고 시각운동적인 신체적 능력을 확인하기 위하여 신경정신학적 검사도 진행되었다. Sachdev의 연구에서 도출된 사실들은 다음과 같다: 가장 전형적인 입스의 특징은 입스가 10대부터 골프를 쳐온 중년 골퍼에게서 나타난다는 점, 입스는 다른 샷에는 상대적으로 영향을 미치지 않는다는 점, 그들은 입스를 경쟁적 상황에서 겪는다는 점. 이들 중 85%는 토너먼트와 같은 스트레스 상황에서 골프를 수행하는 도중에 입스를 경험했는데, 그중 25%는 비경쟁적 상황에서도 입스를 경험했다.

그러나 심리적 문제는 입스 그룹과 ‘비-입스’ 그룹 간의 비교연구에서 입스의 원인이 되지 못하는 것으로 드러난다. 물론 입스 경험자들은 주관적인 자가진단(self-reported)에서 강박적 사유와 행동 그리고 걱정이 입스에 유의미한 영향을 끼치고 있다고 보고했다. 그러나 이를 과학적으로 일반화할 수 있는 조사도구를 통해서 관찰했을 때, 그것은 통계학적으로 유의미하지 않다. 이것에 근거해 Sachdev는 심리학자들과 스포츠심리학자들이 주장하는 심리학적 요인들은 입스가 높은 압력 아래에서 수행되는 샷에서 발현된다는 단편적인 사실에만 근거한

17) Sachdev, P.(1992). "Golfer's Cramp: Clinical Characteristics and Evidence Against it Being an Anxiety Disorder", *Movement Disorder* 7(4), pp. 326-332.

18) McDaniel et al.(1989).

다고 꼬집는다. 그에 따르면 어떤 참여자의 심리적 상태도 정신병리학적인 객관적 기준에서 증명되지 못한다. 따라서 그는 운동장애와 근경련이 환경적 스트레스(성과압력)와 불안에 연관된다고 지적하지만, 그것은 입스의 원인이 아니라 입스를 심화시키는 촉진제의 역할일 뿐이라고 단언한다.

비록 그는 높은 수준의 걱정과 흥분은 입스 경험에 항상 수반되는 것으로 인정하지만, 이것을 입스의 원인으로 볼 수는 없다고 말한다. 연구에서 나타났듯이 입스는 유기체적 이상¹⁹⁾에서부터 시작하는 문제이기 때문이다. 따라서 “입스는 불안과 신경으로 인한 것이 아니다”²⁰⁾. 결국 그는 입스를 글작가의 근경련과 같은 국소 또는 생리학적 근긴장이라고 결론짓는다.

McDaniel et al.²¹⁾과 Sachdev²²⁾의 연구는 차이점보다는 공통점이 더욱 두드러지게 나타난다. 그들은 불안, 걱정 등의 심리적 요인들을 인정하지만, 그것을 2차적인 것으로 몰아내고, 원초적인 입스의 원인을 생리학적·물리학적 신체에서만 찾는다. 또한 입스 극복의 전략으로 새로운 신체적 습관을 재구축하라는 것 역시 공통적이다. 그러나 그것이 왜 입스 극복의 토대가 되는지는 밝히지 않았다. 또한 생리학적 입스 연구는 입스가 발생하는 맥락과 그에 상응하는 심리발생은 다루지 않는다. 그들에게 입스가 불안과 관련된다는 것은 생리학적으로 무의미하다. 생리학적 연구에 따르면, 우리는 상황적 맥락에 따른 상이한 심리적 상태를 무시해야만 한다.

McDaniel과 Sachdev가 마련한 생리학적 연구의 토대 위에서 탐구된 후속연구에서 생리학적 입스 연구가 심리적 요인을 철저하게 무시하고 있다는 사실이 더욱 분명하게 드러난다. Clarke et al.²³⁾에 따르면, 생리학적 연구에서 가장 많이 사용된 것은 근전도(EMG) 검사다.

Adler et al.²⁴⁾의 연구는 입스 경험자들이 퍼팅을 시도할 때 발생하는 근육활동의 전류 흐름을 근전도 검사를 통해 드러내는 데 있다. 이 연구에는 20명이 참여

19) Sachdev(1992, p. 331).

20) Sachdev(1992, p. 330).

21) McDaniel et al.(1989).

22) Sachdev(1992).

23) Clarke et al.(2015).

24) Adler et al.(2005), “Abnormal Co-Contraction in Yips-Affected but Not Unaffected Golfers Evidence for Focal Dystonia”, *Neurology* 64 pp. 1813-1820.

했으며 10명은 입스 경험자이고, 나머지 10명은 비-입스 경험자다. 그들은 근전도 센서를 흉근, 삼각근, 이두박근, 삼두근, 손목, 원회내근 등에 부착했다. 퍼팅 이전의 선수의 상태는 평온한 상태, 글쓰기와 같은 팔을 움직이는 기술을 이용하여 기록하였으며, 퍼팅은 실내에 마련된 인공적인 평평한 그린에서 실시되었으며, 참여자들은 총 75개의 퍼팅을 시도했다. 6피트 거리에서 30개, 3피트 거리에서 10개, 8피트 거리에서 35개의 퍼팅이 수행되었다.

그들의 연구결과는 구력과 입스 관계에서 통계적 차이를 발견했다. 입스 경험자들은 비-입스 경험자들보다 오랜 구력을 갖추고 있다. 또한 근전도 검사 결과 모든 입스 경험자들은 가시적으로 근경련과 전완근의 꼬임을 보여주었다. 입스 경험자 10명 중 5명은 근육의 굴근과 신근 모두에서 손목의 수축(contraction)이 나타난 반면에, 비-입스 경험자들 10명 모두 이러한 수축을 보이지 않았다. 이것에 기초하여 연구자들은 입스를 근경련 중 하나라고 규정한다.

Adler et al.²⁵⁾은 2005년 연구를 보완하는 후속연구를 2011년에 진행한다. 이번에는 실제 퍼팅 그린에서 연구가 진행되었으며, 더 많은 참여자가 동원되었다. 이 연구에서는 입스 그룹과 ‘비-입스’ 그룹의 구성원은 여자 골퍼 5명, 남자 골퍼 20명으로 각각 25명씩 총 50명이다. 이 연구 관심은 주관적으로 고려된 (self-reported) 입스와 운동수행결과로서 나타나는 객관적 입스의 차이를 규명하는 것이었다.

그들에 따르면 운동수행의 결과는 외적으로 측정 가능하기 때문에, 주관적인 심정 토로보다 더욱 객관적인 지표가 될 수 있다. 이 측정을 위해 그들은 운동수행을 비디오에 녹화한다. 그 결과 자신이 주관적으로 입스에 시달리고 있다고 진술한 25명의 골퍼 중 15명만이 실질적으로 입스 경험자였다. 왜냐하면 15명만이 손목의 수축을 겪었기 때문이다. 따라서 그들은 주관적 측정에서 자신이 입스 경험자라고 판단내린 그룹은 실질적인 입스 경험자가 아니라고 주장한다.

Adler et al.은 입스를 유발하는 토너먼트와 경쟁 상황에 의해 유발되는 주관적 심리상태를 배제한 것을 인정했다. 그럼에도 불구하고 그들은 입스 문제는 생리학 문제라고 결론짓는다. 왜냐하면 연구자들은 근전도를 통한 입스 검사가 주

25) Adler et al.(2011). "Are the Yips a Task-Specific Dystonia or "Golfer's Cramp"?, *Movement Disorders*, 26(11): pp. 1993-1996.

관성을 제거하고 과학적 객관성을 확보할 수 있는 수단이라고 믿기 때문이다.

이처럼 생리학적 입스 연구에서는 심리적인 요인을 몰아낸 채 진행되고 해석된다. 그런데 이것이 가능하기 위해서는 인간을 주변상황 내지는 내적 심정으로 부터 완전히 독립적인 혈관, 신경, 근육 뼈, 살로 뭉쳐진 덩어리로 또는 그것들로 조립된 자동기계로 간주해야만 한다. 하지만 Smith et al.²⁶⁾의 연구에서도 근전도 측정 결과가 주요한 요인으로 등장했지만, 그들은 입스가 생리학의 도움만으로 해결될 수 있다고 주장하지 않는다. 오히려 그들은 생리와 심리의 상호작용을 포착하는 것이 관건이라고 보았으며, 그 결과 그들은 연속선 이론이라는 주도적인 입스 연구 틀을 제시할 수 있었다. 그렇다면 그들은 왜 기존의 연구들과는 다르게 심리적 요인을 입스 연구의 주요한 문제로 보았는가? 아래에서는 입스에 관한 심리학적 연구들을 살펴보고자 한다.

2.2 입스의 발원지로서 심리

앞서 살펴본 바와 같이, 생리학적 연구는 철저하게 인간의 감정과 생각을 배제한 채로 입스를 연구했다. 생리학자들은 “강박적 사유”와 입스의 연관성을 포착했음에도 불구하고, 이것은 입스의 원인이 아니라고 못 박았다. 이와 다르게 Baumeister²⁷⁾의 심리학적 목졸림(choking)과 Masters²⁸⁾의 재투자(reinvestment) 이론을 통해 우리는 심리와 입스의 관계를 살펴볼 수 있다.

Baumeister의 ‘성과압력 아래에서의 목졸림(Choking under pressure)’이란 성과압력이 인간의 자의식을 상승시키고, 상승된 자의식은 숙련된 움직임을 방해한다는 심리학적 이론이다. 이를 검증하기 위하여 그는 6가지 실험을 진행한다. 그 실험들은 크게 두 가지로 구분될 수 있는데 1~3번 실험은 의식이 운동수행과정에 끼치는 악영향을, 4~6는 성과압력 아래의 목졸림이 야기한 운동수행능력의

26) Smith et al.(2000), “a Multidisciplinary Study of the ‘Yips’ Phenomenon in Golf”, *Sports Med* 30(6): pp. 423-437.

27) Baumeister(1984).

28) Masters, R. S. W.,(1992), “Knowledge, Knerves and Know-How: The role of Explicit Versus Knowledge in the Breakdown of Complex Motor Skills Under Pressure”, *British Journal of Psychology* 83: pp. 343-358.

악화를 탐구한다. 간단하게 살펴보자.

첫 번째 실험에서 연구 참여자들은 롤-업(roll-up) 게임을 진행했다. 롤-업 게임이란, 참여자들이 두 개의 막대기를 수평으로 움직이며 공을 통제하는 게임이다. 이때 한 그룹은 운동을 수행하는 손동작을 의식하라고 요구받았으며, 다른 그룹은 움직이는 공에만 집중하라고 요청받았다. 그 결과 공에 집중하는 그룹보다, 손에 집중한 그룹이 통계적으로 유의미하게 저조한 성적을 보였다. 이에 따라 Baumeister는 움직임에 관한 직접적인 주의집중이 운동수행을 방해한다고 결론짓는다.

두 번째 실험에서 그는 성과압력과 운동붕괴를 탐구한다. 성과압력은 두 가지로 구분되는데 하나는 타자와의 비교와 평가 때문에 유발되는 암묵적 성과압력이며, 다른 하나는 객관적 보상 및 요구사항에 의해 유발되는 명료한 성과압력이다. 전자의 경우 타자와 상대적 점수가 압박상승의 요인이다. Baumeister는 보상이나 상금을 위하여 명료하게 경쟁보다는, 암묵적 성과압력을 발생시키는 자기과시적 고려들(self-presentational concerns)이 목줄림을 유발한다고 주장한다. 다시 말해 개인이 성과압력을 경험할 때 자신에 대한 평판을 유지 및 상승시키기 위하여 의식을 집중하지만, 오히려 의식 집중은 운동수행에 악영향을 끼친다.

결론적으로 Baumeister의 실험들이 보여주는 것은 성과압력으로 상승된 자의식이 운동수행에 끼치는 영향이다. 의식의 개입은 운동수행능력을 하락시키는데, 특히 성과압력이 자의식을 자극한다면 더 나쁜 운동이 수행될 수 있다. 이후 Baumeister의 목줄림 이론은 다양한 후속연구를 낳는데, 그중 하나가 입스 관련 연구다.

특히, Masters(1992)²⁹⁾는 이를 골프의 퍼팅과 연관지음으로써 의식과 퍼팅(운동수행) 간의 관계를 해명한다. 그는 재투자(reinvestment) 이론을 내세우며 움직임에 관한 의식적 통제를 심리학적으로 해명했다. 여기서 재투자란, 사람들이 연마된 기술을 스트레스(성과압력 등) 상황에서 수행할 때 그 기술에 관한 명료한 지식을 사유하기 시작하면서 자신의 주의를 내부로 돌리고, 거기에 자신의 주의를

29) Masters, R., S., W., (1992). 그의 재투자 이론은 서양에서는 활발하게 탐구되고 있지만, 국내 입스 연구에서는 주목받지 못하고 있다. 종종 참고문헌으로는 언급이 되지만, 목줄림 이론이 국내 입스 연구에 미치는 영향과 비교하자면 전혀 관심을 받지 못한다고 보아도 무방하다.

불잡아두는 심리적 현상을 의미한다.

Masters는 이를 증명하기 위하여 그는 골프의 퍼팅을 이용한다. 참여자의 50%는 퍼팅에 관한 명료한 지도를 받았으며, 나머지는 퍼팅에 관한 기술을 암묵지의 형태로 획득했다. 연구결과에 따르면, 스트레스 상황에서 퍼팅을 명시적 지식으로 습득한 그룹이 기술의 붕괴로 고통받는 경향이 컸다. 그는 재투자 이론이 골프의 입스를 설명할 수 있다고 주장하며, 입스가 발생하는 이유는 “압박상황 아래에서 개인들은 기술에 관한 사유를 시작하며, 그 기술을 작동시키기 위하여 그것에 관한 명료한 지식을 사용”³⁰⁾하기 때문이다. 다시 말해 입스는 불안한 의식이 ‘생리학적 신체’를 잘못 조종할 때 발생하는 운동장애다.

심리학은 입스를 해명하는 데 있어서 생리학을 반대한다. 심리학은 인간의 운동은 결코 기계적 자동운동이 아님을 강조한다. 따라서 인간의 운동을 설명하는데 심리적 상태를 배제해서는 안 된다. 그런데 심리학은 심리상태를 강조하지만, ‘생리학적 신체’를 전제하고 있다. 그에 따르면, 심리가 ‘생리학적 신체’에 인과적으로 영향을 미친다. 심리학에서 입스는 불안한 심리에 따른 ‘생리학적 신체’의 운동장애다.

살펴보았듯이, 심리학과 생리학은 관찰하는 중심사태가 다르다. 이에 따라 서로 다른 입스의 원인이 제시된다. 그리고 양자는 서로 철저히 대립하기 때문에, 입스의 애매성을 인정하지 않는다. 다시 말해 그들은 입스가 순수하게 생리적이거나 순수하게 심리적일 수밖에 없다고 주장한다. 하지만 2000년대에 들어서, 입스의 순수한 발원지를 찾는 것에서 벗어나야 한다고 주장하는 연구가 등장한다. 이에 따르면 입스를 이해하려면 심리와 생리의 상호작용을 포착해야 한다. 이에 대해 아래에서 살펴보자.

30) Masters, R., S., W.,(1992, 345쪽).

2.3 신체와 심리의 기계적 병치

Smith et al.(2000)과 Smith et al.(2003)의 연구는 입스를 생리와 심리의 상호작용에서 찾게 만드는 계기를 마련한다. 2000년 연구의 목적은 입스가 생리학적 문제인지 아니면 심리학적 문제인지 규명하는 데 있다. 여기에서 그들은 두 가지 국면으로 구분하여 연구를 진행했다. 첫 번째 국면은, 설문조사를 통해 입스의 전반적인 특징을 추려내는 것이었다. 그들은 2630명의 토너먼트 플레이어에게 설문조사를 진행하였으며, 1031명으로부터 답변을 받았다. 실제 입스 경험자인지 아니면 단순히 실력이 낮은 골퍼인지를 가려내기 위하여 남성 골퍼는 핸디캡 10 이하를, 여성 골퍼는 핸디캡 12 이하를 연구에 참여시켰다. 그 결과 452명(53.5%)이 실제 입스 경험자였으며, 393(46.5%)는 비-입스 경험자였다. 입스 경험자의 약 87%는 6년 동안 입스에 시달렸으며, 2~4 feet 퍼팅에서 문제를 보였으며, 다운-힐에서 심해졌다.

두 번째 국면은 입스에 관한 생리학적 분석이다. 연구자들은 몇 가지 기준을 세워 입스와 비-입스 경험자를 구분했다. 그 기준에 부합하기 위해서는 입스 이전에는 좋은 퍼팅을 구사하는 골프 숙련자였어야 하며, 입스에 만성적으로 시달려야 하며, 입스 문제 때문에 자신들의 익숙한 그립과 퍼터를 바꾼 경험이 있어야 한다. 이를 통해 본 결과 입스 경험자들은 비-입스 경험자들보다 빠르고 높은 평균 심박수를 보여주었으며, 전자의 손아귀 힘은 통계적으로 유의미한 수준으로 높았으며, 근전도 검사 결과 양 그룹 사이에서 입스 경험자가 팔꿈치와 손목의 움직임에서 문제를 겪는 것으로 나타났다.

Smith et al.(2000)은 생리학적 문제를 다양하게 밝혀냈지만, 성급하게 입스를 생리적·신경적 문제라고 단언하지는 않는다. 심리학적 불안이 입스를 완전하게 설명할 수는 없지만, 입스의 증상이 스트레스 상황에 기초한다는 것을 인정하기 때문이다. 연구자들은 입스가 불안과 국소 근긴장 사이에서 물리적, 생리적 그리고 심리적 상호작용의 영향을 받을 수 있다고 주장한다.³¹⁾

2000년 연구를 이어받아, 연구진들은 새로운 이론적 틀을 제시한다. 이것의 목

31) Smith et al.(2000, 436쪽).

표는 입스의 발원지를 구분할 수 있는 범주를 제시하는 것이다. 그들은 입스를 생리(type-1)와 심리(type-2)로 구분한다. 전자는 국소 근긴장 내지는 물리적 장애에 기인한다. 후자는 목졸림 이론에 기초하여 불안과 같은 심리적 문제에 바탕을 둔다. 연구결과 40명은 type-1에, 16명은 type-2에 그리고 14명은 type-1과 type-2 사이의 애매한 지점에 놓여 있는 것으로 나타났다. 이 14명은 불안과 신체적 장애를 동시에 보여주었다. 이에 대하여 연구자들은 “범주 밖의 증상(non-categorical)”³²⁾이라고 규정하고, 이 증상들을 작은 표로 제시하는 데 머무른다. 그들은 생리와 심리가 어우러진 애매한 증세를 발견했지만, 이를 규명하지 못했으며 이에 접근할 수 있는 방식 역시 제시하지 못했다.

Clarke et al.³³⁾는 범주 밖의 증상을 “type-3”로 규정하고, 이를 더욱 깊이 연구해야 한다고 주장했으며, O’ Brien은³⁴⁾ “type-3”를 실제 입스 경험자와의 인터뷰를 통해 찾을 수 있었다. 그러나 Smith et al.(2003)의 연구를 통해서 드러난 것은, 심리와 생리를 이원론적으로 분리하는 사유방식으로는 “type-3”증상에 접근할 수 없다는 것이다. 이것이 가능하기 위해서는 생리와 심리의 기계적 병치를 뛰어넘고, 양자를 통일하는 방법론을 강구해야 한다. 하지만 지금까지 입스 연구는 발달된 과학기술을 통해 인간을 더 작은 생리적 요소들 또는 심리적 요소들로 분해하는 방향으로 진행되고 있다. 그러나 만약 “type-3”증상이 입스를 해명하는 중요한 문제라면, 인간을 요소화하는 것에 반대하여 전체적 인간을 연구하는 새로운 사유방식이 필요하다.

32) Smith et al.(2003, 25쪽).

33) Clarke et al.(2015).

34) O’Brien(2019).

2.4 종합

위에서 우리는 입스에 관한 선행연구를 살펴보았다. 먼저, 입스에 관한 과학적 연구들의 주된 관심사는 입스의 정확한 발원지를 추적하는 것임이 드러났다. 과학적 입스 연구자들은 입스에 관한 더욱 구체적이고 세밀한 후속연구들이 진행됨에 따라서 점차 입스가 그 정체를 정확하게 드러낼 것이라고 생각했다. 실제로 대뇌피질의 문제일 것이라는 McDaniel et al.(1989)의 생리학적 연구를 토대로 근전도 검사, MRI, CT 등의 고도로 발전된 과학기술을 통하여 더욱 더 깊고 작은 신체적 요소들을 분석하게 되었다. 이는 심리학적 연구들에서도 마찬가지인데, 그것은 불안이 야기하는 감정과 사유를 다양하게 구분하고 체계화했으며 이것이 입스에 미치는 영향을 중심으로 다양한 연구들을 진행했다.

다른 한편으로 발원지 탐색은 과학적 입스 연구의 한계로 나타난다. 입스는 생리 또는 심리에서 명확하게 찾아지는 것이 아니기 때문이다. 이것은 생리와 심리 사이에 “type-3” 입스 문제가 있다는 것에서 분명히 나타난다. 그러나 이 문제는 과학적 입스 연구가 토대를 두는 신체와 정신의 이원론으로는 접근하는 데 한계가 있다. 왜냐하면 입스는 과학적으로 분리되고 대립된 차원이 아니라, 우리가 생생하게 체험하는 현실적 차원에서 발생하기 때문이다. 현실적 차원에서 신체와 정신은 구분되기는커녕, 상호교통하고 세계와 관계하는 전체로서 실존한다. 그러므로 입스를 점점 더 작은 요소들로 분해할 것이 아니라, 입스를 체험하는 전체적 인간을 포착하는 새로운 사유가 필요하다.

