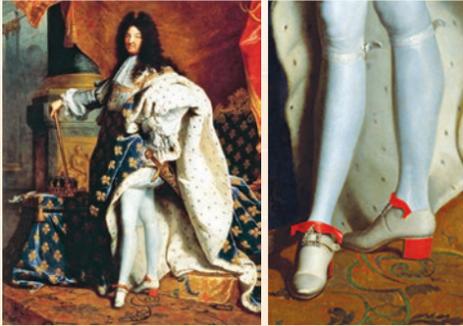


■ 알고 계셨나요?

하이힐은 원래 남자용 신발?



16세기만 하더라도 여자들은 긴 치마만 입었기 때문에 신발엔 특별한 관심이 없었다.

그러다가 1600년대 중반, 유럽 역사상 가장 오랫동안(73년간) 왕이었던 프랑스의 태양왕 루이 14세('집은 곧 국가이다' 라는 말로 유명하다·위 그림)가 굽이 높은 남자용 부츠를 유행시켰다. 루이 14세는 빛나는 업적을 이룬 왕이었지만 작은 키 때문에 고민이 많았다고 한다. 그래서 생각한 게 굽 높은 구두를 신는 것이었다. 그것을 본 귀족과 귀부인들은 서로 앞다투어 굽 높은 구두를 신기 시작했다. 그 후 18세기에 시작된 실용주의 사상의 영향으로 남자들의 굽은 낮아지게 되었지만 여자들은 계속 굽 높은 하이힐을 신어서 오늘날엔 여자 신발이 된 것이다.

그런데 사실 최초의 하이힐은 대부분 승마용 부츠였다. 하이힐을 신고 등자(말을 타고 앉아 두 발로 딛게 되어 있는 것에 발을 넣으면 발이 확실하게 고정되어 말타기가 더 수월했기 때문이다. 또, 중세에는 도시에 하수 시설이 제대로 갖춰지지 않아 길거리에 흘러넘치는 오물로부터 발을 보호하기 위해 하이힐이 널리 사용되기도 했다.

'옛 연인'이 오히려 더 '애뜻'하게 생각되는 이유

답이 없는 싸움을 반복하다 서로 얼굴을 붉히며 헤어진 옛 연인을 떠올려보자. 헤어지던 바로 그 순간에는 분명 그와 함께한 모든 기억이 그저 끔찍하고 고통스럽게만 느껴진다.

그러나 왜일까? 명확한 이유를 알 수 없지만 돌아보면 수없이 많은 다름들이 문득 아름답고 나쁘지만은 않은 '추억'으로 변화할 때가 있다.

최근 심리학연애 콘텐츠애플리케이션 '연애의 과학'은 과거 연인과의 괴로운 기억을 오히려 긍정적으로 인식하게 만드는 '무드셀라 증후군'에 대해 조명했다.

무드셀라 증후군은 구약성서에 등장하는 무드셀라에서 유래된 말로 힘들고 고통스러운 기억에서 벗어나고 자이를 '행복한 순간'으로 포장하는 심리적 증상이다. 이는 현실 도피 심리의 일종으로 무드셀라 증후군이 있는 사람은 과거의 기억을 회상할 때 좋은 편으로 생각하고 나쁜 기억은 기억하지 못하는 특징을 보인다. 이 증후군은 과거 경제적 혹은 심리적인 고난을 겪은 사람들에게서 자주 찾아볼 수 있다. 때면 과거의 연인이나 연애사에 대해 불평을 늘어놓으면서도, 막상 "끝은 좋았다."고 일단락짓는 사람이라면 이 증후군을 겪고있을 가능성이 높다. 그래서 이 증후군을 일종의 '자기 합리화'라 명하기도 한다.

물론 무드셀라 증후군이 실제로 상황을 긍정적으로 조명하는 역할이 될 수도 있다.

