
낙천주의와 그 전염성

—Helen Creighton, M.A., J.D.
Sister Catherine Armington

연세대 간호학과 강사 김 모 임 역

여러분은 긍정적이고 적극적이십니까? 그러시다면, 여러분은 여러분 주위 모든 사람에게 유익하고도 크게 바람직한 감화력을 발휘하고 계신것입니다. 이 감화력은 즉 낙천주의를 전염할 수 있는 힘을 말하는 것 입니다.

낙천주의라는 말은 그 근원을 타틴어 *optimus*로 “The best=最善”이라는 뜻에 두고 있습니다. 이것은 행위나 사건을 유리하게 해석 하거나 유리한 결과를 예기할 수 있는 경향을 말 합니다. 우리 가까이 살고 있는 사람들 마음과 심정속에 이 긍정적이고 적극적인 접근을 전달, 교통, 함은 수 세기동안 질병을 앓고 있는 인간에게서 질병을 제거해주는것 보다, 보다 더 큰 은혜로움을 가져다 줄 수 있었던 것 입니다. 왜냐하면 이 긍정적인 접근책은 인간의 문제를, -인간을 이해하는 문제, 또 그의 욕망, 그의 욕구, 그의 동료와의 관계와 또 인간 창조자와의 관계를 이해하는 문제를 해결할

수 있는 무기이기 때문 입니다.

우리는 육체적, 사회적, 정서적, 심령적 문제를 가지고 있는 인간 입니다. 사람이 낙천적일 때는 아주 건강한 상태에 있을 때이고 가장 나쁠 때는 환자일때 입니다. 질환을 앓고 있는 사람은 불화하기 쉽고 불화한 사람은 질병을 앓고 있다고 보아서 옳을것 입니다. 환자인 사람에게 “最善”을 발휘하게 하고 재건 할 수 있게 하고 부정적인 정신상태로 인하여 부과 되는 피로움을 피할 수 있게 함이 시급히 필요로 되는것입니다. 정신, 자율신경 안정제, 항생물질, 무균적 조작이나 수법과 역학적 워진만으로는 불충분 하기 때문 입니다. 우리 사회 일원을 위한 사회적 요구는 단순히 동등과 불행울 제거하자는 것이 아니라 긍정적이고 건설적인 건강 상태를 창조하자는데 있는 것 입니다. 간호의 모든 기본이 되는 철학, 목적에서 문제 해결방법, 치료와 평가에 이르기 까지 다행히도

전염성을 지닌 이 낙천주의로 충분
 꽤 있어야 합니다. 최근 분석에 나
 타난 바에 의하면 이런 문제는 냉정
 하게 말해서 어디까지나 개인이 분
 체가 되는 것 입니다만. —

잠간 동안 Albert Schweitzer 박
 사에 대해서 생각해 보십시오. 지금
 윤추가 90이 넘는 고령인데 아직도
 적도에 있는 “아프리카”에 거주민들
 에게 의학적 치료를 베풀고 계시는
 박사는 그의 가르침이나 몸소 실천
 수범하시므로 사람들에게 용기와 희망
 을 불어 넣어 주어야 한다는 대답
 을 해주고 계십니다. 이러한 업적
 의 그의 방침은 그가 주장하고 계
 시는바 “생명 외경 (Reverence for
 life and practice the Ethics of
 medicine)”의 사상입니다.

Schweitzer 박사가 말하기를 이러
 한 마음가짐이 곧 문명 (Civilization)
 이며 이러한 세상속에 진보는 자신
 속에서 성장한다고 말씀 했습니다.
 이것은 아주 단순한 신조이나 종종
 단순한 것이 무엇 보다도 깊은 의미
 를 가지는 것 입니다. 지금 많은 사
 람들이 Schweitzer 박사 분을 받아
 그들이 현재의 엄한 시련을 정복하
 고저 노력하고 있습니다.

긍정적이고 낙천적인 철학은 생명
 에게 의미를 가지고, 참는데 그 기반
 을 두고 있습니다. 신념(믿음)은
 “생명을 물고 가는 발동기”이며,

“진실성의 핵심”과 “치료에 있어서의
 약”이라 합니다. 이런 신념은 종교
 적인 태도에 기반을 두어야만 됩니
 다. Micha 선지자가 “사람아 주께
 서 선한 것이 무엇 일을 네게 보이셨
 나니 여호와께서 네게 구하시는 것
 이 오직 공의를 행하여 인자를 사
 랑하며 겸손히 네 하나님과 함께 행
 하는 것이 아니냐” 말 했고 이 긍정
 적이고 낙천적인 철학은 통찰력을
 필요로 하는데 St. Paul이 그러한
 운곽은 아래와 같습니다. “종말로 형
 제들아 무엇에 던지 참 되며 무엇에
 던지 경건하며 무엇에 던지 옳으며 무
 엇에 던지 정결 하며, 무엇에 던지 사
 랑할만하며, 무엇에 던지 칭찬할만하
 며 무슨 덕이 있던지 무슨 지침이 있
 던지 이것들을 생각하라”고 했습니다.