이 연구는 입스를 신체도식의 문제로 고려함으로써 심리와 생리로 해부되지 않는 전체적 인간을 확보한다. 이 토대 위에서 굳이 따지자면 심리적 현상에 가깝지만 그렇다고 해서 결코 순수 심리적 문제로 환원시켜버릴 수 없는 운동장애로서 골프선수의 입스 문제를 해명하고자 한다. 아래에서는 그 예비적 단계로 메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학을 살펴볼 것이다.

Ⅲ. 메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학: 입스 해명의 이론적 토대로서 실존적 신체도식

이 장에서는 메를로-퐁티가 정초한 실존적 신체 현상학에 입각하여 입스를 새롭게 해명하는 이론적 토대를 다지고자 한다. 그의 신체론에 따르면 인간의 살아 있는 신체(도식)는 생리학이 간주하듯이 기계적 총체가 아니며, 심리학이 생각하듯이 목적을 달성하기 위한 수단이 아니다. 오히려 인간의 살아 있는 신체(도식)는 세계를 살아내는 근원적인 주체다. 이를 이해하기 위하여 우리는 ‘고유한 신체’의 세계로 향한 기능을 살펴보고(3.1), 그것의 토대가 되는 신체도식을 알아본다(3.2). 나아가 우리는 골프선수의 입스와 골프채와의 관계 붕괴를 해명하기 위하여 습관과 도구(3.3)을 살펴볼 것이다.

3.1 고유한 신체: 세계로 향한 의식과 신체의 매개자

메를로-퐁티는 자신의 주저 『지각의 현상학』³⁵⁾에서 전통적 철학과 과학이 정립한 인간의 주체성을 비판적으로 검토하고 인간의 주체성을 새로운 토대 위에서 정초한다. 전통적 관점에서 인간은 사유하는 의식과 공간에 펼쳐진 신체로 분리된다. 주체성은 의식에 부여되는 반면, 공간성은 신체(대상)에 부여되며, 양자는 철저한 대립을 이룬다. 의식은 철저한 반성을 통해서 대상성으로부터 벗어날 수 있다. 반면에 신체는 의식과 상관없이 객관적 공간에 펼쳐진 사물이거나 또는 의식에 의존하여 내적으로 구성되는 구성물이다. 전자의 경우 신체는 주관적 의미와 무관하게 물리학적 자극-반응 법칙에 의하여 운동하는 생리학적 신체라고 고려되며, 후자의 경우 신체는 주지주의적 목적-수단 도식에 의하여 운동하는 수동적 대상으로 고려된다. 두 경우 신체의 운동은 순전히 기계적으로 또는 의식이 부여한 목적을 이루기 위해 수동적으로 수행될 뿐이다. 그러므로 전통적 신체는 나름의 목적을 실현하는 ‘자기운동’이 불가능한 자동기계와 같다. 이렇

35) 메를로-퐁티, 『지각의 현상학』, 류의근 옮김, 문학과 지성사, 2002.

게 의식과 분리되고 대립되는 신체를 ‘생리학적 신체(physiological body, Körper)’ 또는 ‘신체대상(body-thing, Körperding)’ 이라고 규정할 것이다.

이와 대조적으로 메를로-퐁티는 의식과 의식의 대상(세계)이 분리될 수 없기 때문에, 끊임없는 반성을 통해서 의식이 대상(세계)으로부터 벗어나는 것도 불가능하다고 본다. 그러므로 그는 인간의 주체성을 순수 내적 의식에서 찾던 전통적 관점들에 경계를 긋고, 주체와 세계(대상)가 떼려야 뗄 수 없는 관계에 있다는 것을 강조하는 “세계에 운명지어진 주관”³⁶⁾을 정초한다. 그런데 주체성가 세계와 관계하기 위해서는 공간성을 갖춘 신체가 필요하다. 그러므로 세계에 운명지어진 주관이란 순수 의식이 아니라, 신체 속에 배어들어 있는 육화된 의식이다. 그리고 이 신체는 객관적인 대상으로서 신체가 아니라, 이미 나의 의식이 배어있는 주관적 신체이기 때문에 이를 ‘고유한 신체(owned body, eigener Leib)’ 또는 ‘신체-주체(body-subject, Leib-Subjekt)’ 라고 규정할 것이다.

의식이 ‘고유한 신체’에 육화되어 있다는 것은, ‘고유한 신체’와 의식이 분리되는 것이 아니라 통일되어 있다는 것을 의미한다. 그런데 이러한 통일은 늘 세계로 향한 운동에서 이루어진다. 다시 말해 ‘고유한 신체’는 의식과 신체를 세계로 향해 정돈시키는 매개적 기능을 수행한다.³⁷⁾ 이 매개적 기능은 결코 ‘생리학적 신체’의 역할이 될 수 없는데, 왜냐하면 그것은 감각의 잡다를 수용하는 기계이거나, 의식의 수단이기 때문이다. 따라서 메를로-퐁티에 따르면, 우리가 ‘고유한 신체’의 매개적 기능을 이해하기 위해서는 전통적 신체론에서 벗어나, 삶의 근원적 경험의 주체로서 신체를 포착해야 한다. 즉, 그 기능은 “신체를 대상, 즉 부분 외 부분으로는 포기함으로써이고, 내가 현실적 경험을 갖는 신체...로 되돌아감으로써이다. 나는 살아 있는 신체의 기능을 스스로 수행함으로써만, 세계를 향해 일어나는 신체인 한에서만, 그 기능을 이해할 수 있다.”³⁸⁾ 가령 메를로-퐁티의 현상학을 읽는 것은 나의 눈이고, 스트레스를 풀기 위해 달리기를 하는 것은 나의 신체이며, 이빨을 닦는 것은 나의 팔이다. 이 각각의 행동에서 행동의 주체는 나다. 그러므로 내가 읽고, 내가 달리고, 내가 이빨을 닦는다

36) 메를로-퐁티(2002, 19쪽).

37) Bermes, C. *Maurice Merleau-Ponty zur Einführung*. Junius Verlag, 2012.

38) 메를로-퐁티(2002, 134쪽).

고 말한다. 의식과 신체는 늘 ‘고유한 신체’의 매개적 기능에 의해서 암묵적으로 통일되며, 이 통일은 늘 특정한 세계와 상황으로 향한 종합이다.

세계와 의식의 매개자로서 ‘고유한 신체’의 기능이 일상적 상황(세계)를 살아갈 때 암암리에 실현되고 있다는 것은, 우리는 늘 ‘고유한 신체’의 기능에 의해 상황을 살아간다는 것을 의미한다. 물론 의식의 역할이 사라지는 것은 아니다. 상황이 ‘고유한 신체’를 통해 극복되지 않을 때, 의식은 전면에 나서며 신체를 대상화한다. 그러나 이것은 일상적 상황에 장애가 발생했을 때일 뿐, 그 상황에 장애가 발생하지 않았거나 장애가 해소되었다면, ‘고유한 신체’의 주체성은 회복되고 다시금 신체와 정신 그리고 세계는 분리되지 않는 통일을 이룬다. 가령 프로골프선수가 퍼팅을 할 때, 의식을 경유하여 신체와 골프채 그리고 홀과의 거리를 계산하지 않는다. 그에게 필요한 것은 홀을 지각하고, 거기에 공을 도달시킬 수 있을 만큼의 신체적 힘을 자유롭게 사용하는 것이다. 그런데 전-의식적인 운동수행에도 불구하고 상황이 극복되지 않을 때, 선수는 골프채가 휘었는지 살펴볼 수 있으며, 자신의 자세가 부적절했는지 반성해볼 수 있다. 이처럼 상황이 극복되지 않는 경우 인간은 자신의 신체를 의식의 대상으로 삼는다.

위의 논의에서 우리는 메를로-퐁티의 현상학이 실존적이라는 것을 알 수 있다. 현상학에서 실존이란 세계로부터 벗어난 의식에 반대되는 개념으로 사용된다. 즉 인간이 실존적 존재방식을 취한다는 사실은, 인간의 본질이 세계를 고공비행하는 의식이 아니라 세계에 뿌리내린 신체라는 것을 뜻한다. 물론 이 신체는 객관적 대상, 생리학적 신체가 아니라 신체적 주체 또는 ‘나 자신’이다. 그리고 인간이 의식에 앞서 ‘고유한 신체’의 지각과 운동을 통해 세계로 향해 열려 있기 때문에, 그는 실존을 “세계로-향한-존재(Being-to-the-World)”라고 규정한다. 하이데거와 사르트르의 실존 규정인 “세계-내-존재(Being-in-the-World)”가 세계 속에 수동적으로 존재한다는 의미를 내포하는 반면, “세계로-향한-존재”는 인간은 능동적으로 세계로 향해 나아가며, 그 세계를 이해하는 주체는 ‘지각의 우선권’을 통해 육화된 의식, 즉 ‘고유한 신체’라는 것이다. 이것에 입각해 메를로-퐁티는 세계 내에서 모든 신체적 행동은 이미 의식이 육화된 행동이며, 따라서 행동에서 의식을 분리하고, 의식과 세계의 관계를 단절시키는 것은 전통적 이원론의 오류라고 본다.

그런데 ‘생리학적 신체’와 구분되는 ‘고유한 신체’의 기능은 너무나 익숙하고 일상적인 삶에서 실현되기 때문에 일반적인 경우에는 그 기능이 잘 드러나지 않는다. 게다가 잘 알려진 프랑스 사회학자 부르디외에 따르면, 우리가 몸 담고 있는 전문영역인 체육학 역시 이 기능을 이해하는 데 도움을 주지 못한다. 왜냐하면 체육학은 이성 중심적인 사유방식에 의존하는 바람에 신체를 외적대상으로 고려하는 데 매우 익숙해 있기 때문이다.³⁹⁾ 이는 국내 체육학에서도 마찬가지이며⁴⁰⁾ 따라서 신체가 원인-결과, 목적-수단의 도식에 함몰되지 않는 실존이 실현되는 장소라는 것을 이해할 수 있는 예비적 단계가 필요하다. 아래에서는 이성적 사유만을 또는 생리학적 신체만을 인정하는 것으로는 해결되지 않는 “환상지(phantom limb)” 현상을 살펴봄으로써, 인간의 ‘고유한 신체’는 세계를 살아가는 주체임을 확인하고자 한다.

3.1.1 고유한 신체의 표현으로서 환상지(phantom limb) 문제

환상지란 모종의 이유로 절단된 팔과 다리를 여전히 실제하는 것으로 느끼는

39) Bourdieu, P., “Programm für eine Soziologie des Sports”, in *Rede und Antwort*, Suhrkamp. 2011. pp. 205-207. 부르디외는 체육학에서 이론과 실천 문제가 가장 극단적으로 대립하고 있다고 말한다. 특히 체육학은 이론적 이성에 입각하여 인간의 운동에 대해 묻는데 비하여, 실천가(스포츠 선수 등)는 전-이성적으로 운동을 수행한다. 전-이성적 운동수행이란 “여기 봐 그리고 나처럼 해봐”라는 실천적 운동 및 이해를 의미한다. 그러나 체육학자는 주체적 이성에 입각하기 때문에 이러한 전-주체적 실천을 상식의 차원으로 격하시키고, 이성에 입각해 운동을 이론적으로 이해한다. 그리고 체육학자의 이해는 신체를 외적사물으로만 고려하는 이성중심주의에 근거한다. 그러나 체육학이 더 풍부하게 인간의 운동을 이해하고자 한다면 ‘대상적 신체(physiological body)’에서 벗어나는 ‘고유한 신체(owned body)’를 포착할 수 있어야 한다. 관련하여 하퍼터(2010)의 “태권도 품새에서의 전-주체적인 모방과 고유한 신체(owned body)개념”을 참고하라.

40) 최근 한국체육철학계에는 독일의 사회학자 니클라스 루만(Niklas Luhmann)의 사회적 체계이론에 입각한 반이성적이고 반근대적인 이론적 토대가 구축된 것으로 보인다. 체계이론은 근대적 주체중심주의에서 탈피하여 “탈주체화를 통한 주체의 해명”(베테, 2016)을 체계(System)와 환경(Umwelt)의 차이를 통해 내지는 “소통”에 입각하여 시도한다. 물론 이 이론에서 인간은 소통의 주체가 아니다. 이런 이유로 체계이론에 입각한다면, 근대적 이성중심주의에서 벗어나 주체를 새롭게 해명할 수 있는 길을 확보할 수 있는 것이다. 관련하여서는 송형석의 『체계이론과 체육학』과 그의 역서인 『사회의 스포츠』, 그리고 그의 논문들을 참고한다면 이해에 도움이 될 것이다. 그런데 국내 체육학계 체계이론이 자리를 잡아간다고 하더라도, 우리 체육학계가 반근대적이고 반이성적인 사유방식을 가지게 되었다고 보기는 힘들다. 여전히 많은 연구들이 사유하는 주체를 강조하고, 그것을 사유의 대상으로서 신체와 사회(세계)와 구분 및 대립시키기 때문이다. 이런 상황에서 메를로-퐁티의 실존적 현상학은 우리 체육학계에 스포츠와 신체를 이해하는 반근대적이고 반이성적인 사유방식을 제공할 수 있는 기초를 마련해 줄 수 있을 것이다. 왜냐하면 그는 지각하는 신체와 지각된 세계(대상)의 분리가 아닌 통일을 강조하기 때문이다.

현상을 의미한다. 환상지 환자들은 이미 절단되어 없어진 신체에서 고통을 느끼거나, 절단된 다리로 걷고자 시도하며, 절단된 팔로 무언가를 만지고자 시도한다. 그런데 실재하지 않는 신체에서 어떻게 고통을 느끼고, 절단된 신체가 아직도 거기에 있는 것처럼 운동하는가?

생리학은 신체를 기관들의 인과적 총합으로 고려한다. 이에 따라 인간의 행동은 특정 기관과의 일대일 대응 관계로 성립된다. 즉 인간의 행동은 A라는 자극을 받아들인 생리적 기관에 의해 도출된 B라는 결과다. 그러나 이 관점으로는 환상지를 설명할 수 없다. 왜냐하면 환상지는 절단되었기 때문에 더 이상 외적 자극을 수용할 생리학적 기관이 없음에도 불구하고 반응(감각, 행동)하는 것이기 때문이다. 이러한 선형적 인과 모델에 입각한 신체관은 게슈탈트심리학에 의하여 극복된다. 이것에 따르면 신체는 이미 전체로 주어져 있으며, 전체는 부분에 선행한다. 즉 부분적이고 기계적인 ‘생리학적 신체’ 이면에 “미분화된 힘” 41)으로서 ‘고유한 신체’가 근원적으로 존재한다. 이것을 극적으로 보여주는 것이 바로 환상지다. 왜냐하면 환상지에서 절단된 신체의 각 부분들이 여전히 전체(고유한 신체)에 속해 있다는 사실을 확인할 수 있기 때문이다. 이와 다른 생리학적 접근방식은 뇌를 살펴보는 것이다. 그러나 이 역시 불충분한데, 왜냐하면 뇌는 환상지가 발생할 때 중요한 역할을 담당하는 정서를 설명할 수 없기 때문이다. 환상지 현상에 있어서 자신의 삶의 상황과 연관되는 정서는 중요하다. 42) 삶과 상황에 따라 팔과 다리의 의미는 매우 상이한 가치를 지닌다. 피아니스트에게 신체의 절단은 더 이상 그의 삶에 참여할 수 없음을 의미하고, 이에 따라 환상지는 더욱 악화될 수 있다. 하지만 신체를 생리학적 총체로 간주한다면 환상지 발병에 큰 역할을 담당하는 정서와 상황을 해명하지 못한다.

생리학의 환상지 설명이 불충분하기 때문에 그 현상을 심리학적 의지 또는 환각(환상)의 문제로 여겨야만 하는가? 그러나 환상지는 심리학이 고려하듯이 의지의 문제가 아니다. 환자들은 자신의 팔이 없다는 사실을 알고 있으며, 그렇기 때문에 특정 행위가 불가능하다는 사실을 알고 있다. 가령 환자들은 신체적 결손으로 인해 자신들이 피아노를 칠 수 없다는 것을 안다. 43) 그러므로 환상지는 의지

41) 메를로-퐁티(2002, 142쪽).

42) 메를로-퐁티(2002, 136쪽).

로써 절단된 팔을 사용하거나, 의지로써 팔의 부재를 거부하는 것이 아니다. 환상지 문제의 핵심은 지성적으로는 절단을 ‘알고’ 있는데도 불구하고 그 절단을 ‘지각’하지 않고 절단된 신체를 운동에 사용한다는 데 있다. 이에 대하여 저명한 신경생리학자 올리버 색스(Oliver Sacks)는 환상지는 신체 이미지(body image)에 대한 환각적 의식의 문제라고 이야기한다. 즉, 환상지 환자의 의식이 모종의 이유로 교란당해⁴⁴⁾ 절단된 신체가 여전히 자신의 몸에 달려 있다는 환각적인 신체 이미지를 가질 때, 환상지 현상이 나타난다는 것이다.⁴⁵⁾ 하지만 사실 신체 이미지(신체도식)는 의식적 이미지가 아니다. 아래에서 다루겠지만 메를로-퐁티는 신체 이미지(신체도식)를 의식으로 환원하는 것을 비판하고, 이를 실존의 차원에서 보아야 한다고 주장한다. 그에 따르면 신체 이미지(신체도식)는 자신의 익숙한 세계로 향해 운동하는 인간의 실존을 표현한다. 즉 심리학의 문제는 환상지를 의식, 의지, 기억 등의 의식의 장애로 여기는 데 있다. 이렇게 되면 환상지 환자들의 운동을 유발하는 것은 내적 의식이 아니라, 환자가 절단 이전에 살아내던 실존적 세계(상황)임을 보지 못하게 된다.

따라서 메를로-퐁티는 생리학과 심리학이 환상지를 해명하는 데 모두 불충분하다고 본다. 생리학은 환상지를 기계론적으로 이해하려고 노력하며, 심리학은 환상지를 의식 내부에서 파악하고자 한다. 여기서 문제는 인간을 신체와 정신으로 철저하게 구분하여 둘의 상호작용 방식을 짚어내지 못하는 데 있다. 이와 달리 메를로-퐁티는 ‘고유한 신체’의 기능 또는 신체적으로 “세계로-향한-존재”라는 실존에 입각하여 환상지 문제를 해명한다. 왜냐하면 인간의 신체와 정신은 세계라는 극으로 향할 때, 비로소 하나된 통일을 이루기 때문이다.

그에 따르면 환상지 환자들에게 절단된 것은 ‘생리학적 신체’이지, ‘고유한 신체’가 아니다.⁴⁶⁾ 이는 위에서 살펴본 ‘고유한 신체’의 세계로 향한 기능이 존재하다는 것을 의미한다. ‘고유한 신체’는 절단되기 이전에 참여하던 세계로

43) Waldenfels, B. *Das leibliche Selbst*, Suhrkamp, 2000.

44) 올리버 색스, 『아내를 모자로 착각한 남자』, 조석현 옮김, 이마고, 2007, 136쪽. 색스가 관찰한 환상지 환자는 자신의 절단된 신체부위를 여러 차례 손으로 때림으로써 환각적 신체 이미지를 갖게 된다고 한다. 즉, 색스에 따르면 그 환자의 행위는 말초신경을 자극하여 환각적 이미지를 갖도록 의식을 교란하는 것이다.

45) 올리버 색스(2007, 136쪽).

46) 하피터(2009), 메를로-퐁티와 철더에 있어서 신체도식 개념, **철학연구** 85: 199-225쪽.

향해 자신을 투사한다. 이런 이유로 환상지 환자들은 자신의 팔다리가 없다는 것을 알고 있음에도 불구하고, 자신의 의식적 삶과는 다르게 절단된 팔다리로 그 상황으로 향해 운동한다. 또는 전쟁터에서 팔다리를 잃은 군인의 고유한 신체는 절단되지 않았기 때문에 여전히 절단 상황이 자신 앞에 열려 있으며, 그곳으로 자신을 투사한다. 이에 따라 절단되고 사라진 부위에서 여전히 당시의 고통이 현실적으로 느껴지는 것이다. 이처럼 환상지 문제를 “세계로-향한-존재”의 관점에서 바라본다면 이것은 생리학적 결손도 심리학적 표상도 아닌 신체의 세계 참여 문제, 즉 실존의 문제라는 사실을 알 수 있다.

환상지 현상에서 우리는 인간의 신체적 이중성을 확인할 수 있다. 신체는 외적 지각으로 관찰 가능한 ‘생리학적 신체’이지만, 그 이면에는 인간의 세계로 향한 운동을 가능하게 하는 비가시적인 ‘고유한 신체’가 존재한다. 그리고 ‘고유한 신체’는 의식과 세계의 통일이 실현되는 곳이다. 이렇게 되면 정신의 영역과 신체의 영역을 분리하여, 정신과 신체의 소재지와 역할을 묻지 않을 수 있다.

“ ‘생리학적인 것’과 ‘심적인 것’의 연결을 허용하는 것은 그것들이 실존에 재통합된 채 즉자의 질서와 대자의 질서로서 더 이상 구별되지 않는다는 것이고, 그것들이 둘 다 지향적 극 또는 세계를 향해 정위되어 있다는 것이다.”⁴⁷⁾ 즉 인간의 정신과 신체는 일상적 삶을 살아내는 ‘고유한 신체’를 구성하는 두 가지 계기일 뿐이고,⁴⁸⁾ 정신과 신체는 ‘고유한 신체’의 세계로 향한 실천적 행동(지각, 운동)에서 분리될 수 없이 통일된다.