지난 2006년 영국 사우샘프턴대 심리학과 연구진들은 무드셀라 증후군을 연구하기 위해 두 표본 집단을 모집했다. 연구진들은 A집단을 과거의 기억을 행복하게만 떠올리는 사람들로 구성하고, B집단은 매사를 비판적으로 바라보는 사람들로 구성했다. 연구진들은 두 집단에게 '자연재해'와 관련된 책을 읽게 한 뒤 심리적인 반응을 분석해봤다. 그 결과, A집단은 B집단보다 미래를 밝게 해석했을 뿐만 아니라 타인과의 유대감이 높고 안정적인 정서를 유지했다.



결국 무드셀라 증후군이 헤어진 연인과 관련해 의미하는 바는 이렇게 정리할 수 있겠다. 바로 이별의 아픔을 극복하기 위해서는 그 상처를 피하는 것이 아니라 '꼭바로' 마주해야 한다는 것. 무드셀라 증후군을 극복하기 위해서는 무엇보다도 현실을 받아들이는 연습을 하는 것이 가장 중요한 것이다.

혹자는 무드셀라 증후군이 괴로운 현실을 벗어나기 위한 일종의 도피심리이기 때문에 남은 인생을 살아가는데 있어 별로 도움이 되지 않는 심리 상태라고 평가한다. 과거의 기억을 떠올린다고 해서 실제로 현실이 변화되는 것은 아무것도 없기 때문이다.

그러나 심리 전문가들은 반드시 그런 것만은 아니라고 주장한다. 물론 하루 종일 과거의 행복했던 기억만을 떠올리며 지내는 것은 문제이지만, 때로는 이런 심리가 뜻하지 않은 어려움이 닥쳤을 때 도움을 주는 희망적 요인이 될 수도 있다는 의견을 제시하고 있다.

다른 증후군들과는 달리 무드셀라 증후군의 경우는 사람이라면 정도의 차이만 있을 뿐 누구나 가지고 있는 심리들이다. 아무리 냉혈한 같은 사람이라도 과거의 행복했던 추억을 조금씩은 갖고 있기 때문이다. 그러나 지나친 후회나 미화는 모두 자신을 과거에 얽매게 만들 뿐 현재의 상황을 결코 바꿔주지는 않는다. 흘러간 것을 붙잡지 않을 용기를 발휘한다면, 사랑에 한 걸음 더 성숙해진 자신을 발견할 수 있을 것이다.

미국 내과·스포츠의학과 보드전문

김진세

내과/통증전문의
스포츠의학과

스포츠 부상 전문 치료병원
근골격계 통증, 신경통증 전문의

P.R.P.(자가혈청) Stem Cell(줄기세포) 치료
USC 의과대학 레지던트 Training 지정병원

한국인 유일의 미국내과 및 통증의학
미국 스포츠 의학 보드전문



Chin Se Kim M.D.

- ◆ 미국내과보드전문
- ◆ 미국스포츠의학보드전문
- ◆ 미국통증의학보드전문
- ◆ 거주정부 Qualified medical evaluator

전문진료분야

- ▶ 일반 내과질환 : 고혈압, 당뇨병, 심장질환, 폐질환, 응급치료
- ▶ 각종 스포츠 관련 부상 치료 전문
- ▶ 각종 통증치료 : 관절염, 통풍, TMJ, 목, 허리디스크, 견비통, 두통
- ▶ 최신 물리치료 : 침 치료, 교통사고, 직장상해, **감압치료**
- ▶ 종합 진단검사 : 초음파, 심전도, ECHO, 폐기능 검사, Treadmill, Holter
- ▶ 거주정부 Disability evaluation 지정병원
- ▶ Sports injuries, 탈골, 골절치료, Cast, Custom brace
- ▶ 수술 후 재활 치료, 중풍 물리치료
- ▶ **UNICARE ENDOSCOPY / SURGERY CENTER**
- ▶ 위장/대장 내시경 예약
- ▶ 외래수술 상담 및 예약

최첨단 C-Arm 통증치료, 초음파 MRI, CT촬영, 각종 내과 질환 종합검진, 할인 Program 제공

오바마케어 취급
각종 HMO·PPO/보험/교통사고
직장상해보험/메디케어 취급
여행자 보험/종합 혈액 검사

문의전화 **714-520-0809**

1736 Medical Center Drive #B Anaheim, CA 92801