이런 일들을 생각해 보십시오. 만
 일 우리가 생각하고 있는대로 행동치
 않으면, 우리는 곧 우리가 행동해야
 할바를 생각하고 있는 것은 흔히 있는
 이야기 입니다. 그래서 긍정적 철학
 적 인생에 필요되는 통찰력은 개인에
 관한 문제이겠지만, —이것이 또한
 개인을 넘어 우리들의 “낙천”——우
 리들의 “最善”이 되고 또 타인속에
 最善의 것으로 나타날 수 있어야 겠
 습니다. 그러므로 이 긍정적, 낙천
 적, 철학을 지니려면 이를 보강해 출
 수 있는 용기가 필요한 것 입니다.

“당신은 세상을 변하게 할 수 있다”

는 Christopher의 좌우명은 긍정적 결과 가치를 지향하는 험찬 행위의 하나라 할 수 있겠습니다. 이러한 철학이나 정신은 개 개인의 유일무이한 가치를 인식 하는 것으로써 환자의 질병 진단이나 예후가 어떻든지 간에 환자를 격려할 수 있는 것입니다. “어두운을 저주하는 대신에 촛불을 부치는 데도 상당한 용기가 있어야 합니다.”

간호 목적에 있어서, “낙천주의”는 실질적인 긍정적 접근법에 지나지 않습니다. 우리와 같이 일하는 의료인들과 더불어 전인(全人)으로서의 한 환자를 간호할 때 때때로 우리는 환자가 병을 낫게 할 수 있는데, 다시 말해서 일반적으로 병이 낫게 도와 줄 수 있는데 이 반면에 또 환자를 위로할 수도 있음을 알게 됩니다. Sister Olivia는 “간호”를 정의하여 말하되 간호는 언젠고 즉시 건설적이고 긍정적이어야 한다고 했습니다. 즉 “넓은 의미에서의 간호는 全人患者의 몸, 마음과 심령을 관여하고 있는 예술이며 과학이다. 그래서 간호는 교육과 훈련수법을 통해서 환자의 심령적, 정신적, 육체적 건강을 증진 시키며 보건교육과 건강보존을 강조하며 동시에 환자에게 봉사한다.——그 이외도 사회적, 심령적, 물질적 환자 환경에도 관여하여 환자 개인에게서 끄치는 것이 아니라 환자의 가족, 그

이웃 지역사회에 보전봉사를 하는 것이라” 했습니다. 이상이 간호가 도달해야 할 궁극적 목적이라면 간호원의 기능은 이 목적이 결과로 이행 될 수 있게 활동하는 것일 것 입니다. 우리가 우리의 간호활동을 진행해 나감에 따라, 우리들의 철학을 환자나 환자가족, 동료 의료업자, 인근지역 사회인에게 전달 하여야 합니다.

근본적으로 보아서, 우리는 간호를 아래 다섯가지 목표중 한 목표에 도달하게 수행하고 있다고 보아 तरी지 않을 것 입니다.

1) 산모의 산후 산전 간호교육과 Well baby clinic에서 육아지도, 영양교육, 예방주사등 역학에 관한 푸로꾸람, 사고방지, 푸로꾸람 등 보전교육을 통해서 질병과 여러가지 사고를 예방 한다.

2) 예를 들어서 명장염을 앓고 있는 환자, 질병 치유를 충양되기 절체 솔로하는 것과 같은 최선 의학과외과적 방법으로 치유가 가능할 때 속히 치유되도록 환자와 의사를 돕는다.

3) 당뇨병이나 심장병 환자에 있어서와 같이 성공적 건강 유지를 위한 목표하에 행정적인 노력도 가한 환자 교육을 한다. 이런 환자의 환영을 우울하다던가 또는 심히 구속 당했다고 생각할 필요는 이미 없어졌으며 환자상태를 식별하고 질제하여 정상적이고 유용하고 행복한 생활을 영위하도록 늘 봐 준다.

4) 간호원은 우리가 받은 환자가 건강회복을 촉진하는 기능을 하는 일에 종사하고 있다. 즉 이것은 반신불수 환자에게와 같이 Rehabilitation Work 을 성취 하고저 하는 것이다. 우리가 알기에도 종종에서 생명을 건져낸 사람중 90%가 일상 생활활동을 남에게 의존하지 않고 할 수 있다고 한다. 우리는 이런 회복을, 재생을 실현하는 방향으로 열성을 다 해 간호한다.

5) 종말기 암(癌)환자와 같은 경우도 간호해야 한다. 이런 환자 간호시 간호원은 아마도 죽음을 긍정적인 태도로 대할 수 있는 철학을 용인 전개 할 필요를 느끼게 될 것 입니다.