아래에서는 ‘고유한 신체’의 근거로서 신체도식을 살펴보자.

47) 메를로-퐁티(2002, 151쪽).

48) 이남인(2020).

3.2. 신체도식과 상황의 공간성

생리학적 신체론과 구별되는 메를로-퐁티의 ‘고유한 신체’의 근거는 신체도식에서 찾아진다. 사실 신체도식 그 자체는 메를로-퐁티의 독창적 연구성과는 아니다.⁴⁹⁾ 그에 앞서 신경생리학과 계슈탈트심리학이 신체도식을 연구했다.⁵⁰⁾ 우리가 주목할 만한 그들의 성과는 인간의 신체가 분리된 기관들의 기계적 총합이라는 고전적인 생리학적 신체론을 극복했다는 것이다. 생리학적 신체는 뼈, 근육, 힘줄, 기관 등의 인과적 병치다. 즉, 그것은 부분들이 차곡차곡 쌓여 이루어진 총합(a set)이다. 반면에 신체도식이란 인간의 신체는 부분에 앞서 이미 전체(a unit)로 의식에 주어진다는 것을 의미한다.⁵¹⁾ 그러나 비록 선행 연구자들이 신체도식을 통해 신체를 부분에 선행하는 전체로 이해하고자 시도했더라도, 그들은 여전히 신체 내적 경험에 국한된다는 한계를 갖는다.⁵²⁾ 그들에게 신체도식은 뇌가 점적인 감각들을 연합한 결과라거나, 전체(신체도식)에 대한 의식적 파악이다. 이들은 신체도식에서 인간의 존재방식인 실존, 즉 세계 내에서 세계로 향한 지향적 신체도식을 정확히 포착하지 못했다.

이를 지적하면서 메를로-퐁티는 신체도식을 인간 실존방식의 근거로 삼고, 그것을 철학적 지평 위에 올려놓는다. 그는 신체도식을 “신체 내적인 경험일 뿐만 아니라, 세계와 관련된 경험”⁵³⁾이라고 말하면서, 신체도식을 세계(상황, 과제)를 향한 최초의 신체적 정돈이라고 정의한다.⁵⁴⁾ “내가 서서 나의 파이프를 손으로

49) 하피터(2009).

50) 참고. 메를로-퐁티(2002, 165-169쪽). 먼저 신경생리학은 신체의 각 부분들이 순간적으로 전체적 운동으로 이행되는 근거가 신체도식에 있다고 보았다. 그러나 신경생리학은 신체도식을 여전히 기계적인 통일로 고려했다. 대조적으로 계슈탈트심리학자들에 따르면, 전체(신체도식)는 점적인 감각들이 뇌에서 연합되는 것이 아니라, 이미 전체로서 의식된다. 즉 신체도식은 부분에 선행하는 전체로서 의식된다. 그러나 계슈탈트심리학의, 특히 쉴더의 신체도식(전체)은 시각적 인상 또는 신체적 이미지와 같은 것으로 여전히 의식에 의해 파악된다. 요컨대, 신경생리학은 신체도식을 기계적으로, 계슈탈트심리학은 신체도식을 의식의 영역에서 탐구한다. 그리고 계슈탈트심리학과 메를로-퐁티의 신체도식에 관해서는 하피터(2009)의 논문을 참고할 것을 권한다.

51) 참고. Shilder, P, "The Image and Appearance of the Human body", International Universities Press, 1978, p. 13. 쉴더는 인간의 신체는 의식적으로 아는 신체보다 더욱 크다고 말한다. 이때 의식적으로 아는 신체란 생리학적 신체(physiological body, Körper)를 의미한다. 반면에 인간은 의식으로는 알아차릴 수 없는 종류의 내밀한 신체(lived body, eigener Leib)를 갖는데, 이것이 신체도식이다.

52) 하피터(2009).

53) 메를로-퐁티(2002, 226쪽).

꼭 쥐고 있다면... 추론적으로 규정되지 않는다. 나는 나의 파이프가 있는 곳을 절대적으로 알고 바로 이것에 의해서 나는 나의 손이 있는 곳과 나의 신체가 있는 곳을 안다... 나의 신체에 적용된 ‘여기’ 라는 말은... 자기 과제를 맞이하는 신체의 상황을 가리킨다” 55). 여기서 흡연은 특정 상황이며, 이 상황으로 향한 손동작이 이루어질 때 신체의 위치를 암암리에 알 수 있다는 것이다. 다시 말해 신체도식이란 인간이 일상적 세계 속에서 살아가면서 직면하는 다양한 상황(과제)에 대응하는 행동할 때, 신체의 각 부분들의 소재지가 알려지고, 상황을 향해 그것들을 통일하는 종합 능력을 의미한다.

이런 의미에서 메를로-퐁티는 신체도식의 공간성을 “상황의 공간성”으로 규정하고, 사물들의 외적 공간성을 “위치의 공간성”이라고 규정한다. 위치의 공간성이란 외적대상(생리학적 신체)들이 인과적으로 운동하는 곳이다. 대조적으로 ‘고유한 신체’의 각 부분들은 인과관계가 아니라, 상황과 관련하여 조율되는 공간성을 갖는다. “이 자그마한 세계에서 모든 손동작과 모든 지각은 직접적으로 수많은 잠재적 좌표들과의 관계 내에 상황지어진다.” 56) 즉 신체적 공간성은 상황을 향해 지각하고 운동할 때 지성의 활동을 경유하지 않고 알려지며, 이는 해당 상황을 극복하는 데 즉각적으로 사용된다.

신체도식이 일상적 상황에 대응하는 운동성이라는 사실은, 그것이 태어남과 동시에 자연적으로 형성되는 것이 아니라 자신이 처한 상황에 따라 형태화된다는 것을 의미한다. 신체도식은 자신이 처한 구체적 상황, 삶, 과제에 상응하는 형태를 반복적으로 응축함으로써 구축되고, 새롭게 신체도식을 습득함으로써 세계를 변화시킨다. 이러한 세계와 신체도식의 관계를 통해 인간은 “삶에 일반성의 형태를 부여하고, 우리의 개인적 행동을 안정된 성향으로 연장” 57)할 수 있게 된다. 한번 신체도식이 구축되면 우리는 사유하지 않고 해당 상황을 극복할 수 있다. 물론 신체도식은 고정적인 것이 아니다. 그것이 동적이기 때문에 새로운 상황에 대한 새로운 신체도식을 구축할 수 있다. 하지만 중요한 사실은 기존의 신체도식이든 새로운 신체도식이든 인간이 신체도식을 가졌다는 것은 “‘표상’

54) 메를로-퐁티(2002, 168쪽).

55) 메를로-퐁티(2002, 168쪽).

56) 메를로-퐁티(2002, 209쪽).

57) 메를로-퐁티(2002, 233쪽).

을 거쳐야 할 필요 없이, ‘상징적 기능’이나 ‘객관화하는 기능’에 종속할 필요 없이 자기의 세계를 가지고 있거나 이해하고 있다”⁵⁸⁾는 것을 의미한다는 것이다.

그런데 신체도식과 체계를 이루는 상황은 단층적이지 않다. 상황은 이중적 구조를 갖는데, 한편에서는 현실적이고 습관적인 상황이고 다른 한편에서는 추상적이고 가능성적 상황이다. 신체도식은 “나의 신체가 어떤 현실적 또는 가능성적 과제를 겨누는 자세”⁵⁹⁾이다. 이에 따라 우리는 신체적 운동성에 관하여 현실적 상황에 대응하는 운동과, 가능성적 상황에 대응하는 운동 두 가지를 고려해야 한다. 그 차이는 무엇인가? 무엇이 현실적 상황에 대응하는 운동과 가능성적 상황에 대응하는 운동을 만들어내는가? 생리적 기관인가? 아니면 의식의 작용인가? 메를로-퐁티에 따르면 두 가지 운동을 설명하는 데 생리학과 심리학은 모두 불충분하다. 왜냐하면 신체도식의 운동성은 단순히 기계적이지 않으며, 가능성적 상황이란 모든 것을 정립하는 의식이 구성한 것이 아니기 때문이다. 우리는 신체도식의 두 가지 운동성을 모두 상황과 관련된 행동의 차원에서만 발견할 수 있다.⁶⁰⁾

3.2.1 상황으로 향하는 신체적 지향성1: 슈나이더 사례

게슈탈트심리학의 신체도식과 구별되는 메를로-퐁티의 실존적 신체도식의 특징은 세계(상황)로 향한 방향설정에서 찾을 수 있다. 그런데 언급했듯이 상황은 이중적이다. 게슈탈트심리학자 골드슈타인은 구체적 상황은 동물적 운동으로, 추상적 상황은 의식적 운동으로 구분한다. 반면에 메를로-퐁티는 추상적 상황마저도 의식작용이 아닌 신체적 지향성의 투사라고 말하며 신체와 정신, 심리와 생리, 내부와 외부세계의 근대적 이원론을 극복하는 실존적 신체도식을 정초한다. 그런데 이러한 실존은 일상적 삶에서 실현되고 있기 때문에 일반적인 경우에는 명료하게 밝히기 힘들다. 그러므로 메를로-퐁티는 환자 슈나이더의 사례와 정상인을 비교하며 세계로 향한 신체적 지향성, 즉 신체가 “세계로-향한-존재” 입

58) 메를로-퐁티(2002, 225쪽).

59) 메를로-퐁티(2002, 168쪽).

60) 메를로-퐁티(2002, 201쪽).

을 보여준다.

정상인들은 구체적 운동이든 추상적 운동이든 모두 어려움 없이 수행할 수 있다. 구체적 운동이란 자연적이고 습관적인 일상적 상황과 관련되는 운동을 의미한다. 가령 모기가 코에 앉았을 때, 그곳을 향해 손을 날리는 운동이 구체적 운동이다. 추상적 운동이란 비자연적이고 비실재적인 상황과 관련되는 가능적 운동을 의미한다. 가령 눈을 감고 코의 위치를 손으로 가리키라는 명령에 의해서 수행되는 운동이 추상적 운동이다. 정상인의 경우에는 모기가 코에 앉았을 때, 그곳을 향해 손을 뻗는 구체적 운동과 눈을 감고 코의 위치를 손가락으로 가리키는 추상적 운동 모두 문제없이 수행할 수 있다.

그런데 환자 슈나이더는 구체적 운동은 정상인의 수준에서 수행할 수 있지만, 추상적 운동을 수행할 수 없다. 슈나이더는 코를 손가락으로 가리키라는 의사의 언어를 이해한 뒤 그것을 운동으로 실현할 수 없다. 또한 마치 군인인 것처럼 경례를 해보라는 명령에 따라 경례를 수행하지 못한다. 추상적 운동을 수행한다기 보다는, 슈나이더는 그 명령을 이해하는 데 모든 노력을 다한다. 하지만 슈나이더는 자신의 직업에서 필요로 하는 습관적 행동은 어렵지 않게 수행한다. 그는 가죽을 꿰매기 위해서 가죽이 무엇이고, 이 가죽에 바늘을 어떻게 꽂아넣는 지에 대해서 이성적으로 이해하고자 노력하지 않고 즉각적으로 수행한다.

게슈탈트심리학자 골드슈타인은 구체적 운동은 할 수 있지만 추상적 운동은 불가능한 슈나이더의 문제를 의식의 결손에서 찾는다. 그의 근본적인 전제는 인간을 이성적 상부와 동물적 하부로 분리하는 것이다.⁶¹⁾ 그는 추상적 운동을 이성적 작용에 의존하는 운동으로, 구체적 운동을 동물적인 운동으로 고려했다. 추상적 운동은 형(figure)이고, 구체적 운동은 배경(background)인데, 양자는 하나의 전체 또는 형태(게슈탈트, Gestalt)를 이룬다. 골드슈타인에 따르면 슈나이더의 구체적 운동은 이성적 작용을 요구하지 않는 동물적인 운동이기 때문에 여전히 가능한 것이다. 반면에 추상적 운동이 불가능한 이유는 의미를 부여하는 의식에 문제가 생겼기 때문이다. 그러므로 슈나이더의 운동성의 문제는 그가 인간의 차원에서 동물적 차원으로 격하된 데 있다.⁶²⁾

61) Waldenfels, B.(2000, 141쪽).

62) Waldenfels, B.(2000, 141쪽).

그런데 문제는 슈나이더의 지적 능력에는 이상이 없다는 데 있다. 오히려 슈나이더의 의식은 자신의 역할을 매우 충실하게 다하고 있다. 슈나이더는 의사들의 추상적 명령을 의식적으로 추론함으로써 해당 운동을 수행하고자 시도한다. 그는 자신의 온몸을 흔들면서까지 이해된 그 명령을 수행하고자 노력한다. 슈나이더의 추상적 운동의 문제는 의식의 결손이 아니라 오히려 그가 의식에 얽매어 있는 것에 있다. 그는 추상적 운동을 순전히 지적인 개념으로 가질 뿐이다.⁶³⁾ 그렇다면 그는 왜 추상적 운동을 수행하지 못하고, 모든 노력을 운동을 의식하는 데 쏟는가?

우리는 신체도식을 이야기하면서 상황이 신체 각 부분들의 소재를 알리고, 그것들을 통일하는 운동을 유발한다는 것을 보았다. 모든 운동에 앞서 상황이 열려 있어야 한다. 슈나이더의 경우 구체적 운동이 가능하기 때문에 구체적 상황은 열려 있다. 슈나이더의 문제는 가능적 운동에 앞서 가능적 상황이 열리지 않는다는 데 있다. 그러므로 추상적 상황을 머리로 이해하고자 시도하고, 그 상황에 상응하는 운동을 하기 위해 몸을 아무렇게나 흔들어 보는 것이다. 말하자면 슈나이더는 현실적 상황에 국한되어 있다. 그는 자신의 계획과 의도를 위해서 현실적 상황을 넘어서는 가능적 상황을 열어보낼 수 없다. 그가 가죽을 자르고 꿰매는 데 무리가 없는 것은 그것이 현실적(구체적)으로 주어진 상황이기 때문이다. 만약 그가 가죽을 자르는 일을 현실적 직업으로 삼지 않았다면 이것 역시 불가능했을 것이다. 그 근거는 슈나이더가 군인처럼 경례를 하라는 명령을 따르지 못한다는 것에서 찾을 수 있다. 그는 이 명령에 대하여 “나는 신체적으로 그러한 상황 안에 있지 않다(Ich bin körperlich dazu nicht in der Lage).”⁶⁴⁾고 답할 뿐, 경례를 수행하지 못한다. 그가 군인인 것처럼 경례를 할 수 없는 이유는, 지금 그가 현실적으로(신체적으로) 군인이 아니기 때문이다. 슈나이더에게 사라진 것은 지능이 아니라, 여기 그리고 지금으로부터 벗어나 가능한 것을 향해 자신의 의도를 투사할 수 있는 능력이다.

메를로-퐁티가 슈나이더의 사례에서 보여주고자 하는 것은 상황을 지향하는 운동을 수행하기 위하여 지성이 요구되는 것이 아니라는 사실이다. 일상적 삶에

63) 메를로-퐁티(2002, 181쪽).

64) Waldenfels, B.(2000, 146쪽).

서 운동은 지성의 활동 이전에 스스로 수행되는데, 그 근거는 신체도식에서 발원하는 지향성에 있다. 현상학의 전통에서 지향성은 의식의 가능조건을 말한다. 의식의 지향성이란 ‘의식은 늘 무엇인가에 관한 의식’으로 정의된다. 즉, 의식은 내부로 향하는 것이 아니라 늘 무언가로 향한다. 하지만 메를로-퐁티는 의식의 지향성보다 더욱 근원적인 신체도식의 지향성을 강조한다. 신체도식의 지향성을 통해 인간은 주위에 상황을 기투하여, 상황 위에서 운동을 수행할 수 있다. 그리고 이 기투에서 지성의 종합 이전에 “감각의 통일성, 감각과 지능의 통일성, 감성과 운동성의 통일성” (메를로-퐁티/류의근 역, 2002, 218쪽), 즉 신체도식의 종합이 이루어진다. 이 신체도식의 종합이 지성의 종합에 선행하여 즉각적인 운동을 만들어주는 조건이다.

정상인은 삶에서 필요한 다양한 운동들을 수행하기 위하여 의식에 의존하지 않는다. 오히려 당장 필요한 운동은 상황이 유발한다. 그리고 이 상황을 열어 밝히는 역할을 담당하는 것이 신체도식의 지향성이다. 이 신체적 지향성에 문제가 없는 정상인은 운동을 위해서 의식에 얽매이지 않는다. 정상인의 경우 운동은 운동의식이자 운동이다.⁶⁵⁾ 반면에 운동의식에 얽매이게 되는 것은, 지성의 활동을 거치지 않고 즉각적으로 운동을 수행할 수 있는 근거인 신체도식의 지향성이 훼손된 환자다.

3.2.2. 상황으로 향하는 신체적 지향성2: 실어증 소녀

위에서 살펴본 환자 슈나이더는 전쟁터에서 뇌에 총탄이 박혀 이를 제거하는 수술을 받은 환자다. 이런 이유로 사람들은 환자 슈나이더의 사례를 생리학적 기관의 문제로 고려할 수 있다. 따라서 이번에는 생리학적 기관에 문제가 없는데도 불구하고, 신체도식에 문제가 발생한 경우를 살펴보고자 한다. 그 경우란 실어증이다. 실어증이란 대화가 불가능할 정도로 말을 더듬거나, 말을 상실한 병을 의미한다. 다양한 이유로 실어증에 시달릴 수 있지만, 메를로-퐁티는 생리학적 신체가 멀쩡한 한 소녀의 사례를 통해 실어증에 대한 실존적 분석을 진행한다.

65) 메를로-퐁티(2002, 183쪽).

데카르트적 이원론에 따르면, 우리는 인간을 신체와 정신, 생리와 심리, 외부와 내부로 철저하게 갈라놓아야 한다. 이 관점에서 인간의 신체적 행위는 내적 의식(목적)을 실현하기 위한 기계적 수단 또는 생리학적 과정에 불과하다. 마찬가지로 말하는 신체는 주관적 상태를 표현하는 기계에 머무른다. 이러한 이원론적 구조를 우리는 일상적으로 가정하고 있다. 우리는 무언가를 ‘표현하다(Aus-druck, expression)’라는 용어를 자주 사용하는데, ‘표현하다’는 인간이 의식 내부에서 무언가를 외적으로 표현한다는 것을 의미하고, 역으로 이 용어는 인간이 외부로 표현할 내적 ‘인상(Ein-druck, impression)’을 갖고 있다는 것을 의미한다.⁶⁶⁾ 이렇게 되면 말하기에서 사용되는 인간의 신체는 어떤 의미도 가지지 못하는 순수한 기계장치로 남게 되고, 말이라는 신체적 행동은 의식을 실현하는 기계적 행위가 된다. 즉, 이 관점에서 실어증이란 의식을 표현할 수 없는 기계의 기능고장과 같은 생리학적 신체의 고장이다.

그러나 우리는 신체도식을 살펴보면, 인간의 신체적 행동에서 의식은 분리되지 않는다는 것을 보았으며, 따라서 모든 행동은 의식이 육화된 행동이라는 것을 알게 되었다. 실어증 역시 인간의 신체적 행동(말하기)의 장애이기 때문에, 우리는 실어증에서 신체와 정신을 분리하는 이원론을 전제할 수 없다. 즉, 실어증은 의식을 실현하지 못하는 하부적 구조의 문제가 아니다. 게다가 실어증에 시달리는 소녀는 생리학적 문제를 갖지 않는다. 그녀가 실어증을 앓게 된 것은, 그녀의 어머니가 그녀에게 사랑하는 남자친구와의 만남을 금지했기 때문이다. 이 만남의 금지는 그 소녀에게 심리적 충격이었다고 가정하는 것은 옳다. 왜냐하면 그녀가 신체적 치료가 아니라 심리적 치료를 받고 난 뒤에 실어증에서 벗어났기 때문이다.⁶⁷⁾ 그러나 생리학적 접근이 그러하듯이, 실어증을 다루는 심리학적 접근방법은 불충분하다.

지성주의 심리학은 실어증을 지능의 장애 또는 사고의 장애로 고려한다.⁶⁸⁾ 즉, 지성주의 심리학에게 말하는 주체는 “사유하는 주체”⁶⁹⁾다. 사유-주체가 단어와 문장의 의미를 만들어내며, 언어행동은 내적으로 구성된 사유활동의 외적 표현일

66) Waldenfels, B.(2000, 223쪽).

67) 메를로-퐁티(2002, 254쪽).

68) 메를로-퐁티(2002, 273-274쪽).

69) 메를로-퐁티(2002, 276쪽).

뿐이다. 그러므로 실어증은 내적인 지성의 활동의 장애를 보여주는 것에 불과하다. 이 관점에서 실어증이란 말에 대한 지성을 상실하는 것이거나, 말할 의지가 없는 것이라고 고려될 수 있다. 그런데 실어증 환자는 지성을 상실한 것이 아니다. 실어증 환자들은 구체적 대상의 색깔은 말할 수 있지만, 그 색깔을 추상화할 수 있는 능력이 없는 것이다. 가령 환자는 구체적인 체리의 붉음은 이야기할 수 있지만, 그것에서 벗어난 추상적 붉음은 말할 수 없다.⁷⁰⁾ 이는 슈나이더의 경우와 마찬가지로 이해할 수 있다. 슈나이더가 추상적 상황을 열어 밝히는 지향성에 문제를 겪어서 추상적 운동이 불가능했던 것처럼, 실어증 환자는 붉음을 추상화할 수 있는 능력인 신체적 지향성에 문제가 생긴 것이다. 후자에서는 그 소녀가 말을 할 수 있으나, 침묵을 지키는 것으로 고려된다. 즉, 의지적으로 말하고 싶지 않은 주체가 있다는 것이다. 만약 그 주체가 의지를 바꾼다면 다시금 말을 할 수 있게 된다.⁷¹⁾ 그러나 메를로-퐁티에 따르면, “실어증이라는 것은 [의지적 주체가] 침묵을 지키는 것이 아니다.”⁷²⁾ 즉, 실어증 환자는 꾀병이나 말하기 싫은 상태이기 때문에 말하지 못하는 것이 아니라, 실제로 말을 할 수 없다.

