



만일 당신이 이상적으로 생각하는 결혼 생활이 ‘좀비형’으로 나왔다면 이는 현재 당신이 스스로의 결혼에 굉장히 절망한 채 기대를 포기한 채로 살아가고 있음을 나타냅니다. 상대방과의 핏 (feel) 하나만 믿고 결혼했다가, 그 감성이 사라져버린 후에 남은 결혼의 모습입니다. 감성 하나만 믿고, 주변의 온갖 반대를 이겨내고 겨우 결혼했는데, 결혼 후의 변화 (일상 생활, 가사 노동, 직장 생활, 경제적인 문제 등)로 인하여, 상대방에 대한 설레는 감성이 사라지고, 허전함, 상대방에 대한 원망과 자기자신에 대한 실망만이 남은 상태입니다. 그래서, 결혼하든 하지 않든, 혹은 그 외에 무언가 하고 싶은 것을 위해 도전을 하든 하지 않든 사는 것은 다 거기서 거기라고 생각합니다. 하지만, 그렇다고 지금의 결혼 생활을 바꿔보기 위해 노력은 하지 않으며 딱히 바라는 것도 없는 상태입니다. 혹시, 완전히 무기력하게 살아가고 있지는 않나요? 좀비처럼 말입니다.

당신의 마음은 마치 스스로 별 볼일 없다고 믿으면서도 별다른 목적 없이 그냥 회사에 다니는 직장인과 비슷합니다. 자신의 현재 결혼생활이 어떻게 되는 것이 좋은지에 대한 생각 조차 거의 없기에, 그냥 현재의 생활을 반복적으로 유지하는 것 이외 다른 방법이 없다고 느끼고 있습니다. 불행한 결혼 생활이라고 느끼는 것은 두렵기에 그냥 이 생활 속에서 빠져 나올 수 없다는 무기력만 남아 있습니다.

미혼자라면, 결코 이런 결혼생활에 대해서는 생각도 하고 싶지 않겠죠. 기혼자라면, 이러한 좀비 상태의 결혼 생활을 비교적 쉽게 상상할 수 있을 것이지만, 기혼이든 미혼이든, 자신의 결혼 생활이 모든 기대와 희망과 감정이 사라진 ‘좀비’ 상태가 되는 것을 가장 두려워하고, 결혼 후 자신의 생활이 그렇다는 것을 확인할 때에는 절망에 빠질 겁니다. 따라서, 좀비형에 속하는 사람들은 자신의 자녀가 조금 다른 결혼 생활을 하기를 바라겠죠. 자신의 자녀에게 결혼은 조건을 봐야 한다며 한탄을 늘어놓을 수도 있고요. ‘서로 얼마나 사랑해서 한 결혼인데, 그 사람과 함께라면 더 바라는 게 없어서 한 결혼인데, 그 때의 그 설레던 감성은 어디로 가고, 그 사람과 난 어떻게 서로 이리 무덤덤하고 미워하며 살고 있는 것일까?’ ‘이럴 것이었으면 더 나은 경제적인 안락을 제공해줄 수 있었던 아무 남자, 또는 그냥 자식 잘 키워줄 아무 여자하고 결혼했어도 살 수 있었을 텐데...’ 하는 생각들을 수도 없이 했을 겁니다.

당신의 감성이 결혼 후에 사라지고 시들해져 버린 데는, 많은 이유가 있을 겁니다. 결혼하고 나니, 회사 일로 서로 함께하지 못하는 시간이 늘어나며 사랑이 서서히 꺼져버렸을 수도 있고,



경제적인 어려움 속에서 삶에 지쳐 ‘그 감성이 얼마나 허무한 것인가’라고 느낄 수도 있고요. 배우자의 기대에 못 미치는 애정 표현으로 인해 계속 실망한 경우도 있을 겁니다.

하지만, 결혼 전 당신이 가졌던 그 낭만적인 사랑의 감정은 상대방에 대한 배려와 이해라기보다 스스로에 취해버린 감정이었을 것입니다. 내 마음 속에 아무리 사랑이 가득 차 있어도, 서로 배려하고 이해하지 않는다면, 그 사랑이란 자기중심적이고 이기적인 사랑일 수밖에 없습니다. 이 사실을 당신은 결혼 후 감성이 죽어가기 시작할 때 인정하지 않았을 수도 있습니다. 몸은 한 때 취했던 감성을 잊었고요. 결혼 생활에서는 끊임없이 새로운 감성과 삶의 이유를 스스로 만들어내지 않으면, 처음의 감성이 유지되지 않는다는 사실을 몰랐을 수도 있겠죠.

가끔 상대방을 생각하면 가슴 깊은 곳에서 뜨거운 분노가 끓어오를 수도 있죠. 당신은 결혼 후 삶이 당신의 바람대로 굴러 가지 않을 때, 대체로 배우자를 보면서 ‘내 인생을 망친 존재’라고 원망합니다. 그러면서 배우자를 이해하려고 노력하기 보다는, 배우자가 자신을 더 잘 이해하고 인정해 주기를 끊임없이 요구하지요. 자신의 결혼생활이 불만스럽다고, 이렇게 된 건 다 당신 탓이라고 한탄하면서… 배우자의 관심과 인정을 끊임없이 바라면서도, 겉으로는 “제발 좀 내버려 둬!” 하고 소리치고 있을 수도 있습니다.

만일, 자신의 결혼에 좀비형의 모습이 일부 있다면, 무엇보다 자신의 배우자와 떨어져 산다는 상상을 해 보기 바랍니다. 현재의 일상이 달라진다면 자신의 삶이 어떻게 되는 지에 대해 한번 스스로 확인해볼 필요가 있죠. 왜냐하면, 지금의 좀비와 유사한 결혼생활을 만든 것은 바로 자기 자신이기 때문이지요. 지금까지는 마음 속의 답답한 울분을 배우자의 탓으로 돌리며 자기위안을 할 수 있었지만, 생활이 바뀐다면 어떻게 될까요? 당신의 삶에 대한 책임은 배우자가 아니라, 자신이 져야 합니다. 대부분의 경우 스스로가 감정의 함정을 파고, 사고의 패턴을 고정시키고 새로운 가능성을 보지 않으려 애쓰며 산 자신의 탓이기 때문이에요. 고정된 무기력함과 답답함에서 벗어나기 위해서는, 누군가의 도움을 받아서라도, 스스로 새로운 감성이 생겨나고 생활의 변화가 가능하며 그것들은 바로 자신에 의해서 일어날 수 있음을 경험하는 것이 좋겠습니다. 먼저 자신이 누군지 알아보기 위해서 성격검사(WPI 현실)를 권합니다