그렇다면 메를로-퐁티는 실어증에 대한 실존적 분석을 어떻게 진행했는가? 언급한 것처럼 그에게 있어서 실존은 “세계로-향한-존재”를 의미하며, 이것은 신체도식에서 실현된다. 실어증 역시 세계와 긴밀한 관련을 맺는 신체도식의 문제에서 찾을 수 있다. 환자 슈나이더의 경우 가능성 상황에 자신을 투사할 수 없었다. 왜냐하면 신체도식이 손상되어 신체적 지향성에 문제가 생겼기 때문이다. 소녀 역시 그녀가 처한 구체적 삶과 상황으로 자신을 투사하지 못한다. 정확히는 그녀는 자신을 둘러싼 타자와의 공존재적 삶에 자신을 투사하는 것을 거부한다. 사랑하는 남자친구와의 단절에 대한 충격 때문에 그녀는 “주체들 속에 있는 공존재의 거부를 표현하고... 가족 환경 가운데서 가지는 관계의 삶을 중단한다.”⁷³⁾ 다시 말해, 말을 상실한 소녀는 생리학적 신체의 문제를 갖는 것도 아니며, 의지적으로 말을 거부하거나 지성에 문제를 갖는 것도 아니다. 그녀는 자신을 둘

70)한정선(2015). 골드슈타인의 실어증 연구가 메를로-퐁티의 언어행위 이론에 미친 영향. **신학과세계**, (84), 559쪽.

71) Waldenfels, B.(2000, 224쪽).

72) 메를로-퐁티(2002, 254쪽).

73) 메를로-퐁티(2002, 253쪽).

러싼 타자와의 공존재적 삶(상황)을 몸소(신체도식으로) 거부하고 있다. 그녀가 받은 심리치료란 바로 그녀가 거부하던 공존적 삶, 그녀의 실존적 상황을 변화시키는 것이다. 그 심리치료는 그녀가 거부하던 가족이라는 공존재의 상황으로부터 그녀를 해방시켜 주는 것이었다.⁷⁴⁾ 거기에서 그치지 않고 그녀는 실제로 사랑하는 남자친구를 재회하게 된다. 즉 신체적으로 거부하던 상황으로서 타자와의 실존적 삶이 변화하자, 그녀는 다시금 그곳으로 자신을 투사하고 말(신체도식)을 되찾은 것이다. “환자는 지적 노력이나 의지의 추상적 명령에 의해서가 아니라 자신의 신체[도식]이 집중시키는 [삶의] 변환에 의해서, 진정한 [신체도식의] 동작에 의해서 자신의 목소리를 되찾는다.”⁷⁵⁾

메를로-퐁티는 실어증을 통해 지성주의적이고 기계론적인 언어이론을 비판하고 실존적 언어이론을 제시하고자 한다. 반면에 우리는 실어증에 시달리는 소녀의 사례를 통하여 심리적 충격으로 인하여 신체도식과 상황의 문제가 발생할 수 있음을 보여주고자 했다. 이는 입스 해명을 위해 중요하다. 왜냐하면 입스는 ‘생리학적 신체’에 문제가 없는데도 발생하기 때문이다. O’ Brien의 연구참여자들은 심적 충격을 겪고 난 뒤에 입스에 시달린다. 그러나 그는 이것을 부각하지 않는다. 반면에 우리는 심적 충격이 신체도식 결손의 계기가 되고 이것이 입스라는 운동장애로 표현된다는 것을 보여주고자 한다(5).

74) 메를로-퐁티(2002, 254쪽).

75) 메를로-퐁티(2002, 260쪽).

3.3. 신체도식의 습관과 도구

게슈탈트심리학의 신체도식이 신체와 의식 내적인 경험에 머무는 데 반하여, 메를로-퐁티의 신체도식은 세계에 열린 체계다. 세계는 자연적 환경은 물론이거니와 “자아-타인-대상”⁷⁶⁾의 사회-문화적 세계를 포함한다. 그리고 신체도식이 이 세계로 향해 열려 있기 때문에, 우리에게 대하여 “자아-타인-대상”이 발생한다. 신체도식은 이것들을 “우리에게 존재하게 하고 수용하게 하는... 그러한 전유화의 장소”⁷⁷⁾이다. 이 장에서 다른 무엇보다도 대상(도구)에 더 집중해 보고자 한다.

그런데 사실 메를로-퐁티는 자신의 신체론을 개진해나가면서 도구를 구체적으로 분석하지 않는다. 그래서 현상학적 스포츠연구에서 신체와 도구를 이야기할 때, 메를로-퐁티의 신체도식과 하이데거의 도구개념은 동시에 제시된다. 신체와 도구라는 주제에 대하여 두 사상가를 동시에 다루는 것은 타당하다. 왜냐하면 하이데거의 인간(Dasein)개념은 현상적 신체를 전제하고 있으며, 도구를 다루는 주체 역시 의식이 아니라 현상적 신체다. 그런데 하이데거는 도구를 철저히 분석하지만 현상적 신체는 크게 다루지 않는다. 하지만 현상적 신체란 메를로-퐁티가 정초한 신체도식과 다르지 않기 때문이다⁷⁸⁾ 하이데거의 도구를 메를로-퐁티의 신체론을 통해 이해하는 데 큰 무리는 없다.

하이데거는 대상을 존재방식에 따라 외적사물과 도구로 구분한다. 외적사물은 ‘손-앞에-있음(Vor-Handenheit)’으로, 도구는 ‘손-안에-있음(Zu-Handenheit)’으로 규정된다. 외적사물은 의식에 의존하여 이해할 수 있는 대상이다. 외적사물의 사용목적과 사용법은 합리적이고 계산적인 의식에 의존하여 드러난다. 가령 해머던지기 전혀 모르는 사람은 해머가 어떤 용도이며 어떻게 던져져야 하는지 지성에 의존해 알아야 한다. 그 사람에게 해머는 자신 앞에서 지적 이해를 요구하는 외적사물이다. 반면에 해머던지기 선수에게 해머(대상)는 다르게 존재한

76) 메를로-퐁티(2002, 111쪽).

77) 메를로-퐁티(2002, 244쪽).

78) Peter Ha(2011), The Concept of the Pre-objective Body in Heidegger and Merleau-Ponty, **현상학과 현대철학** 48.

다. 선수는 해머에 대한 앎을 위해 의식에 의존하지 않는다. 그는 해머를 손에 쥐고 던짐으로써 즉각적으로 해머의 사용목적을 실현한다. 즉, 해머던지기 선수에게 해머는 단순히 자신 앞에 있는 외적사물이 아니라, 자신의 손아귀 내에서 그 목적과 용도를 이용할 수 있는 대상, 즉 ‘손-안에-있음’이다.

이처럼 외적사물과 달리, 도구의 존재방식은 ‘손-안에-있음’으로 규정된다. 하지만 도구를 다루는 손은 ‘생리학적 신체’가 아니며, 도구를 사용하는 주체는 의식이 아니다. 물론 도구를 이용하기 위해서는 생리적 손과 의식이 필요한 것은 사실이다. 해머를 던지기 위한 생리학적 신체들이 필요하며, 스포츠용 해머를 공사장의 망치로 오해하지 않는 의식이 필요하다. 하지만 이것만으로는 해머는 ‘손-앞에-있는’ 외적사물에 머문다. 도구는 인간의 손 안에서 의식을 경유하지 않고 사용할 수 있는 대상, 즉 ‘손-안에-있음’이라는 존재방식을 취하기 때문이다. 아래에서 보겠지만 이런 도구의 존재방식은 의식이 아니라 신체-주체(신체도식)에서 드러난다. 그런데 메를로-퐁티에게 신체도식은 ‘손’에 국한되지 않는다. 신체도식은 인간의 살아 있는 신체 각 부분에 대한 “미분화된 힘”⁷⁹⁾이다. 그러므로 신체 각 부분에 대한 도구들, 가령 발의 도구, 팔의 도구 등이 가능하다.

인간(신체도식)이 도구를 사용할 수 있기 위해서는 그것을 이해해야 한다. 그리고 이해에는 학습이 전제된다. 그렇다면 신체도식의 학습방법은 무엇인가? 부르디외는 의식적 이해만을 강조하여 신체적 이해를 경시했던 과학적 전통을 지적한다. 그가 볼 때, 신체적 이해방식은 오히려 인간의 근원적인 이해방식이며, 이것이 바로 사회적인 것(the social)을 체득하는 인간의 이해방식이라고 본다. 이런 이유로 부르디외는 사회적인 규칙을 이해하는 것은 의식이 아니라 신체라고 말한다. 이는 스포츠와 무용의 신체적 이해방식에서 매우 잘 드러난다. 스포츠실천가들은 명시적인 지시를 지성의 활동으로 번역하여 운동을 배우는 것이 아니라, “고유한 신체의 이해를 통해(das Verstehen vermittelt des eigenen Körpers)”⁸⁰⁾ 암묵적이고 실천적으로 운동을 이해한다. 다시 말해 부르디외에 따르면 인간의 근원적 이해방식이란 지성의 활동을 통해 이해하는 명료한 지식이

79) 메를로-퐁티(2002, 142쪽).

80) Bourdieu, P.(2011, 205쪽).

아니라, 신체-주체의 실천을 통해 체득하는 실천지를 의미한다.

그렇다면 신체적 활동의 실천지는 무엇이고, 지성의 활동에 의한 명료지는 또 무엇인가? 하피터는⁸¹⁾ 인간이 지식을 획득하는 방식으로 두 가지 모방을 제시했다. 하나는 주제적 모방이며, 다른 하나는 전-주제적 모방이다. 주제적 모방은 “지성적인 활동에 의해 구성된 표상적인 모방”⁸²⁾을 의미한다. 이때 주제적이란 모든 것을 구성하는 지성의 활동을 의미하며, 이 모방에는 정신과 신체가 철저히 구분되며, 정신이 모든 것을 이해하는 주체가 된다. 가령 수학적 지식은 주제적인 명료지다. 반면에 전-주제적인 모방은 “지성의 활동 이면에서 전개되는 신체 활동에 의해 습득된 지식”⁸³⁾을 의미한다. 이때 중요한 점은 여기서 말하는 신체는 ‘생리학적 신체’가 아니라, 신체도식을 일컫는다는 사실이다. 그리고 전-주제적인 신체도식의 모방을 통해 드러나는 지식은 의식에 놓여 있는 명료지가 아니라 실천적 행위에서 드러나는 실천지이다. 가령 태권도 선수들이 품세를 배우는 과정에서 얻은 품세 지식은 전-주제적인 실천지다. 왜냐하면 품세 지식을 체득하는 과정에서 태권도 품세 선수들은 계산적인 지식에 의존하는 것이 아니라, 품세 동작을 몸소 움직임으로써 이해하기 때문이다.

신체-주체의 세계이해는 실천지에서 확립된다. 그리고 세계 내 도구에 대한 이해 역시 신체-주체의 실천지에서 획득된다. 만약 도구가 의식 내에 있다면 그것은 명료지로 획득될 수 있겠지만, 도구는 세계 내에 존재한다는 것을 보았다. 그러므로 도구는 “세계-내-존재”로서 신체-주체가 반복적으로 도구를 사용함으로써 그것의 사용방법과 사용목적을 체득할 수 있다. 이를 통해 도구에 대한 실천적 앎이 신체도식에 침전되고, 도구를 사용해야 할 때 과거의 지평이 기투되어 인간은 사유를 경유하지 않고 도구를 사용한다. 인간이 도구를 이해하는 데 있어서 필요한 것은 의식의 추상적 활동이 아니라 신체-주체의 구체적 실천이다. 해머던지기 선수에게 해머는 다양한 것들을 요구한다. 해머는 발이 아니라 손으로 다루어야 하며, 해머는 관중석이 아니라 경기장 가운데로 던져져야 하며, 경기가 끝난 뒤 해머로 못을 박으면 안 된다. 그런데 선수가 이것을 늘 의식하고 있는

81) 하피터(2010).

82) 하피터(2010, 137쪽).

83) 하피터(2010, 138쪽).

것은 아니다. 그럴 수 있는 이유는 선수의 도구 이해 즉 도구의 사용목적 및 방법에 대한 지식은, 그가 그것을 반복적으로 던져봄으로써 확립된 실천지에 근거하기 때문이다. 도구사용법을 의식적 명료지에서 획득하는 사람은 스포츠선수가 아니라 스포츠에 갓 입문한 초보자다. 도구 사용에 익숙지 않은 초보자는 도구사용법과 그것을 사용하기 위한 신체적 자세들을 의식적으로 알아야 한다.

그리고 메를로-퐁티에 따르면, 습관화된 도구는 신체도식의 확장이 된다. 그는 이것을 장님의 지팡이에서 보여준다.

“장님의 지팡이는 장님에 대하여 대상이기를 그쳤고... 장님은 지팡이의 길이에 의해서 대상의 위치를 아는 것보다 오히려 대상의 위치에 의해서 지팡이의 길이를 안다. 대상의 위치는 장님[의 지팡이에게]에게 영향을 미치고... 지팡이에 습관을 들인다는 것은 거기에 거주한다는 것이나, 역으로, 이것들로 하여금 고유한 신체의 부피에 가담하게 한다는 것이다. 습관은 우리가 우리의 세계로-향한-존재를 확장시킬 수 있는 능력이나 새로운 도구들에 의해 우리를 합병시킴으로써 존재를 변화시킬 수 있는 능력을 표현한다.” 84)

처음으로 지팡이를 사용하는 장님은 그것을 자신의 신체처럼 느끼지 않는다. 그것은 외적사물로서 장님과 외적이고 기계적인 관계에 놓여 있다. 하지만 지팡이에 습관을 들인 장님은 더 이상 지팡이를 외적대상과 같이 체감하지 않는다. 자신의 의도대로 지팡이를 뺄 수 있으며, 지팡이가 전달하는 감각을 통해 세계를 즉각적으로 이해한다. 그에게 지팡이는 확장된 팔(신체도식)이며, 따라서 지팡이로 외적 상황(대상, 과제 등)을 즉각적으로 지각 및 인식한다. 다시 말해 지팡이를 통해 전달되는 감각들을 지성적으로 종합하여 이해하지 않고, 신체적으로 그것을 종합하여 이해한다. “지팡이는 더 이상 장님이 지각할 대상이 아니라 그가 그것과 함께 지각하는 도구이다. 그것은 신체의 부속 기관이며 신체적 종합의 연장이다.” 85)

84) 메를로-퐁티(2002, 228-229쪽).

85) 메를로-퐁티(2002, 241쪽).

3.4 종합

인간은 늘 세계 내에 존재한다. 인간이 “세계-내-존재”로서의 존재방식을 갖는다는 것은, 전통철학의 규정과 다르게 인간이 세계와 신체로부터 자유로운 정신적 존재가 아니라는 사실을 의미한다. 인간은 신체적으로 육화된 존재다. 인간은 신체로써 늘 세계에 뿌리내리고 있으며, 동시에 세계는 신체에 육화되어 있다. 이 경우 세계는 인간과 관련없이 객관적으로 존재하는 물리적 공간도 아니며, 인간이 의식적으로 구성해낸 내적 세계의 공간도 아니다. 세계는 인간이 실제적인 행동을 통해서, 그 행동에 뿌리박은 사유를 통해서 우리에게 ‘대해’ 존재하는 실천적인 세계 또는 구체적 ‘상황(의 공간성)’이다. 기계론적 생리학과 이성중심주의의 주장과 달리 인간 또는 ‘고유한 신체’는 세계와 기계적인 관계를 맺는다거나, 세계를 전적으로 합리적 계산을 통해 이해하지 않는다. ‘고유한 신체’는 세계를 향해 열린 체계로 실천적으로 그것을 이해한다.

‘고유한 신체’가 세계를 실천적으로 이해한다는 말은, 세계로 향한 운동에서 반-의식주의적 이해방식이 작용한다는 것을 의미한다. 의식주의에서 이해는 지성의 활동으로 고려되어왔다. 우리가 그런 이해를 부정하는 것은 아니다. 하지만 그런 이해만이 유일하게 옳은 이해의 방식이라고 주장하는 것은 재고되어야 한다. 왜냐하면 인간의 원초적인 이해는 세계의 내적인 필요성에 의한 습관적 지식 또는 신체적 삶에서 실현되기 때문이다. 따라서 근원적으로 세계를 이해하는 자는 명시적인 의지와 지성으로 모든 것을 투명하게 사유하는 의식 주체가 아니다. 세계를 이해하는 자는 ‘신체-주체’ 또는 그것을 구성하는 신체도식이다.

신체도식은 필수적인 당위나 규칙을 의식적으로 설정하지 않고도, 주체가 무언가를 해낼 수 있게 한다. 여기서 해낸다는 함은 세계 내 모든 지각, 사유, 운동을 포함한다. 가령 운전의 습관을 들인 운전자의 신체도식은 이성의 활동에 앞서서 브레이크를 밟고 가속페달을 밟으며 우회전을 하고 비상등을 점등한다. 마찬가지로 스포츠선수의 신체도식은 왜 그리고 어떻게를 명시적으로 사유하지 않고도 운동을 가능하게 한다. 강조할 점은 모든 것을 대상화하는 명시적 사유가 필요하지 않다는 것이지, 그들의 운동이 무의식 또는 의식없는 상태가 아니라는 점이

다. 신체도식의 사유는 대상화하기 이전에 즉각적이고 암묵적으로 이루어진다. 물론 이러한 신체도식은 심리 내적 세계에서 구성되는 것이 아니라, 자신이 처한 구체적 세계(상황)와 실천적인 관계를 맺는다. 신체도식은 인간이 구체적 삶과 분리된 자유로운 정신이 아니라, 신체적으로 “세계로-향한-존재”의 근원적인 토대다.

이처럼 신체도식은 세계를 익숙하게 만든다. 신체도식을 구축했다는 것은 관련된 세계를 구축했다는 것이다. 신체도식은 세계가 필요로 하는 다양한 것들을 의식의 도움없이 수행한다. 즉 신체도식은 세계 극복을 위한 실천적 행동의 전-이성적인 방향설정을 제공한다. 그런데 근원적으로 세계를 인식하고 이해하는 방식에 도구가 포함된다. 물론 이때 도구는 단순한 대상이 아니다. 반복적인 실천으로 도구의 사용처를 알게 되고, 그것을 능란하게 다룰 수 있을 때 도구는 세계를 이해하는 인식도구로 확장된다. 이렇게 신체도식으로 확장된 도구를 사용할 때 인간은 계산과 판단을 수행하지 않고도 능수능란하게 도구를 사용하여 세계를 이해 및 극복한다. 가령 골프채를 도구화한 선수에게 각각의 퍼터들의 사용처와 그것을 통한 상황 극복에는 숙고의 과정이 면제된다. 신체도식과 도구가 육화된 통일을 이루기 때문이다. 아래에서 우리는 실존적 신체도식을 통해 퍼팅-입스를 살펴보고자 한다.

IV. 내러티브 연구

이 연구의 목적은 골프선수들이 겪는 입스라는 운동장애를 기존과는 전혀 다른 방식으로 접근하여 해명하는 데 있다. 그 방식이란 메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학이다. 그런데 체육학은 이론을 현실의 영역에 적용해야 하는 경험과학에 속한다. 경험과학으로서 체육학은 두 가지로 전개된다. 한편에서는 통계학에 의거하는 양적 연구가 있다면, 다른 한편에서는 경험적 자료를 인터뷰를 통해 확보하여 이를 이론적 개념을 통해 논리적으로 분석하는 질적 연구가 있다. 우리는 질적 연구를 통해 경험적 자료를 확보하고, 여기에 실존적 신체론을 적용하여 입스를 분석하고자 한다.

왜 질적연구인가? 이 연구의 목적을 달성하는 데 있어서 중요한 것은 ‘어떻게 그리고 왜’ 입스라는 사태가 발생하는가를 신체 현상학에 입각해 포착하는 것이다. 물론 입스가 ‘얼마나 많은 선수들에게서’ 그리고 ‘시간적으로 얼마나 자주’ 등장하는가 역시 중요하지만, 이러한 양적 연구는 이미 서양에서 많이 수행되었다. 이것을 또다시 규명하는 것은 입스 관련 논문의 양적 확장에만 기여할 뿐이다. 게다가 입스를 양적 연구로 연구하기에는 그 사태가 매우 복잡하다. 입스는 육화된 심리의 문제이면서도 동시에 그가 처한 상황과 관련된다. 이에 대해서 빈도와 상관관계가 알려줄 수 있는 것은 그리 많지 않다. 오히려 빈도와 상관관계는 그것을 체험하는 선수의 생생한 경험을 평균화하여 “수학적으로 측정할 수 있는 차원으로 축소시킨다...[양적 연구에서] 스포츠라는 신체 지향적 생활세계에서의 개인적 행위, 집합 행위의 주체성, 맥락 관련성은 고려에서 배제된다. 숫자들은 관건이 되는 인물이나 사물의 특별한 특성을 추상화시키며...자체 현실을 만들어낸다.”⁸⁶⁾ 다시 말해, 입스에 대한 양적연구는, 입스를 겪는 선수의 독특한 특성과 그가 행위하는 구체적이고 사실적인 세계를 일반화해버린다. 양적연구에서 일반화는 핵심적인 요소지만, 우리의 관점에서 일반화는 오히려 입스 문제를 희석해버린다는 문제가 된다. 나아가 그동안 양적 연구에 입각한 입스 연구에도 불구하고 입스는 여전히 미해결 상태다. 입스를 해결하기 위해서는 선수들

86) 베테(2012, 104쪽).

이 겪는 생생한 경험을 수학적 차원으로 축소해서는 안 된다. 우리는 입스의 생생한 경험을 확보하기 위하여 우리는 질적연구를 수행한다.

물론 질적연구 역시 문제를 갖는다. 특히 질적연구는 “순수하게 기술적인 것에 빠져 들어 이미 누구나 알고 있는 것을 단지 다른 언어로 반복하는 경향”⁸⁷⁾을 보인다. 이를 피하기 위해서는 질적연구는 이론과 분리되어서는 안 된다.⁸⁸⁾ 우리는 질적연구를 통해 얻은 자료와 실존적 신체론을 끊임없이 연루시킴으로써 이런 문제를 피할 것이다. 또한 지금까지 국·내외 입스 연구에서 현상학적 신체 개념은 거의 찾아볼 수 없다.⁸⁹⁾ 따라서 우리의 질적연구는 기존의 내용의 반복이 아니라, 실존적 신체론의 관점에서 입스를 해명하기 위해 반드시 필요한 “필수적 다양성”⁹⁰⁾을 확보하는 시도다.

4.1 연구방법

그 방법으로 이 논문은 독일의 사회학자 쉼체(Schütze)의 내러티브(narrative) 방법론을 선택한다. 이는 부르디외 등으로부터 비판을 받은 연구방법이지만, 그럼에도 불구하고 사회과학에서 그리고 다양한 경험적 연구들에서 사용되고 있다.⁹¹⁾ 이 연구방법의 장점은 연구대상이 맞이한 사건을 정적인 순간의 주관적 상태에 국한시키지 않고, 해당 사건에 대한 동적인 경험과 체험의 흐름을 포괄할 수 있다는 데 있다.⁹²⁾ 이는 입스에 대한 질적연구로 적합한데, 그 이유는 입스는 순간의 심리상태가 아니기 때문이다. 내러티브 방법론을 통해 우리는 선수가 처한 구체적 상황과 입스를 하나의 유기적 전체로 포착할 수 있을 것이다.

쉼체는 내러티브 인터뷰의 국면을 두 가지로 구분한다: 초기 및 중요 설명 국면(Anfangs- bzw. Haupterzählung)과 내러티브적 후속 질문의 국면(Phase

87) 베테(2012, 118쪽).

88) 베테(2012, 118쪽).

89) 이 연구에서 종종 언급되는 O'Brien(2019)가 현상학적 신체개념을 사용하지만, 그의 연구에는 한계가 있다. 그는 입스의 원인을 현상학적 신체에서 찾는 것이 아니라 여전히 심리의 차원에서 발견하기 때문이다.

90) Ashby(1956; 베테, 2012, 122쪽 재인용).

91) Ki-Don, Hwang, “Ökonomische Entwicklung und Lebenswirklichkeit von Arbeiterfamilien in Südkorea” (PhD, diss, Bremen Uni., 1996, p. 99쪽).

92) Ki-Don, Hwang(1996, 100쪽).

narrativer Nachfragen).⁹³⁾ 인터뷰 초기국면에서는 연구자는 이야기의 전반적 흐름이 매끄럽게 이어져 중요 국면으로 흘러갈 수 있도록 도와주어야 한다. 물론 이때 이야기의 구조가 연구자에 의해서 설정되어서는 안 된다. 이야기를 구조화하고 이끌어가는 주체는 연구참여자다. 그러므로 초기 및 중요 국면에서 연구자의 핵심적 역할은 엄격하게 “순수한 청자(des reinen Zuhörers)”⁹⁴⁾다. 이것에 따르면, 연구참여자는 자신의 체험에 대한 주제적 선택과 강조 그리고 관련된 역사를 고유하게 구조화할 수 있다.⁹⁵⁾ 다시 말해, 연구자는 연구참여자가 자신의 이야기의 ‘전문가’가 될 수 있게끔 청자의 역할을 수행한다. 가령 이야기가 진행될 때 고개를 끄덕인다거나, ‘그래요?’ 같은 감탄사로 그의 이야기가 매끄럽게 진행될 수 있도록 지지해 준다. 연구자가 “순수한 청자”로 남기 때문에, 연구대상자는 자신의 체험에서 무엇이 중요했고, 어떤 계기가 있었는지 스스로 선택하여 이야기한다.

이야기의 초기 및 중요 국면이 끝났을 때, 연구자는 후속 질문을 수행한다. 이 질문은 “내재적(immanente) 후속 질문”과 “현재적(exmanente) 후속 질문”으로 구분된다.⁹⁶⁾ 전자는 방금 이야기가 끝난 내용 중에 불명료한 것에 대한 직접적인 물음이다. 가령 사투리 때문에 알아듣지 못한 내용에 대해서 다시 물어보는 것이다. 후자는 언급되지 않았거나 충분할 정도로 언급되지 않은 것에 대해서 묻는 것이다. 이때 질문은 연구 주제에 대해서 중요한 사태이거나 문제이기 때문에 제기하는 것이지, 연구와 동떨어진 내용을 묻는 것이 아니다. 가령 퍼팅을 주제로 한 연구에서 드라이브에 관한 이야기만 진행되었을 때, 연구자는 현재적 후속 질문을 통해 퍼팅에 관해 묻는다.

사실 이 논문의 이론적 토대인 메를로-퐁티의 현상학과 인터뷰 방법론인 슛체의 내러티브 연구는 상충하는 부분이 있다. 왜냐하면 메를로-퐁티의 현상학에서 주체와 객체, 주체와 타자는 결코 분리될 수 없는 지향적 관계를 맺기 때문이다. 즉, 연구자가 “순수한 청자”가 되는 것은 메를로-퐁티의 관점에서 불가능할 수 있다. 하지만 내러티브 인터뷰 방법은 입스 연구에 필요한 점을 제공한다. 이 인

93) Schütze(1984, 80쪽; Ki-Don, Hwang, 1996, 101쪽 재인용).

94) Schütze(1984, 80쪽; Ki-Don, Hwang, 1996, 100쪽 재인용).

95) Ki-Don, Hwang.(1996, 101쪽).

96) Schütze(1984, 571쪽; Hwang, 1996, 101쪽 재인용).

터뷰 방법은 특정하고 고정된 시공간에서의 입스가 아니라, 선수가 살아내는 생생한 상황에서의 입스를 기술할 가능성을 제공한다. 왜냐하면 연구자의 이론적 구상으로부터 자유롭게, 연구참여자가 자신의 체험에 대해 기술할 주도권을 갖기 때문이다. 다시 말해 입스 체험자는 연구자의 이론적 구상에서 자유롭게 자신의 체험에 대해서 진술할 수 있으며, 무엇이 중요했고 덜 중요했는지 말할 수 있는 개방된 기회를 갖는다.



4.2 내러티브 인터뷰: 프로골퍼 J의 입스 체험

프로골퍼 J와 골프

J 선수는 만 31세의 한국여성프로골퍼로 KLPGA와 CLPGA 투어에서 활동하고 있다. 그녀는 어려서부터 운동을 좋아했다. 처음으로 진지하게 임했던 운동은 육상이었다. 특히 달리기의 신체적 쾌감 이전에 주어지는 긴장감에 그녀는 매료되었다. 출발을 알리는 호루라기 소리의 두근거림, 시합장의 떨림, 시합 결과의 예측 불가능성에서 오는 긴장 반 설렘 반은 그녀를 달리게 만들었다. 그런데 13세에 아버지와 찾은 골프장에서 더욱 강렬한 설렘을 느꼈다. 육상과는 전혀 다른 매력이 골프에 있었다. 육상 트랙은 표준화되어 전 세계 어디를 가나 동일한 풍경을 보여주었으며, 고도로 일반화된 동작의 반복이었다. 하지만 골프는 매우 다채로웠다. 다채로운 골프란 매번 다른 위치에 공이 떨어지고, 늘 새로운 힘과 자세로 난관을 헤쳐나가야 하는 것을 의미한다. 이는 육상의 단조로움에서는 찾아볼 수 없는 이채로움이었다. 그녀에게 있어서 골프의 가장 큰 묘미는 매번 다른 샷을 다른 자세로 구사해야 한다는 복잡하지만 표준성에서 벗어난 자유로운 운동이라는 점이다.

입문 당시 그녀는 골프를 몸으로써 이해해야 했다. 선생님이 알려주는 드라이브를 올바르게 수행하기 위해서는 무수한 세부 동작을 몸소 익혀야 했다. 말로써 설명해준 드라이버는 몸으로써 해석되지 않는다면 무의미했기 때문이다. “어릴 적에는 머리로 하는 이해와 판단이 큰 의미가 없었어요. 선생님의 말을 몸으로 수행하는 과정에서 정답을 찾을 수밖에 없어요. 이 과정에서 드라이브가 무엇인지 알게 되죠.” 다시 말해, 아무리 선생님이 말로써 드라이브에 대한 깊은 지식을 알려준다고 하더라도, 그것을 머리로 이해하는 것으로는 불충분하다. 말을 신체적 운동으로 해석하고 실현해야 비로소 드라이브를 할 수 있게 된다. 이를 위해 선생님이 고정된 상황을 만들어준다. 드라이브든 퍼팅이든 상관없이 특정한 샷을 훈련할 때, 선생님이 특정한 거리에 세워놓은 과녁에 공을 가까이 붙이는 연습을 한다.

이런 과정을 거쳐, 그녀는 아마추어 대회에 출전하기 시작했다. 그런데 연습장에서 수행한 훈련과 달리, 골프장(필드)은 매우 다양한 상황을 연출한다. 고정된 거리와 자세는 필드에서는 사실상 무용하다. 연습장과 같은 고정된 상황은 거의 연출되지 않기 때문이다. 하지만 그녀는 필드에서 일어나는 다양한 상황을 이겨내기 위한 해답을 생각에서 찾지 않는다. 정확히 말하자면 J 선수 앞에 매번 다르게 펼쳐지는 골프장의 상황과 이에 상응하는 샷들의 구체적인 방법은 사유의 대상이 아니다. J 선수는 그 이유를 자신이 쌓아 올린 습관적 루틴에서 찾는다: ‘두 번의 빈 스윙’, ‘방향 설정’, 그리고 ‘스윙’. 그녀의 습관적 루틴은 이제 가지로 이루어진다. 그 루틴 안에서 별다른 생각은 하지 않는다. 빈 스윙에서 이미 샷의 강도, 몸의 자세, 목표지점과의 거리, 공의 진행방향 등이 초별그림으로 그려진다. 이 습관적 루틴에 문제가 없다면, 아무리 복잡한 상황이라고 하더라도, 그것들을 계산하려고 시도하지 않는다.

대회를 거듭해가며 그녀는 2008년에 세미프로로 전향했으며, 2009년에 꿈에 그리던 프로선수가 되었다. 아마추어 골퍼에게 프로라는 무대는 희망의 종착지다. 하지만 프로선수가 되고 보니 프로에게 희망의 종착지란 없었다. 매번 좋은 성적을 거두어야 했다. 원하던 성적을 획득해도 그것으로 끝이 아니라, 또 다른 대회를 처음부터 준비해야 한다. 이런 부담감과 더불어 프로선수는 방송매체, 스폰서, 상금 등의 중압감을 버텨내어야 한다. 이것에 힘들어 하던 그녀에게 매우 유명한 프로골퍼가 한 가지 권유를 하는데, 그 권유란 심리상담이었다. 프로선수는 기술적 훈련과 심리상담이 병행되어야지만 지속적인 성공을 이어갈 수 있다.

심리상담에서 배운 것이 바로 호흡법이었다. 그녀에 따르면, “긴장으로 심박동이 상승할 때, 이를 통제할 수 있는 가장 좋은 방법이 호흡이라고 배웠다. 이것은 확실히 실전에서 도움을 준다. 골프는 긴장이 너무 높아도, 너무 낮아도 안 된다. 18홀이라는 장기간의 경주다. 하나의 홀에서 일희일비하여 긴장의 높낮이가 바뀌어서는 안 된다. 적절한 긴장을 이어가야 한다. 호흡법을 몰랐을 때와 알게 되었을 때의 차이는 크다.” 물론 호흡법을 사용한다고 하더라도, 요동치던 심장이 바로 잔잔히 가라앉는 것은 아니다. 다만 그 긴장에서 도망가거나 떨쳐버릴 수 있는 일종의 도피처로서 기능한다.

그녀는 이 호흡법을 모든 경기에서 사용한다. 특별히 중요한 대회 또는 높은

성과를 성취할 수 있을 때, 긴장감이 과도하기 때문에 호흡법에 더 집중하는 것은 사실이다. 하지만 이러한 긴장감은 언제나 따라붙는 것이다. 아마추어 대회에서도 긴장감은 언제나 고조되며, 이는 프로 대회라고 해서 질적으로 다른 긴장감은 아니다. 다만 프로선수는 스폰서, 방송매체, 상금 등을 필수적으로 대면해야 하는데, 이 부담감이 아마추어가 느끼는 긴장감과의 차이일 뿐이다. 그럼에도 불구하고 프로의 긴장감이든 아마추어의 긴장감이든 호흡법을 통해 통제될 수 있다. 이 긴장감은 ‘생리학적 신체’를 가지는 인간이라면 누구나 겪는 것이기 때문이다.

하지만 입스에서 발생하는 긴장과 불안은 호흡법으로 통제될 수 없는 종류의 긴장과 불안이다. 물론 그녀는 입스의 불안과 일반적인 불안을 구별하지는 않는다. 하지만 인터뷰를 하면서 우리는 그녀가 구별되는 불안을 체험한다는 것을 알 수 있었다. 이에 대해서는 아래에서 다루도록 하겠다.

지금까지의 기술은 입스에 시달리기 이전까지의 J 선수의 골프 체험이다. 아래에서는 입스와 관련된 체험을 살펴보고자 한다. 여기에서 우리는 입스로 인해 무너지는 운동과 심리 문제 그리고 나아가 골프채와의 관계 변화에 대해서 살펴볼 수 있을 것이다.

J 선수의 입스 체험과 불안

J 선수는 약 15년 전 입스를 처음 겪었으며, 그이래 입스로부터 완벽하게 벗어난 적 없다. 그런데 그녀는 자신이 퍼팅-입스에 시달릴 것이라고 상상도 못했다. 왜냐하면 그녀는 유독 퍼팅에 관대했기 때문이다. 다른 샷에는 악착같이 달려들었는데 반해, 퍼팅에는 욕심이 생기지 않았다. 이런 이유로 경기장에서 발생하는 퍼팅 실수 역시 대수롭지 않게 생각했다. 퍼팅에서 실수는 그녀에게 불안을 자아내지 못했다. 그녀에게 퍼팅-입스는 상상할만한 것이 아니었다.

그런데 상황이 달라졌다. 어느 순간 그녀는 퍼팅에 온 신경을 쏟아부었으며, 퍼팅에서 실수가 발생하는 것에 무거운 압박감을 느끼게 되었다. 퍼팅을 대하는 태도가 크게 달라진 분기점은 그녀가 여태까지와는 전혀 다른 맥락 위에서 골프를 치게 된 한 대회다. 이 대회는 그녀의 골프 인생에서 가장 흥분되지만 동시에

압박감에 두려웠던 대회다. 그 대회는 ‘매치 플레이’ 형식으로 진행되었다. 그녀는 16등으로 예선을 통과했기 때문에 1등으로 통과한 선수와 겨루어야 했다. 승리에는 반신반의했지만 16강에서 1등 선수를 이겼으며, 8강까지 그녀의 승리는 계속되었다. 골프선수로서 처음으로 4강전에 올랐으며, 여차하면 대회 우승자가 될 수 있는 기회를 잡게 된 것이다. 이 대회를 골프선수로서 능력을 발휘하고, 두각을 나타낸 대회라고 그녀는 회상한다. 그런데 4강에서 문제가 발생한다. 12~13번 홀에서 1m 퍼팅이 실패하기 시작했다.

“5오버 차이로 이기고 있던 게임을 졌어요. 말도 안 돼요. 5오버면 다 이긴거나 마찬가지예요. 나중에 들은 건데, 심지어 상대방의 아버지는 패배했다고 생각해 집에 갔대요. 그런 유리한 상황에서 어려운 샷이 아니라, 진짜 한 두 발자국 거리의 퍼팅이 실패하는 거예요. 진짜 황당한 것은 퍼팅이 전체적으로 안 된 것도 아니예요. 전반적으로는 다 잘 되었으니까 승기를 잡고 있었겠쥬? 그런데 그냥 어느 순간 한 발자국 거리가 안 들어갔고 갑작스레 ‘안 들어가면 어떡하지?’ 라는 생각이 엄습했어요. 결국 5오버 차이로 이기고 있던 경기를 패배했는데, 그때가 제 첫 입스이지 않을까요?... 어려운 샷이라면 납득을 하겠지만 1~2m 홀에서 실수는 정말 용납이 안 되요. 무슨 초보자도 아니고...”

이 대회에서 J 선수는 드라이브와 어프로치 등은 이전과 같이 높은 수준에서 원활하게 수행했다. 퍼팅만이 문제였다. 그렇다고 매우 어려운 퍼팅을 수행함으로써 발생하는 실수도 아니었다. 한 두 발자국 거리에 놓여 있는 홀에 공을 넣지 못했다. 이는 매우 초보적인 실수로 프로선수에게 있어서 당황스러운 것이다. J 선수 역시 자신의 선수생활을 무색하게 할 정도로 낮은 수준의 퍼팅에 대해 용납할 수 없는 초보자적 실수라고 진술했다. 이는 이미 여러 입스 연구들에서 지적된 것과 같이 선수들이 마치 “한번도 골프를 쳐보지 않은 사람”⁹⁷⁾으로 회귀한다는 것과 대동소이하다.

이 대회에서 발생한 반복적인 퍼팅 실수는, 이전의 퍼팅 실수와는 다른 하나의

97) O'Brien(2019, 81쪽).

충격이었다. 이 충격 이후에 J 선수는 입스에 시달린다. 이것은 O' Brien이 밝힌 것처럼, 입스의 계기로서 심적 충격과 같은 것으로 보인다. 그런데 심적인 충격이 반드시 대회와 토너먼트 상황에서의 충격과 관련되는 것은 아니다. 왜냐하면 연습상황에서 발생한 낫선 퍼팅, 꿈에 그리던 시합장에서 운동을 한다는 부담감 등에서도 입스가 발생할 수 있는 계기가 선수에게 심어질 수 있기 때문이다.⁹⁸⁾ 하지만 공통적으로 선수들은 특정한 충격을 계기 이후에 입스라는 장기적 운동 장애를 겪는다. J 선수의 경우도 마찬가지다.

사실 해당 대회는 J 선수가 호흡법을 배우기 이전에 치루었던 대회다. 그렇다면 호흡법을 익힌 지금 입스는 제거되었는가? 그렇지 않다. 불안으로 야기된 ‘생리학적 신체’의 동요를 통제하는 호흡법으로는 입스가 사라지지 않는다. 왜냐하면 그 불안은 선수가 대회에서 겪는 일반적인 불안, 또는 우리가 면접장에서 느끼는 불안과 다른 것이기 때문이다. 이런 불안은 심리를 안정시키는 데서 효과를 볼 수 있다. 하지만 입스의 불안은 그런 종류의 것이 아니다. 이는 심리학 내부에서 제기되는 비판과 연관된다. 심리학 내부에서는 입스가 불안하지 않을 때도 발생하는 것에 대해 문제를 제기한다. 만약 입스의 불안이 우리가 일반적으로 겪는 불안한 상태와 같은 문제라면, 왜 불안하지 않은데도 신체적 장애가 발생하는지 설명하지 못한다는 지적이다.

물론 불안과 입스는 관계가 있다. 하지만 입스의 불안은 심리와 신체 내적인 문제가 아니라, 선수가 처한 공간이 낮설어지는 독특한 불안이다.

“어떻게 처야하는지 알아요. 그런데 몸이 안 따라줘요. 신체적 부상이 전혀 없었기 때문에, 그 문제라고 볼 수는 없을 것 같고... 그 상황에 집중이 안 된다고 해야하나? 이렇게 되면 홀과의 거리가 혼란스러워져요. 공이 나아갈 ‘길’이 안 보인다고 표현할 수 있을 것 같아요. 그래서 입스에 걸리면 한 손으로 툭 쳐도 들어가야 하는 게 안 들어가요.”

그녀에 따르면 입스에 시달릴 때 공간이 기존과는 전혀 달라진다. 물론 홀과의

98) O'Birne(2019). O'Brien의 연구참여자들을 고려할 때 입스는 결코 극도의 불안 앞에서 만들어지는 것이 아니다. 전혀 불안하지 않은 상태에서도 입스에 시달리게 될 수 있다.

거리가 객관적으로 인식되지 않는다는 것은 아니다. 그 거리는 다른 선수, 해설위원, 관중 등이 보는 것과 객관적으로 같은 거리이고, 그녀도 그 거리를 의식적으로 쥔 수는 있다. 즉 객관적인 외적 거리를 측정하는 감각기관과 인식 능력에 문제가 생긴 것은 아니다. 하지만 그 거리에서 운동을 수행할 수가 없다. 왜냐하면 그 객관적인 거리에 대해서 퍼팅을 수행해오던 고유한 “길”이 열려 밝혀지지 않기 때문이다.

“길”이란 객관적인 공간을 의미하는 것은 아니다. “길”이란 J 선수가 체험하는 공간이다. 선수들은 자신들만의 체험의 공간을 가지고 있는데, 이 공간 내에서는 운동의 여지가 넓어진다. 현상학적 입스 연구자 O’ Brien은 이를 “안전한 공간(safe space)”라고 칭한다. 그런데 그에 따르면 입스에 시달리는 선수들은 “안전한 공간”이 아니라 낮설고 불안하고 운동의 여지가 좁아지는 “불안정한 공간(unsafe space)” 위에 있게 된다. J 선수는 O’ Brien이 밝힌 입스와 공간성 문제⁹⁹⁾ 겪고 있다.

J 선수의 입스 체험과 골프채

심리학적 입스 연구자 Gerland에 따르면¹⁰⁰⁾, 입스에 시달리는 피아니스트든 스포츠선수든 상관없이, 그들은 자신과 긴밀히 연관된 도구와의 관계에서 문제를 겪는다. 여기서 중요한 점은 그들은 도구를 다루는 장인이었다는 사실이다. 그런 장인들에게 도구는 더 이상 익숙하지 않고 낯선 대상이 된다. 마치 초보자가 도구를 다루는 것처럼 어설피다. 골퍼 J 선수 역시 마찬가지다. 그 역시 골프채를 이전과 같이 다룰 수 없다.

J 선수는 “초보일 때는 다 이상하고 다 불편해요. 내 자세로 골프를 칠 수 있을 때가 되어서야, 골프채를 느낄 수 있게 되는 것 같아요.”라고 말한다. 다시 말해, 초보자일 때와 숙련자일 때 골프채에 대한 감각이 다르다. 그 차이에 대하여 J 선수는 “그러니까 내 자세로 골프를 칠 수 있을 때가 되어서야, 골프채를

99) O’Brien(2019, 93쪽).

100) „Yips mit Bernd Gerland“

<https://www.golfmagazin.de/training/tipps-und-tricks/yips-mit-bernd-gerland/>, 2017년 7월 18일, 최종수정. 2021년 5월26일 사이트 접속.

느낄 수 있게 되는 것 같아요. 초보일 때는 내 몸을 아는 데 바쁘기 때문에, 몸과 관련없는 골프채까지 알 수는 없어요.” 라고 진술한다.

그리고 J 선수는 골프채에 대한 신체적 앎이 골프수행에 있어서 매우 중요하다고 말한다. 그녀는 협찬사로부터 주기적으로 새로운 골프채를 제공받는다. 새로운 골프채는 다양한 것들을 수정하고 보완하여 기존의 골프채보다 더 나은 성능을 가진 것이라고 한다. 하지만 아무리 좋은 골프채라고 하더라도, J 선수의 신체적 앎이 배어있는 골프채의 성능을 이기지 못한다.

“확실한 건 골프채에 대한 느낌은 매우 주관적이에요. 선수마다 다 다르니까요. 그런데 재밌는 건 손에 쥐었을 때 [주관적] 느낌이 별로면, 실제로 [객관적] 정확성이 떨어져요. 협찬사에서 제공하는 골프채는 먼저 거리와 방향성 같은 것들에 대한 간단한 실험이 이루어져요. 그 결과를 보면 평균적으로는 신상 골프채가 성능이 좋은 건 맞아요. 근데 그럼 뭐해요 내가 쳤을 때는 안 그런데. 그래서 느낌이 안 좋으면 그냥 작년도 골프채로 대회에 나가거나, 애착이 가는 골프채를 사용해요.”

그런데 입스에 시달릴 때, 골프채에 대한 주관적 앎은 사라진다. 골프채는 더 이상 선수와 관련이 없는 외적인 사물이 된다. 오랜 기간 골프채와 함께 해온 선수에게 익숙하고 친근한 골프채의 체감은 사라지고, 낯설고 이질적인 것만이 느껴진다. 마치 초보자 시절에 골프채를 잡았을 때와 같다.

“입스에 시달리면 골프채가 낯설어요. 물론 내 골프채 문제가 아니라 그렇게 느끼는 몸의 문제이겠죠? 그런데 내 몸을 바꿀 수는 없으니까 낯설어진 골프채를 바꿔보는 거죠.”

그래서 J 선수는 입스에 시달릴 때 골프채를 바꾸거나 골프채를 잡는 그립(grip) 방식에 변화를 준다. 그녀는 이것을 통해 입스를 완전히 제거할 수는 없을지라도, 퍼팅의 실수를 줄이는 데 도움을 준다고 말한다.

“골프채랑 그립을 바꾸는 것은 대단히 힘든 일이에요. 평생을 해온 것과 결별하기가 어렵잖아요. 더 [퍼팅이] 안 될 수도 있는 거고. 근데 한 번은

역그립도 잡아보고 정그립도 잡아보고 했는데 잘 되더라고요. 이걸 펠링
골프라고 할 수 있는데, 입스에서 이게 효과가 있어요. ”

요컨대, 입스는 장인들로부터 도구를 다루는 능력을 앗아간다. 이때 도구는 피
아니스트든 스포츠선수든 그들이 오랜 기간 손으로 다루어오던 것으로, 그것을
어떻게 다루는지 의식하지 않아도 자연스럽게 사용할 수 있었던 것이다. 그런데
입스에 시달리면 그것을 자연스럽게 사용할 수 없으며, 그것을 낯선 것으로 느낀
다. 이를 어떻게 이해할 수 있을까? 우리는 이론적 토대(Ⅲ)에서 인간과 도구의
관계에 대해서 다루었다. 그리고 거기에서 도구란 반복적인 실천을 통해서 신체
도식과 통일된다는 것을 보았다. 입스에서 나타나는 골프채 문제 역시 신체도식
과의 연관성 속에서 다루어져야 한다. 우리는 이를 논의(5.3)에서 다룰 것이다.



V. 논의

메를로-퐁티의 신체론에서 살펴보았듯이, 인간은 신체적으로 “세계로-향한-존재”다. 세계로 향한 운동에서 신체와 정신은 인간의 실존을 이루는 두 계기일 뿐, 서로 다른 차원의 실체가 아니다. 그리고 입스는 움직임 장인들의 문제이며, 이들 역시 인간이다. 따라서 입스 역시 신체적으로 “세계로-향한-존재”의 관점에서 검토되어야 한다. 이 관점에서 우리는 세 가지를 논의한다. 먼저, 우리는 입스의 발생조건에 대해서 따져볼 것이다. 둘째, 우리는 입스의 불안과 일반적 불안을 구분할 것이다. 셋째, 우리는 골프채 문제를 들여다볼 것이다.

5.1 입스의 발생조건: 숙련자의 신체도식

입스는 프로골프 선수만의 문제가 아니다. 우리가 대중매체에 기대어 입스에 대한 정보를 획득할 때, 입스가 프로골퍼들의 문제라고 오해할 수 있다. 대중매체가 입스를 주제화할 때 프로골퍼들의 사례를 빈번하게 사용하기 때문이다. 하지만 눈길을 입스 연구로 돌려보면, 입스라는 사태는 프로골퍼에게 국한되는 문제가 아니라는 것을 알 수 있다. 국내외 입스 연구자들은 입스를 프로와 아마추어라는 형식에 얽매이지 않고 발생하는 운동장애로 주제화한다. 해외 연구자들은 입스의 발생조건으로 10년 이상의 경력, 탁월한 성적 등으로 꼽는다. 왜냐하면 입스라는 운동장애는 프로와 아마추어라는 형식이 아니라, 높은 수준의 운동수행 능력을 갖춘 자에게만 발생하기 때문이다. 즉, 입스란 골프를 숙련한 이들만이 겪는 독특한 운동장애다. 그렇다면 왜 입스는 골프를 숙련한 이들에게 발생하는가? 우리는 이를 메를로-퐁티의 실존적 신체도식의 관점에서 제시해볼 것이다.

한 번 더 짧게 이야기하자면, 메를로-퐁티의 신체도식은 세계(상황)을 향해 신체의 각 부분들을 통일시킬 수 있는 신체적 종합 능력을 의미한다(3.2) 가령 우리가 축구를 할 때, 축구공은 의식으로 찾아야 하지만, 축구공을 향해 달려가는 나의 신체를 찾지는 않는다. 축구공을 향한 달리기에서 신체의 각 부분들이 알려지며, 축구공을 향해 그것들이 정돈된다. 즉, 신체도식이란 구체적인 상황을 향해

신체적 부분들을 통일할 수 있는 암묵적인 앎과 같다. 여기서 암묵적인 앎이란, 명료한 의식이 개입하여 명료한 지식을 탐구하기 이전에 신체가 미리 알고 있음을 의미한다. 주의해야 할 점은, 메를로-퐁티의 신체도식은 실존적이라는 사실이다. 암묵적 앎은 늘 실존적 상황 즉, 구체적이고 사실적인 상황을 향한 앎이지, 심리 내적인 앎이 아니다.

실존적 신체도식은 구체적 삶을 살아가는 도중에 형성된다. 인간은 의식으로 삶을 살아내는 것이 아니라, 몸소 살아낸다. 신체로써 삶에 필요한 잡다한 것들을 실천하는 과정에서 신체도식이 형성된다. 물론 여기에는 ‘생리학적 신체’가 필요하다. 하지만 신체도식이 전제되어야 ‘생리학적 신체’의 기능이 정상적으로 발휘된다. 생리학적 안구가 있더라도 신체도식이 발달하지 못하면 볼 수 없다.¹⁰¹⁾ 생리학적 팔다리가 있더라도 신체도식이 발달하지 못하면 발로 걷고 손을 뻗을 수 없다. 그래서 신체도식이 아직 구축되지 않은 어린아이는 생리학적 신체가 있음에도 불구하고 제대로 보고, 목표한 지점으로 걸거나 손을 뻗는 데 어려움을 겪는다. 또는 신체도식에 문제가 생긴 슈나이더는 ‘생리학적 신체’가 멀쩡함에도 운동할 수 없다(3.2). 삶에 필요한 운동은 신체도식에서 발원한다.

스포츠세계는 일상적 세계에서 필요로 하는 신체도식과 전혀 다른 운동을 요구한다. 골프에서 요구되는 다양한 샷들은 일상에서 거의 사용하지 않는 신체적 배열이다. 이런 이유로 골프 초보자는 일상적 활동에 대해서는 신체도식을 가진 활동의 장인이지만, 골프에 대해서는 신체도식이 부재한 말 그대로 초보자의 신체다. 그래서 골프를 할 때면 자신의 신체를 매우 어설프게 사용한다. 이처럼 초보자가 신체도식이 부재하다는 사실은 그의 운동수행에서 정확하게 드러난다. 초보자는 목표한 운동을 수행하는 동안 신체적 자세, 목표 지점에 대한 거리, 배운 것에 대한 개념들을 지적으로 이해해야만 한다. 초보자의 운동에는 늘 지성의 활동이 개입하게 되며 그로 인해 자연스러운 운동이 아니라 어설프고 부자연스러운 운동만이 가능하다. 왜냐하면 초보자는 신체도식의 전-의식적인 종합능력이 부재하기 때문이다.¹⁰²⁾

101) Peter Ha(2011, 99쪽).

102) 오해를 피하기 위해 말하자면, 운동 초보자는 일상적 삶에 필요한 신체도식은 가지고 있다. 운동 초보자에게 부재하는 것은 스포츠세계에서 요구되는 신체도식이다.

반면에 숙련자는 이와 다르다. 숙련자란 해당 운동에 대한 신체도식을 갖춘 자다. 숙련자란 해당 운동에 대한 능란한 솜씨를 갖추고 있는 자로 규정되며, 그 솜씨는 의식이 아니라 신체도식에 구축된다. 능란한 솜씨의 근거로서 신체도식은 습관적 활동에 의해 발달한다. 신체도식을 갖춘 숙련자는 운동을 수행하기 위하여 계산적 의식에 의존하지 않으며 퍼팅 자세에 대한 명료한 앎에 의존하지도 않는다. J 선수가 말했듯이, 구태여 생각을 할 필요없이 준비동작들에서 이미 퍼팅에 대한 초별그림이 그려진다. 왜냐하면 숙련자는 운동에 관한 신체도식을 소유하고 있으며, 이에 따라 지성의 활동 이전에 운동과제(가령 퍼팅)를 향해 자신의 신체를 정돈할 수 있는 전-주제적인 종합을 실현할 수 있기 때문이다.

그런데 입스에 시달리면 전-주제적으로 골프를 수행하던 숙련자의 운동이 붕괴된다. 운동지식에 대한 생각이 면제되어 자동적으로 수행되던 운동이 불가능해지고, 지적인 앎에 의존하게 된다. 이에 대해서는 우리와 심리학이 일치하는 견해를 갖는다. 그러나 그것에 접근하는 관점은 전혀 다르다. 심리학은 운동능력의 토대를 의식에서 찾지만, 우리는 그것의 토대를 신체도식에서 찾는다. 그리고 우리의 관점은 슈나이더 사례에서 잘 드러난다.

슈나이더는 감각기관과 지성에 문제가 있는 환자가 아니었다(3.2). 그럼에도 불구하고 그는 운동을 수행할 수 없었다. 그 이유가 의식에 있다는 주장과 달리, 메를로-퐁티는 그것을 의식의 문제로 여기지 않았다. 그에 따르면 슈나이더는 신체도식의 지향성¹⁰³⁾에 문제가 생겨, 운동과 운동에 대한 지식이 분리된 환자였다. 즉 생리학적 기관과 지적 능력에 문제가 없는 사람에게 지향성의 장애는 운동을 불가능하게 만든다. 이 경우 인간은 운동지식에 얽매이고 집착하게 된다. 왜냐하면 지향성의 투사란 지성의 활동 이전에 감각들과 인식을 통일하여 운동과 지각에 필요한 장, 상황, 지평을 자신 앞에 놓는 능력을 의미하기 때문이다.

마찬가지로 입스는 숙련자의 고유한 신체도식에 문제가 생겨 골프에서 발생하

103) 메를로-퐁티는 지향성을 두 가지로 구분한다. 하나는 의식의 지향성이고, 다른 하나는 신체적(기능적) 지향성이다. 의식 지향성은 의식이 세계로부터 독립된 것이 아니라 늘 세계로 향해 있음을 뜻한다. 신체적 지향성은 지각은 늘 무언가에 대한 지각임을 뜻한다. 이때 지각은 배경과 대상이라는 구조화된 전체를 의미한다. 그리고 신체적 지향성이란 배경(맥락) 위의 대상이 지각될 수 있도록 만들어주는 전-의식적인 실존의 조건이다. 슈나이더가 운동이 불가능한 이유는 신체적 지향성에 문제가 생겨 배경(맥락)이 그의 앞에 펼쳐지지 않기 때문이다.

는 상황을 향해 자신의 신체를 종합할 수 있는 능력이 결손되는 데서 발생한다. 특히 퍼팅이란 상황과 관련된 도식에 결손이 생겼기 때문에, 다른 샷들(도식들)은 문제가 없는 반면에, 유독 퍼팅에서만 장애가 나타난다. 그 근거는 입스에 시달리는 선수들은 퍼팅에 대한 지식을 알고 있으나, 그것을 즉각적인 운동으로 수행하지 못하는 데서 찾을 수 있다.

이를 신체도식의 문제로 고려할 때 심리학의 주장을 이해할 수 있는 가능성이 생긴다. 심리학자들은 숙련자가 입스에 시달리면 ‘초보자의 수준으로 회귀’한다고 말한다. 그런데 이때 ‘초보자의 수준으로 회귀’는 무엇을 의미하는가? 이에 대해 심리학은 명쾌한 해명을 내놓지 못했다.¹⁰⁴⁾ 하지만 우리의 관점에서 초보자로의 회귀란 의식의 개입이 없으면 퍼팅(운동)이 불가능한 상태를 의미한다. 그리고 의식의 개입이 없는 퍼팅(운동)이 불가능한 이유는, 지성의 활동 이전에 감각과 지능을 통일하는 신체도식의 결손에 있다. 입스는 숙련자의 신체도식에 결손이 발생했다는 표현이며, 그것의 결손으로 인해 숙련자는 의식에 의존하지 않으면 퍼팅(운동)할 수 없는 초보자의 신체로 회귀한다. 그러므로 ‘초보자로의 회귀’는 입스를 정확하게 표현하고 있다고 볼 수 있다. 왜냐하면 실제로 초보자는 신체도식이 부재하기 때문에 암묵적인 퍼팅(운동)수행이 불가능하고 늘 명료한 의식에 의존해야 하기 때문이다. 나아가 입스의 불안은 그것이 신체도식과 관련되어 있음을 더욱 분명하게 보여준다. 아래에서 살펴보겠지만 입스의 불안은 심리 내부의 동요가 아니라, 상황과 관련된다. 이는 입스가 신체도식의 문제라는 사실을 지지해줄 것이다.

이렇게 되면 심리학이 주장하듯이 불안에 의한 의식을 입스의 1차적 원인으로 말하기 힘들다. 왜냐하면 불안한 의식에 앞서, 신체도식과 지향성의 문제가 선행하기 때문이다. 이 문제로 인해 숙련자는 지식에 매달리게 된다. 그렇다면 불안은 어떻게 설명해야 하는가? 우리는 입스와 불안이 관련이 있다는 데 동의한다. 그렇지만 우리는 불안을 다른 방식으로 이해하고자 한다. 입스가 신체도식의 문제에 기인하기 때문에, 불안 역시 내적 심리가 아니라 세계와 관계 맺는 신체도식과 관련된 불안을 고려할 수밖에 없기 때문이다. 아래에서는 심리학적 불안과

104) Masters & Maxwell, "The Theory of Reinvestment", *International Review of Sport and Exercise Psychology* 1, 162쪽.

신체도식의 불안을 구별하고 신체도식의 결손이 어떻게 불안과 관련되는지 논의해보고자 한다.

그 이전에 잠시 부연하자면 입스는 초보자가 아니라 숙련자에게서만 발생한다는 심리학의 주장은 옳다. 그러나 심리학은 초보자와 숙련자의 차이를 명쾌히 지적하지 못했다. 우리의 관점에서 그 학습의 단계는 신체도식의 구축 단계다. 물론 아직까지 신체도식에 대한 스포츠과학적 연구가 부족하기 때문에, 그 단계를 세분화할 수는 없다. 여기에서 우리는 그 단계를 두 가지로 구분하는 데 그친다. 초보자는 신체도식이 부재하기 때문에 운동수행에 늘 계산적 의식이 개입되어 있다. 초보자는 늘 의식과 함께 운동을 수행하며, 모든 것을 명료하게 알고자 한다. 이것이 초보자의 단계다. 반면에 숙련자는 신체도식을 갖춘 자다. 신체도식이란 전-주제적 내지는 암묵적으로 신체적 운동을 가능하게 하는 조건이다. 이것을 통해 숙련자는 명료한 의식이 없이도 운동을 자연스럽고 높은 수준에서 수행할 수 있다. 핵심적인 것은, 이것이 내적인 의지와 목적을 통한 운동이 아니라, 구체적이고 사실적인 상황을 향한 운동이라는 점이다. 숙련자는 늘 운동상황을 향해서 전-주제적이고 암묵적으로 운동을 수행할 수 있는 능력을 갖춘 자다. 그리고 입스는 이 숙련자의 학습 단계에서 발생한다.

5.2 입스와 불안: 기계론적 심리학의 불안과 구별되는 신체도식의 불안

선행연구를 검토하면서 보았듯이 입스를 규명하는 데 있어 생리학과 심리학의 대립적인 입장은 불안에서 드러난다. 생리학은 대뇌피질 등 생리학적 기관에서 입스의 원인을 밝힘으로써 불안을 입스의 원인에서 박탈하고 입스를 순수 생리학적 신체의 문제로 결론짓는다. 반면에 심리학은 불안을 입스의 제1원인으로 내세운다. 더 정확히 말하자면 심리학은 ‘압박 상황 아래에서 불안(choking under pressure)’이 입스의 근본적인 원인이라고 본다. 심리학이 집중하는 것은 압박 상황에서 불안이 ‘생리학적 신체’에 장애를 만든다는 사실이다. 이에 따라 심리학이 규정하는 입스란 불안한 심리에 의한 ‘생리학적 신체’의 운동장애다.

우리는 불안과 입스가 관계한다는 것에 동의한다. 하지만 심리학에 따라 입스를 압박 상황 아래에서의 불안에 의한 ‘생리학적 신체’의 문제로 단순화시키지 않는다. 이 단순화는 일반적 불안만을 고려하여 입스의 독특한 장애를 설명하지 못하기 때문이다. 일반적 불안이란 ‘생리학적 신체’를 가지고 있는 사람이라면 겪게 되는 불안을 의미한다. ‘생리학적 신체’를 갖는다면, 불안한 상황에서 손에 땀이 나고, 소변이 마렵고, 심박동이 빨라지고, 신체적 실수를 하게 된다. 이 경우 사람들은 의식을 집중하여 신체를 대상화하고, 조종하려고 시도한다.

그러나 입스는 누구나 가지고 있는 ‘생리학적 신체’에서 발생하는 것이 아니라 숙련자만이 갖춘 신체도식에서 발생한다. 그러므로 신체도식의 불안과 일반적 불안을 구별해야 한다. 물론 숙련자가 일반적 불안에 시달리지 않는다고 오해해서는 안 된다. 숙련자 역시 ‘생리학적 신체’를 가지는 인간인 한, 토너먼트가 부여하는 중압감에서 자유롭지 않다. 훈련 상황과 다르게 그들의 신체는 땀으로 젖고, 심박동이 높아져 실수를 범하기도 한다. 하지만 숙련자에게 있어서 일반적 불안은 결코 큰 문제가 아니라는 사실이 강조되어야 한다. 숙련자는 불안하더라도 자신의 수준에서 크게 벗어나지 않는 정도로 운동을 수행할 수 있다. 또한 불안에 의한 실수가 지속되지도 않는다. 일반적 불안은 숙련자의 ‘생리학적 신체’에게 순간적 떨림과 동요 등을 만들어내더라도, 숙련자의 운동수행능력에

지속적으로 영향을 미치는 것도 아니며 그 능력을 초보자의 수준으로 되돌려놓지는 않는다.

그렇다면 숙련자의 신체도식과 관련된 불안은 무엇인가? 입스의 불안에서 숙련자들은 ‘생리학적 신체’의 내적인 떨림과 동요 등을 경험하는 것뿐만 아니라, 외적 상황과 관련된 이상 증세를 경험한다. 특히 O’ Brien은 입스에 시달리는 숙련자의 공간성 변화에 주목한다. 입스에서 주목해야 할 특징으로 O’ Brien은 숙련자가 ‘안전한 공간(safe space)’에 놓이지 못하고 ‘불안전한 공간(unsafe space)’에 처하는 것을 꼽는다. 그에 따르면 숙련자는 ‘안전한 공간’ 위에서 운동을 수행한다. 이 공간은 표상의 공간이 아니라 선수가 몸소 행동하고 연습함으로써 만들어낸 공간이며, 운동을 수행할 때 동반되는 공간이다. 즉 ‘안전한 공간’은 선수와 하나의 체계를 이루는 익숙한 공간으로, 이것은 행동을 통해 열린다. 선수는 자신이 행동에서 열어 밝힌 “주위환경(enviroment)과 결합”¹⁰⁵⁾된 것으로 체험한다. 그런데 입스에 시달리는 숙련자는 공간성 변화를 겪게 된다. 그는 ‘불안전한 공간’에 놓이게 된다. 이 공간에서 숙련자는 공간성의 수축(contraction)을 경험한다. 입스에 시달리는 선수는 ‘안전한 공간’에 있을 때처럼 자유롭고 자연스럽게 공간과의 상호작용하는 존재가 아니다.¹⁰⁶⁾ 입스는 체험된 공간성을 앗아가고 변형시킨다. 다시 말해 입스에 시달릴 때 숙련자는 익숙한 운동을 통해 열어 밝히는 익숙한 공간에 속하지 못하고, 낯선 공간 위에 있다.

O’Brien이 관찰한 바와 같이 공간성의 변화는 입스를 해명하는 중요한 단서가 될 수 있다. 앞에서 살펴보았듯이(3.2) 신체적 운동이 가능하기 위해서는 반드시 운동의 장(field) 내지는 공간이 펼쳐져야 한다. 이때 공간은 객관적 공간도, 심리적 표상의 공간도 아니다. 그 공간은 신체적 움직임을 통해 침전되고 열리는 실존적 공간이다. 그리고 이 공간은 신체와 분리되어 존재하는 것이 아니라, 운동에서 통일된다. 메를로-퐁티는 그것을 “위치의 공간성”과 구별되는 “상황의 공간성”이라고 규정한 바 있다(3.2). 그리고 슈나이더 사례를 통해, 인간의 운동에는 반드시 공간이 펼쳐져야 하는데, 그것이 바로 “상황의 공간”임을 보았다.

105) O’Brien(2019, 148쪽).

106) O’Brien(2019, 149쪽).

만약 상황이 펼쳐지지 않으면 늘 의식에 의존하기 때문에 매우 부자연스러운 운동이 수행된다(3.2). 비록 O' Brien이 구체적으로 설명하지 않았지만, 그가 말하는 ‘안전한 공간’이란 곧 운동과 관련된 “상황의 공간성”이라고 이해할 수 있다.

특히 스포츠선수에게 있어서 “상황의 공간성”은 일반인에 비하여 세밀하게 구축될 수 있다. 왜냐하면 스포츠는 일상에서 필요하지 않는 특수한 운동상황을 제공하고 이것을 극복하게끔 만들기 때문이다. 가령 퍼팅이란 상황에서 취해야 하는 신체적 자세는 일상에서 찾아보기 극히 힘들다. 퍼팅을 성공적으로 해내기 위해서는 훈련을 통해 비-일상적 스포츠(퍼팅) 상황을 극복하는 신체도식을 구축해야 한다. 그리고 그 과정에서 자신만의 고유한 퍼팅 도식을 만든다. 고유한 도식을 만든다는 것은 곧 그것에 상응하는 고유한 상황을 만든다는 것과 같다. 왜냐하면 신체도식은 상황을 향한 신체적 배열의 정돈이기 때문이다.

그런데 입스에 시달리는 숙련자는 자신이 일구어온 상황 속에 참여하지 못한다. O' Brien이 지적한 것처럼 선수들에게는 상황 내지는 ‘안전한 공간’이 열리지 않고 낯선 공간 또는 ‘불안전한 공간’만이 펼쳐진다. 그러나 선수들의 지적 능력에 문제가 생긴 것은 아니다. 어떤 선행연구들에서도 선수들의 지성에 문제가 생겨 환각을 겪는다거나, 지성의 문제로 인해 선수들이 기존의 자세를 기억하지 못한다는 사례는 찾아볼 수 없다. 게다가 J 선수가 진술한 바와 같이, 입스에 시달리는 선수들은 익숙한 신체적 자세들을 명료하게 알고 있으며, 익숙한 자세에서 펼쳐지던 “길”(상황의 공간)을 여전히 알고 있다(4.2). 문제는 알고는 있는데, 그 익숙한 상황의 공간이 아니라 낯선 공간만이 펼쳐지고, 익숙한 자세를 취해도 그것을 낯선 것으로 체험한다는 데 있다. 입스에 시달리는 숙련자들은 해당 운동에 대한 신체도식에 문제가 생겨 익숙한 상황을 자신 앞에 열어 놓지 못한다. 그러므로 종종 선행연구들에서 지적되는 입스의 불안감으로서 ‘친밀한 낯섹(uncanny)’은 익숙한 공간이 열리지 않고 낯선 공간만이 열리는 신체도식의 문제에서 발원한다고 이해할 수 있다.

입스의 불안이 상황을 열어 밝히는 신체도식과 연관되기 때문에 순간적인 심리상태와 무관하게 입스가 발생하고 유지된다. 이때 우리는 심리학의 난제를 넘어설 수 있다. 심리학은 “왜 입스는 불안하지 않을 때도 발생하고, 왜 장기간

지속되는가?”에 대해 해명하지 못하고 있다. 이에 대해서도 심리학은 다음과 같이 말한다: 심리적 불안의 정도가 감당할 수 없을 만큼 컸고, 그것이 운동수행에 필요한 긍정적 이미지를 생산하지 못한다.¹⁰⁷⁾ 입스를 해명하는 심리학의 문제는 입스를 오직 불안감 때문에 신체적 운동을 제대로 통제할 수 없는 의식주체의 문제에서만¹⁰⁸⁾ 찾는다는 데 있다.

하지만 입스가 불안감과 일대일 대응관계를 맺지 않는 이유는 의식이 아니라 세계로 향한 신체도식과 관련될 때 더욱 분명하게 이해될 수 있다. 입스에 한 번 시달리게 되면, 압박감 속의 순간적 불안상태와 무관하게 입스는 지속된다. 토너먼트가 아닌 연습장에서도 입스는 지속된다. 그 이유는 무엇인가? 그것은 입스의 불안이 순간적 심리상태 때문에 발생하는 것이 아니라, 해당 운동을 수행할 때 그 운동을 유발하는 상황이 열리지 않는 데서 발생하기 때문이다. 입스의 불안은 토너먼트의 압박감으로 인해 ‘생리학적 신체’를 통제하지 못하는 의식의 문제가 아니라, 토너먼트든 연습장이든 해당 운동을 수행할 때 선수가 낮은 상황으로 기투되는 데서 발생한다. 그리고 입스의 불안으로서 ‘친밀한 낯섦’은 신체도식의 지향성이 갱신되어 익숙한 상황을 열어 밝히지 않는 한 지속된다.

요컨대 입스의 불안은 토너먼트와 같이 순간적인 불안한 심적 상태에 근거하는 것이 아니다. 입스의 불안은 신체도식이 열어주는 상황에 장애가 발생한 것이기 때문에, 이것이 고쳐지지 않는 한 순간적인 심적 불안 상태와 관계없이 계속된다.

107) Bawden(2002, 210쪽).

108) 이러한 이유로 심리학에서 제시되는 입스 해결방법은 심리와 의식을 평온하게 유지하는 것이다.

5.3 입스의 문제점이자 해결책으로서 골프채: 신체도식 결손의 표현이자, 재-육화(re-embodiment)의 대상으로서 골프채

메를로-퐁티는 주체성의 토대를 ‘고유한 신체’에서 정립한다. ‘고유한 신체’는 사유주체에 앞서서 세계를 근원적으로 지각하고 이해하는 신체-주체다¹⁰⁹⁾. 그러므로 세계, 타자 그리고 대상에 대한 인간의 이해의 원천은 이성이나 신체가 아니라 신체-주체에 있다. 특히 대상이 신체에 대해 존재한다는 것에서 우리는 기존의 입스 연구들의 논의를 확장할 수 있다. 그 논의란 입스와 골프채의 문제를 말한다.

기존의 연구들에서 골프채 문제는 중심사태로 주제화된 적은 없지만, 주변사태로 종종 언급되곤 한다. 그런데 그 주변적 사태에 대해서 선행연구들은 서로 다른 주장이 제기한다. 심리학에 따르면¹¹⁰⁾ 입스에 시달리는 숙련자들은 더 이상 골프채를 사용할 수 없는 문제를 갖는다. 반면에 생리학에 따르면 골프채의 파지법을 바꾼다면 입스를 해결할 수 있다.¹¹¹⁾ 그러나 어떤 입장이든 간에 분명한 것은 골프채는 중심주체가 아니었다는 사실이며, 따라서 관련된 논쟁이 진행되지 않았다는 것이다. 왜냐하면 생리학에서 집중적으로 관찰하는 것은 대뇌피질 또는 생리학적 기관들이며, 심리학에서 중심으로 보는 것은 압박 상황 속의 심적 불안이기 때문이다. 이들에게 입스란 인간 내적인 문제다. 따라서 그들은 인간의 내적인 생리와 심리의 문제를 해결하는 데 모든 노력을 다한다. 그러므로 서로가

109) 참고. Peter Ha(2011). 메를로-퐁티는 지식의 근원을 신체적 지각에서 찾는다. 이때 지각은 경험론과 합리론에서 이해하는 지각과 다르다. 양자에서 지각은 개별적 감각들의 총체다. 이 개별적 감각들을 하나의 의미로 만들어주는 것은 지각의 역할이 아니라 연합 또는 지성의 역할이다. 지각은 외적 사물을 수동적으로 수용하는 역할에 머문다. 반면에 메를로-퐁티의 지각은 개별적 감각들의 무의미한 총체가 아니라, 이미 의미를 가지고 있는 전체다. 즉, 전통적 관점에서처럼 지각에서 감각과 지성을 분리시키는 것을 비판하고, 지각에는 이미 감각과 지성의 통일이 이루어져 있다는 것을 강조한다. 그러므로 그는 외적 사물에 대한 지식의 원천을 개별적 감각들에 대한 지성적 종합이 아니라, 신체에서 찾으며 이를 ‘실존적 조건’이라고 말한다. 그리고 이 실존적 조건이 바로 신체와 정신, 감각과 인식의 근원인 신체도식이다. 이것이 실존적 신체도식인 이유는, 이것이 게슈탈트심리학에서 말하는 바와 같이 신체 내적 경험이 아니라, 세계(상황)과 관련된 경험을 의미하기 때문이다(III.). 이 실존적 신체도식의 경험이 모든 이론적 앎과 이성의 토대가 되기 때문에, 메를로-퐁티는 사유-주체에 선행하는 신체도식을 근원적인 주체, 즉 ‘신체-주체’로 규정하는 것이다.

110) „Yips mit Bernd Gerland“

<https://www.golfmagazin.de/training/tipps-und-tricks/yips-mit-bernd-gerland/>, 2017년 7월 18일, 최종수정. 사이트 접속일 2021년 5월26일.

111) McDaniel et al.(1989).

관찰하는 중심사태로서 신체와 심리에 대한 비판적 논쟁만이 활발할 뿐이다. 골프채는 인간 밖의 문제이기 때문에 논쟁의 중심에도, 연구의 중심에도 서지 못한다.

하지만 우리의 관점에서 골프채와 선수와의 관계는 중심적 주제가 된다. 왜냐하면 도구로서 골프채는 인간의 신체도식과 원초적인 관계를 맺으며, 나아가 도구로서 골프채는 신체도식과 육화된 실존의 확장이 되기 때문이다. 이것을 살펴보기 위해서는 무엇보다도 골프채가 어떻게 숙련자의 신체도식에서 통일되고, 그것을 통해 숙련자가 세계로 확장될 수 있는지에 대해서 이해해야 한다. 즉, 인간과 도구 또는 선수와 골프채가 세계 내에서 관계를 맺는 과정을 살펴보아야 한다. 이를 통해 낯설어진 골프채의 문제 역시 입스의 핵심인 신체도식의 결손과 관련된다는 것을 이해할 수 있을 것이다.

우리가 골프채를 지각하기 위해서는 신체적 감각기관과 이성적 이해 능력에 문제가 없어야 한다. 금속으로 된 골프채를 두고 그것을 나무로 느끼거나, 골프채를 두고 그것을 야구방망이로 인식해서는 안 되기 때문이다. 즉, 대상(골프채)에 대한 앎에서 신체적 감각과 이성적 이해는 반드시 필요하다. 하지만 그 앎에서 감각과 지성이 반드시 필요한 것은 사실이지만, 이것만으로 대상을 올바르게 알 수 있다고 주장하는 것은 불충분하다.

이것이 불충분한 이유는 슈나이더의 지각장애 사례에서 잘 나타난다. 슈나이더는 대상을 감각하고 인식하는 것에 문제가 없다. 그에게 만년필을 주었을 때, 슈나이더는 그것이 길고 파란색이라는 것을 감각할 수 있으며, 그 감각의 끝에 그것이 만년필이라는 것을 인식할 수 있다. 하지만 이것은 정상인의 만년필(대상) 지각과는 다르다. 정상인에게 만년필이 주어진다면, 정상인은 그것의 형태를 감각하고 난 이후에 그것이 만년필이라는 것을 후속적으로 이해하지 않는다. 만년필을 보자마자(지각하자마자) 그것이 만년필이라는 것을 안다.

슈나이더의 문제는 무엇인가? 메를로-퐁티에 따르면 슈나이더의 지각장애는 감각의 잡다를 종합하는 지성의 활동 이전에 신체적 지각의 차원에서 감각과 인식을 통일하는 신체적 지향성의 결손에 근거가 있다. 현상학의 전통에서 지향성은 의식의 가능조건이다. 의식은 지향성으로 인해 늘 무엇인가에 대한 의식이 된다. 메를로-퐁티는 지각의 지향성을 강조한다. 신체도식의 지향성은 지각의 가능

조건이다. 이때 무언가가 지각되기 위해서는 늘 대상과 배경이 하나의 구조를 이루어야 한다.¹¹²⁾ 신체도식에서 발원하는 지향성은 자신 앞에 대상과 배경이란 “구조화된 전체”¹¹³⁾를 기투하여 대상을 지각하게 만들어주는 조건이다. 슈나이더가 만년필을 감각적으로 더듬고, 인식적으로 이해한 뒤에야 그것이 만년필임을 아는 이유는, 슈나이더의 신체적 지향성에 문제가 생겨서 대상(만년필)을 배경 위에 올려두지 못하기 때문이다. 이런 이유로 그는 지성의 활동에 의존해 대상을 이해해야 한다. 다시 말해, 정상인이 지향성을 통해 전체적 구조를 전-인식적으로 지각하는 데 반해, 지향성에 문제가 생긴 슈나이더는 의식에 의존하여 대상을 인식해야 한다.

이처럼 우리가 골프채를 즉각적으로 지각한다는 것은 신체도식과 지향성에 문제가 없기 때문이다. 하지만 이것으로 우리가 골프채의 사용법을 이해하고 있다고 말할 수는 없다. 왜냐하면 도구에 대한 사용법은 시지각과 인식을 통해서 확립되는 것이 아니기 때문이다. 특히 반-의식중심적 사유를 신체-주체에서 정립하는 하이데거¹¹⁴⁾와 메를로-퐁티에 따르자면, 도구의 사용법은 의식이 아니라 신체도식에서 침전되는 실천적인 지식에서 확립된다.

살펴보았듯이(3.3) 실천지와 명료지는 구분된다. 실천지는 인간이 반복적으로 행동함으로써 확립되는 데 반하여¹¹⁵⁾, 명료지는 행동과는 무관하다. 명료지는 수학적 지식처럼 과학적 지성의 활동에 의존해야 얻어진다. 반면에 실천지는 지성 이전의 차원에서 구축되는 지식이다. 전-주제적 차원에 있는 실천지는 선수들에

112) 이는 메를로-퐁티가 게슈탈트심리학으로부터 영향을 받아 정초한 독특한 지각론이다. 그리고 Waldenfels, B.에 따르면 메를로-퐁티의 지각론은 하나의 구별작용으로 이해할 수 있다(Waldenfels, B., 2000, 68쪽). 무엇을 구별한다는 것인가? 그 구별은 배경과 대상의 구별이다. 만약 배경에서 대상이 구별되지 않는다면 우리는 어떤 것도 지각할 수 없다. 여기서 중요한 점은 지각이란, 점적인 감각들의 총합이 아니라, 늘 대상과 배경의 구조화된 전체로 주어진다는 사실이다. 그리고 이러한 지각의 구조, 즉 구조화된 전체를 만들어주는 것이 바로 신체적 지향성이다. 신체적 지향성은 인간 앞에 배경을 만들어줄 뿐만 아니라, 지향성을 투사할 때 감각과 인식을 통일해준다.

113) Waldenfels, B.(2000, 65쪽).

114) Peter Ha(2011)참고. 하피터에 따르면 하이데거는 현존재(Dasein)개념을 정립할 때 신체에 대한 분석은 세밀하게 진행하지는 않는다. 하지만 현존재가 전통적 의식주체와 다른 "세계-내-존재"라면, 현존재는 반드시 신체성을 갖추어야 한다. 신체성을 갖추지 못한다면 세계 내에 거주한다고 말할 수 없기 때문이다. 이때 신체성은 '생리학적 신체'가 아니라 현상학적 신체(Leib)에서 발원한다. 그래서 하피터는 현존재의 신체성과 메를로-퐁티의 현상학적 신체 또는 신체도식이 유사한 점이 있다고 말한다.

115) 이때 반복적 행동과 학습은 행동주의에서 말하는 기계적 습관과 전혀 다르다. 기계적 습관은 특정한 자극에 대한 특정한 결과(행동)를 가정한다. 그러나 현상학에서 말하는 습관은 특정한 자극에 매몰되는 기계적 습관이 아니다. 현상학에서 습관이란 세계에 대한 일반적인 앎을 확립하는 것이다.

게서 쉽게 찾아볼 수 있다. 골프채를 다루는 방법을 골프선수보다 잘 아는 사람은 없다. 선수는 수많은 실천을 통해 골프채를 어떻게 사용하는지 알게 된다. 이때 선수가 가진 지식은 실천지다. 그렇기 때문에 의식에 의존해 사용법을 계산하고 운동을 수행하는 것이 아니라, 즉각적으로 운동을 수행한다. 명료지는 스포츠 과학연구소에 더 많이 쌓여있다. 하지만 연구원들은 선수의 수준에서 골프채를 사용하지 못한다. 사실적으로 골프채를 다룰 수 있는 지식은, 과학적으로 명료한 지식이 아니라, 선수들의 신체적 실천지에 근거하기 때문이다.

그러나 모든 사물이 도구가 되는 것은 아니다. 하이데거는 외적사물은 ‘손-앞에-있음(Vor-Handenheit)’으로, 도구를 ‘손-안에-있음(Zu-Handenheit)’으로 규정한다. 외적사물은 나와 관련없이 내 앞에 있는 외적대상이다. 그것에 대해서 알기 위해서는 의식의 도움이 필요하다. 반면에 도구는 나와 관련되어 있다. 도구는 내 손아귀 안에서 직접적으로 사용방법과 사용목적이 실현된다. 가령 골프 초보자에게 골프채는 외적사물이고, 골프 숙련자에게 골프채는 도구다. 초보자는 골프채를 의식에 의존해 사용해야 하며, 골프 숙련자는 골프채를 사용함으로써 그것의 목적을 실현시킬 수 있기 때문이다.

그리고 메를로-퐁티에 따르면, 도구는 신체도식에 육화된 “세계로-향한-존재”의 확장이 된다. 이는 두 가지 점에서 살펴볼 수 있다. 첫째, 도구는 의식의 개입이 면제된 상태에서 사용된다. 둘째, 도구로써 세계를 이해한다. 그리고 이것이 가능한 이유는 도구가 ‘손-앞에-있음’이라는 외적사물의 존재방식을 취하는 것이 아니라, ‘손-안에-있음’이라는 신체 내적 공간성에 포함되어 있는 존재방식을 가지기 때문이다. 즉 도구는 신체도식의 내적 공간성에 육화된다. 도구가 신체도식에 육화되었다는 사실은, 인간이 그것을 사용할 때 지성의 활동을 거치지 않는다는 데서 찾을 수 있다. 인간이 습관화된 도구를 사용할 때 의식의 명료성을 거치지 않고 즉각적으로 그것을 사용하고, 그것으로 세계를 이해한다. 장님은 지팡이로 세계를 더듬고, 더듬어진 감각자료들을 의식에 전달하고, 전달된 것을 해석하여 자신 앞에 놓여 있는 세계가 횡단보도인지, 풀밭인지 이해하지 않는다. 장님은 지팡이로 세계를 더듬는 순간 그것을 인식한다. 그리고 이 전-의식적 종합의 기능은 신체도식에서 발원한다. 그러므로 도구가 전-의식적으로 종합될 수 있는 이유는 도구와 신체도식이 하나의 유기적 통일을 이루기 때문이다.

마찬가지로 골프 숙련자에게 골프채는 도구다. 숙련자는 골프채로 스윙할 때, 골프채가 전달하는 다양한 감각들을 즉각 이해할 수 있다. 이는 골프채에서 세계를 이해하기 때문에 구태여 지성의 활동을 거칠 필요가 없다는 말과 같다. 이것이 가능한 이유는 골프채가 전달하는 감각자료들을 지성의 활동 이전에 종합하여 이해할 수 있는 신체도식이 형성되어 있고, 골프채는 신체도식의 확장이 되기 때문이다. 골프 숙련자에게 골프채(도구)는 세계로 향한 신체적 종합 능력으로서 신체도식과 분리되지 않는 통일을 이룬다.

그런데 입스에 시달리면, 골프채는 더 이상 육화된 도구가 아니다. 다르게 말해, 숙련자의 골프채(도구)가 도구성을 잃고 외적사물이 된다. 도구성을 잃고 외적사물이 되었다는 사실은 골프채가 갑자기 의식적 이해를 요구한다는 데서 찾을 수 있다. 이는 J 선수의 사례만이 아니다. 골프채를 다룬 선행연구를 살펴보면 왜인지는 모르겠으나 도구(골프채, 피아노 등)를 갑자기 하던 대로 사용할 수 없다고 말한다.¹¹⁶⁾ 입스에 시달리는 사람들은 도구를 다루기 위해 의식의 힘을 빌려와야 한다.

왜 이런 사태가 발생하는가? 그 이유는 입스가 신체도식의 결손이라는 점과, 도구는 신체도식의 연장이라는 점에서 찾을 수 있다. 먼저 우리는 입스에 시달릴 때 익숙한 상황이 열리지 않는다는 점을 지적했다(5.2). 그 이유는 신체도식의 지향성에 문제가 발생했기 때문이다. 이 때문에 “안전한 공간”이 열리지 않고 낮은 공간만이 열린다. 그리고 골프채는 단순한 외적사물이 아니라 신체도식에 육화된 도구다. 그런데 입스에 걸려 신체도식이 훼손된다면, 도구와 신체도식의 육화된 관계가 무너질 수도 있다. 즉, 우리의 관점에서 입스에 시달릴 때 도구(피아노, 골프채 등)가 낯설게 느껴지는 이유는 신체도식이 훼손되어 도구와의 육화가 끊겨버린 데 있다.

이를 뒷받침해주는 연구는 생리학에서 찾을 수 있다. 생리학은 골프채 파지법을 바꾸거나 골프채를 바꾸는 전략(trick)이 입스를 해결하는 방식이 될 수 있다고 주장한다(2.1) 물론 이 변경은 순간적 변경이어서는 안 된다. 여기에는 단서가

116) „Yips mit Bernd Gerland“

<https://www.golfmagazin.de/training/tipps-und-tricks/yips-mit-bernd-gerland/>, 2017년 7월 18일, 최종수정. 사이트 접속일 2021년 5월26일.

붙는다: 새로운 파지법을 배웠을 때.¹¹⁷⁾ 그렇다면 왜 새로운 파지법을 체득했을 때 입스는 해결되는가? 생리학은 이에 대해서 설명하지 않는다. 하지만 우리의 관점에서 생리학이 단서를 단 지점은 매우 중요하다. 파지법의 변경 및 습관화는 바로 새로운 신체도식(파지법)의 구축을 의미하는 것으로 이해할 수 있기 때문이다. 즉, 생리학의 주장은 신체도식(파지법)을 새롭게 구축함으로써 골프채와 신체도식의 새로운 육화된 관계를 만들어야 한다고 주장하는 것으로 이해할 수 있다.

특기할 것이 있다. 생리학은 파지법을 바꿈으로써 입스가 사라지는 것처럼 보이지만, 원래의 파지법을 사용할 때 그것이 재발한다고 말한다(2.1). 심리학도 같은 것을 지적한다.¹¹⁸⁾ 즉 생리학과 심리학 모두 파지법 변경의 효과를 인정한다. 그러나 그들은 그것을 일종의 대증요법으로 여긴다. 왜냐하면 원래의 파지법을 사용할 때 입스가 다시 재발하기 때문이다. 그러나 정확하게 말해 그것을 입스의 재발로 보아서는 안 된다. 왜냐하면 새로운 파지법은 말 그대로 새로운 신체도식을 구축함을 의미하기 때문이다. 즉, 파지법을 새롭게 구축한다는 의미는, 입스를 제거한다는 뜻이 아니다. 오히려 파지법 변경은 입스가 각인된 신체도식을 버리고, 새로운 신체도식과 골프채를 다시금 육화하는 것이다. 이 과정에서 과거의 신체도식(파지법)을 사용한다면 그곳에 각인되어 있던 입스가 다시 펼쳐질 수 있다. 그렇다고 해서 이것을 대증요법으로 간주할 수는 없다. 오히려 골프채 파지법 변경은 입스를 해결하는 정확한 방식으로 여겨야 한다. 왜냐하면 골프선수에게 골프채는 서로 분리된 실체가 아니라, 육화된 전체를 이루기 때문이다. 그러므로 입스를 해결하려면 골프채 문제 역시 동시에 고려되어야 한다. 이런 이유로 아래에서 다룰 임상심리학자 역시 골프채를 ‘운동에 대한 모든 요소들의 전체’ 속에 포함시키고, 입스 해소의 방안으로 파지법 변경을 제시한다.

정리하자면, 입스는 신체도식의 결손과 관련된다. 그리고 결손된 신체도식은 골프채와의 관계에 문제를 발생시킬 수 있다. 그렇다면 신체도식의 결손과 도구는 어떤 관련이 있는가? 신체도식은 반복적으로 사물을 사용함으로써 그것을 육화한다. 이 육화로 도구는 외적사물이 아니라 나의 신체와 통일을 이루는 도구가 된다. 그런데 신체도식의 결손은 육화의 단절로 이어진다. 그래서 입스에 시달리

117) McDaniel et al.(1989).

118) Bawden(2002, 15쪽).

는 피아니스트와 스포츠선수들은 자신이 길들여온 도구를 익숙한 것, 자신과 육화된 것으로 체험하지 못한다. 그렇다면 그것이 신체도식의 문제라는 사실을 어떻게 알 수 있는가? 우리는 그것을 생리학의 입스 해결법에서 간접적으로 찾아볼 수 있다. 생리학은 새로운 골프채 파지법을 습관화함으로써 입스에서 벗어날 수 있다고 말했다. 다시 말해, 새롭게 골프채를 잡는 방법을 체득하고 그것에 익숙해짐으로써 입스에서 벗어난다고 주장한다. 비록 생리학이 그 이유를 밝히지는 않았지만, 우리의 관점에서 이는 중요하다. 새롭게 골프채를 사용하는 파지법을 체득한다는 것은, 파지법(신체도식)을 새로 구축함으로써 새로운 신체도식으로 골프채가 육화된다고 이해할 수 있기 때문이다. 즉, 낫설어진 골프채는 신체도식의 결손과 관련하며, 신체도식을 재구축함으로써 낫선 골프채 문제가 해결될 수 있다.



VI. 제언

이 장에서 우리는 두 가지를 제언하고자 한다. 먼저 선수를 위한 제언이다. 임상심리학의 연구결과를 간략히 제시함으로써, 당장 입스에 시달리는 선수들이 그것을 극복할 수 있는 방안을 보여주고자 한다. 물론 제시할 임상심리학의 연구에서는 신체도식이 다루어지지 않는다. 그러나 이 연구는 신체도식을 다루지 않았을 뿐이지 신체도식과 크게 다르지 않은 관점을 가지고 있다. 이 연구를 통해서 우리는 신체도식, 상황, 지향성 등의 낯선 이야기를 하지 않고 친숙한 언어로 해결책을 제시할 수 있을 것이다. 두 번째 제언은 연구자들을 위한 것으로, 입스에 대한 후속연구에서 필요한 것들을 제시한다.

6.1 선수를 위한 제언

입스에 시달리는 선수들을 위하여 입스에 대한 임상적 사례를 제시하고자 한다. 그 사례는 뮌헨 의학대학 임상심리학과(medical psychology)에서 나온 입스 관련 박사학위논문¹¹⁹⁾이다. 물론 논문 저자인 Fischer는 실존적 신체도식에 대한 이야기를 하지 않는다. 그렇지만 거기에서 제시된 입스 해결 방식은 신체도식의 재건과 다르지 않다.

결론부터 말하자면 Fischer는 입스를 해결하기 위해 운동성을 되찾는 트레이닝을 강조한다. 그 트레이닝에는 ‘오른손으로 골프채를 파지하는 방식’, ‘스윙을 짧게 하는 방식’, ‘천천히 스윙하는 방식’, ‘리듬과 타이밍을 새롭게 구축하는 연습’, ‘움직임을 느끼는 방식’ 등을 다시금 훈련하는 것이 포함된다. 그렇다면 왜 트레이닝 방법을 입스의 해결책이라고 내놓은 것인가? 생리학적 대뇌피질과 심리학적 불안이 트레이닝 방법을 새롭게 짚다고 고쳐지는 것은 아닐 것이다. Fischer는 입스가 운동장애라는 사실, 특히 숙련자의 운동장애라는 것이 핵심임을 보았다. 그에 따르면 “실력이 좋은 선수는 운동에 대한 개별적인 요소들을 의식적으로 통제하지 않는다. 오히려 그는 모든 운동의 요소들에 대한 하나

119) Fischer, M., "Motorische Organisation und dystonische Störungen im kurzen Golfspiel – das "Yips" Phänomen (PhD diss, Ludwig-Maximilians-Universität München, 2007).

의 통일된 전체를 직관적으로 종합한다.”¹²⁰⁾ 그리고 그럴 수 있는 근거는 반복적 숙달을 거쳐 ‘습관화된 운동’에 있다. 이에 따라 Fischer는 입스란 실력이 좋은 선수가 가지고 있던 ‘습관화된 운동’의 흐름에 문제가 생긴 것으로 본다. 그러므로 이 의학박사학위논문은 심리적 상태를 강화할 수 있는 심리 훈련을 수행하라거나, 대뇌피질과 생리학적 기관을 치료하는 방안을 제시하지 않는다. 그 보다는 인간 운동성의 근거인 ‘습관화된 운동’¹²¹⁾을 지적하면서, 다시금 운동성의 근거를 재구축하는 데 힘써야 한다고 주장한다.

Fischer가 제시한 트레이닝방법에는 생리학이 언급한 골프채 파지법의 재구축 역시 들어 있다. 골프에서 선수들은 맨몸으로 운동하는 것이 아니라, 늘 골프채와 함께 운동하기 때문이다. 다시 말해 선수들의 ‘습관화된 운동’은 골프채와 매우 내밀한 관계를 이룬다. 그에 따르면 단순히 파지법만을 고치려는 시도보다는, 파지법을 고침과 동시에 전반적인 신체적 배열을 새롭게 다져야 한다. 여기서 생리학과 Fischer의 차이가 드러난다. 생리학은 입스가 신체적 운동장애임을 크게 고려하지 않기 때문에 단순히 파지법 변경이 해결책으로 제시된다. 하지만 운동성을 강조하는 임상심리학자 Fischer는 입스를 인간의 전체적 운동의 훼손으로 고려한다. 그러므로 그는 단순히 파지법을 이야기하는 것이 아니라 ‘운동에 대한 모든 요소들의 전체’를 재구축해야 한다고 보고, 파지법과 스윙 방식 등을 동시에 수정해야 한다고 주장하는 것이다. 이는 우리가 주장하는 상황(운동과제)으로 향한 전체적인 신체의 배열로서 신체도식과 도구를 재-육화하라는 것과 같다.

요컨대, 저자는 입스 해결을 위한 방책에서 핵심은 운동성을 새롭게 구축하라고 권고한다. 왜냐하면 입스는 심적인 불안으로 환원하여 해결할 수 있는 종류의 문제가 아니기 때문이다. 입스는 인간의 운동성과 관련되어 있고, 이때 운동성이란 ‘생리학적 신체’의 기계적 운동 내지는 그 신체를 조종하는 심리의 문제가 아니다. 여기서 운동성이란 ‘생리학적 신체’이면서 ‘생리학적 신체’의 운동을 가능하게 만들어주는 조건, 즉 신체도식과 관련된 운동성이다. 입스는 이것에서 발원하는 문제이기 때문에, 심리프로그램만으로는 해결될 수 없다. 선수들

120) Fischer, M.(2007, 96쪽).

121) ‘습관화된 운동’은 신체도식에서 구축되는 실천지와 다르지 않다.

은 습관적 운동성의 전체적 흐름(신체도식)의 재건을 위한 운동프로그램을 수행할 필요가 있다.

6.2 후속 연구를 위한 제언

첫째, Fischer의 연구결과가 보여주듯이, 입스를 해결하는 것은 흔들리지 않는 굳건한 심리 상태의 구축도 아니며, 생리학적 기관의 재활도 아니다. 오히려 입스는 운동성 장애이기 때문에 운동성의 형성에 반드시 수반되어야 하는 트레이닝 방법론을 새롭게 짜고, 그것을 몸소 실천하는 데서 해결될 가능성이 찾아진다. 앞으로 입스 해결을 위해서는 해당 선수가 몸소 실천하여 새로운 운동성을 구축할 수 있는 트레이닝 방법을 제시해주어야 한다.

둘째, 입스의 발생은 심적 충격과 관련된다. 하지만 심적 충격을 토너먼트 상황 등의 극도의 불안에서만 찾을 수는 없다. 왜냐하면 O' Brien의 연구를 살펴보면 입스의 계기로서 심적 충격은 언제 어디서든(일상이든 토너먼트든) 발생한다는 것을 알 수 있기 때문이다. 하지만 심적 충격에 대해서 연구된 바가 없다. 이것을 포착하는 후속적 연구가 필요하다.

셋째, 신체도식을 갖춘 숙련자와 신체도식이 없는 초보자를 명료하게 구분하기 위한 연구가 필요하다. 심리학은 입스의 발생조건을 숙련자임을 지적했지만, 숙련자와 초보자의 단계의 차이를 밝히지 못했다. 이것은 신체도식의 형성 단계에서 제시할 수 있을 것으로 보인다.

VII. 나가는 말

이 연구는 골프선수의 입스 문제를 실존적 신체도식에 입각해 해명했다. 기존의 연구들에서는 인간을 생리와 심리로 철저히 요소화하는 반면, 이 연구는 전체적 인간을 포착하려고 시도했다. 이를 통해 입스가 ‘생리학적 신체’와 심리라는 분리된 두 실체의 일대일 대응관계의 문제가 아니라, 그것들을 실존의 차원에서 통일하는 신체도식과 관련되는 문제임을 밝혔으며, 해결책 역시 신체도식의 갱신과 관련된다는 것을 제시했다.

연구를 정리하자면 첫째, 입스가 숙련자에게만 발생하는 이유를 신체도식을 통해 밝혔다. 둘째, 이로써 입스의 불안이 ‘생리학적 신체’가 아니라 신체도식과 관련됨을 밝혔다. 셋째, 입스와 골프채의 문제를 신체도식과 도구의 관계를 통해 밝혔다. 넷째, 해결책으로서 이 연구는 임상심리학의 연구결과를 통해 입스 해결은 생리학적 기관의 재활도, 굳건한 심리적 상태의 구축도 아닌 신체도식의 운동 방식 재건에 있음을 제시했다.

물론 이 연구는 생리학과 심리학의 연구성과를 높게 평가한다. 하지만 소수의 연구자들이 주장하는 것처럼 제3의 입스를 이해하는 것이 중요하다면, 이원론에서 벗어나 제3의 길을 밝혀주어야 할 것이다. 우리는 그것의 이론적 토대로서 메를로-퐁티의 실존적 신체 현상학을 채택한 것뿐이다. 제3의 길을 열 수 있는 또 다른 이론을 통해서 입스를 관찰한다면 새로운 입스 해명이 가능할 것이다.

참고문헌

- 단행본

- 모리스 메를로-퐁티, 『지각의 현상학』, 류의근 옮김, 문학과 지성사, 2002.
- 이남인, 『후설과 메를로-퐁티 지각의 현상학』, 한길사, 2020.
- 올리버 색스, 『아내를 모자로 착각한 남자』, 조석현 옮김, 이마고, 2007.
- 칼-하인리히 베테, 『사회의 스포츠』, 송형석 · 이철 옮김, 이론출판, 2012.
- Bermes, C. *Maurice Merleau-Ponty zur Einführung*. Junius Verlag, 2012.
- Bourdieu, P. “Programm für eine Soziologie des Sports”, in *Rede und Antwort*, Suhrkamp. 2011.
- Gugutzer, R., *Verkörperung des Sozialen*, Transcript, 2012,
- Klämpfl, M., “Mentale Leistungsphänomene im Sport” in *Sport in Kultur und Gesellschaft*, ed. Güllich, A., Krüger, M., Springer, 2019.
- Schilder, P., *The Image and Appearance of the Human body*, International Universities Press, 1978,
- Waldenfels, B. *Das leibliche Selbst*, Suhrkamp, 2000.

- 학위논문

- Bawden, Mark A.K., “Psychological Mechanisms that underpin the ‘yips’ in Sport” (PhD. diss., University of Sheffield Hallam, 2002).
- Fischer, M., “Motorische Organisation und dystonische Störungen im kurzen Golfspiel – das “Yips“ Phänomen” (PhD diss., Ludwig-Maximilians-Universität München, 2007).
- Ki-Don, Hwang, “Ökonomische Entwicklung und Lebenswirklichkeit von Arbeiterfamilien in Südkorea” (PhD, diss, Bremen Uni., 1996).
- O’ Brien, P. “The Yips: a Phenomenological Investigation into The Experience of A Lost Movement” (PhD diss., University of Duquesen, 2019).

- 학술지

- 신호재(2020), 행동주의에 대한 메를로퐁티의 현상학적 비판: 반사행동과 학습에서 ‘조건화’의 의미에 대한 메를로-퐁티의 비판, **현상학과 현**

대철학 85: 1-33쪽

- 하피터(2009), 메를로-퐁티와 철더에 있어서 신체도식 개념, **철학연구 85**: 199-225쪽.
- 하피터(2010), 태권도 품새에서의 전-주제적인 모방과 고유한 신체(owned body)개념, **한국체육철학회 18**(4), 133-148쪽.
- 한정선(2015). 골드슈타인의 실어증 연구가 메를로-퐁티의 언어행위 이론에 미친 영향. **신학과세계 84**, 555-587쪽.
- Peter Ha(2011), The Concept of the Pre-objective Body in Heidegger and Merleau-Ponty, **현상학과 현대철학 48**, 87-115쪽.
- Adler et al.(2005), “Abnormal Co-Contraction in Yips-Affected but Not Unaffected Golfers Evidence for Focal Dystonia”, *Neurology 64*: pp. 1813-1820.
- Adler et al.(2011). “Are the Yips a Task-Specific Dystonia or ” Golfer’s Cramp “?, *Movement Disorders, 26*(11): pp. 1993-1996.
- Baumeister(1984). “Choking Under Pressure: Self-Consciousness and Paradoxical Effects of Incentives on Skillful Performance”, *Journal of Personality and Social Psychology 46*(3): pp. 610-620.
- Clarke. et al.(2015), “The Yips in Sport,“ *International Review of Sport and Exercise Psychology, 8*(1): pp.156-184.
- Masters, R. S. W.,(1992), “Knowledge, Knerves and Know-How: The role of Explicit Versus Knowledge in the Breakdown of Complex Motor Skills Under Pressure”, *British Journal of Psychology 83*: pp. 343-358.
- Masters, R., S., W., & Maxwell, J., P.,(2008) “The Theory of Reinvestment“, *International Review of Sport and Exercise Psychology 1*: 160-183.
- McDaniel et al.(1989). “The “Yips” : a Focal Dystonia of golfers”, *Neurology 39*: pp. 192-195.
- Sachdev, P.(1992). “Golfer’s Cramp: Clinical Characteristics and Evidence Against it Being an Anxiety Disorder”, *Movement Disorder 7*(4), pp. 326-332.
- Smith et al.(2000), “a Multidisciplinary Study of the ‘Yips’ Phenomenon in Golf”, *Sports Med 30*(6): pp. 423-437.

Smith et al.(2003), “The ‘Yips’ in Golf,” *Sports Med*, 33(1): pp. 13-31.

- 인터넷 자료

„Yips mit Bernd Gerland “

<https://www.golfmagazin.de/training/tipps-und-tricks/yips-mit-bernd-gerland/>,
2017년 7월 18일, 최종수정. 2021년 5월26일 사이트 접속.