우리 젊은이들은 죽음을 모르고 사는 세상에 분립되어 있으며 정맥 주사, Adrenalin, 심장 맛—사지와 이의 다른 여러가지 생명을 부여 연장하는 방법을 마음대로 구사하고 증명하고 있습니다. 그러나, 우리가 살고 죽는다는 이 큰 과업을 생각해 볼때 이 땅위에서의 생명은 영원 에 비추워 보아 단 몇 인치도 지나지 못 함을 알게 됩니다. 우리 인간은 영원을 향해 생을 영위하고 있는 것임을 인식해야 합니다. 우리가 하나님 안에서 믿음을 갖고 있다면 하나님과 더불어 믿음가운데 영원한 생을 향해 노력하여야 합니다. 이렇게 되면 죽엄이라는 것이 사들의 결과나 종말이 아니라 참 삶의 시작

이라고 생각이 될 것 입니다. 이런 관점으로 죽엄을 생각할 때 이를 위해 정중하고도 낙천적인 계획을 할 수 있을 줄로 압니다.

우리들 간호원은 앓는 이들에게 환자 자신을 기도가운데 적나나하게 표현 해 볼 수 있는 기회를 마련해 주며 적절한 시기에 환자가 원하는 목적을 만나 볼 수 있게 하여 위외 사상 철학을 용인할 수 있도록 환자를 도와 주어야 합니다. 그리고 우리가 간호하고 있는 환자를 우리들의 기도로써 정신적인 낙천적 경향을 얻도록 할 것입니다.

인간의 사회적 정서적 욕구도 이런 상태를 향해 긍정적인 배도를 갖도록 조장해 줌으로써 자신 속에 안정감을 갖고 생애 조용한 기쁨을 갖는 정신상태에 이르도록 도울 수 있습니다. 환자들은 환자를 도와 주고 있는 단체에 소속되고 용인되었다는 단체정신과 단체감정이 필요합니다. 정서적인 안심은 무장을 해야하는 육체적인 문제도 아니며, 부(富), 정치적 제약, 정부에서 지급하는 은급등이 문제가 되는 것이 아니며 어디까지나 공포로부터 해방하는데 있다고 봅니다.

안정을 찾으려고 온 세상을 떠돌며 여행을 하여도 우리가 스스로 지니고 다니지 않는 한 이를 찾아 내지 못합니다. 즉 안정은 우리 내부속에

깃드려 있는 것이며 안에서 밖으로 방사하는 것이지 밖에서 안으로 방사해 들어 오는 것이 아니기 때문입니다. 또한 이 안정은 사회에 대한 우리들의 행위와 이를 받아들이는 데 따라 다르기 때문입니다. 만일 간호원인 우리들이 이런 안정감을 지녀 발전시키고 있으면 우리들과 접촉을 하게 되는 다른 모든 사람에게 똑같은 상태를 전달해 줄 수 있습니다. 따라서 생에 대해 안정감을 갖을 수 있고 낙천적일 수 있으며 이는 또한 타인에게 전달되는 것입니다.

생활속에서 피어나는 조용한 기쁨은 사람을 낙천적이게 하며 또 이런 사람 주위사람은 그 조용한 기쁨을 나누어 갖게 되는 것입니다. “The joy Makers”가 말한 말을 인용하면, “세상 어디고 간에 기쁨을 발견할 수 있는 은혜를 지닌 심령들이 있습니다. 그리고 이 심령이 가는 곳마다 그들 뒤에 남겨 놓고 갑니다. 기쁨은 이들 심령을 가진 이의 손가락으로부터 빛이 되어 분출구같이 용솨음쳐 흘러 갑니다. 그들의 영향은 어쩔 수 없어 마음을 빛나게 합니다.” 이런 심령을 지닌 사람들은 왜 그렇게 병망할 수 있는지 이유를 설명할 수는 없습니다. 이런 사람들은 건강치 않으나, 혹은 특별히 재치가 있다던지 또 교도의 지적 능력이 없거나, 또는 그들의 마음에 무거운 짐을 지고 있을 수 있습니다. 그러나, 그들은 우울한 날들을 명랑하게 하고, 그리

고 조화된 봄 꽃들을 정돈하고 불을 켜 놓아 방안이 달라 보이는 것과 같은 효과를 가져다 줍니다. 이런 이들이 우리와 함께 있는 동안 우리들이 명랑하게 느끼게 합니다. 이러한 명랑감과 낙천주의는 행복을 전염할 수 있는 힘이며 동등을 경감합니다.

또한 낙관적인 평가 아량도 중요하다 아니 할 수 없습니다. 사람은 자기가 찾고저 하는 것을 찾는다는 옛날 금언에도 상당한 진리가 있습니다. 어떠한 처지이건 긍정적인 요소가 있는 것입니다. 또 모든 사람은 선량한 면을 갖고 있는 것입니다. 한 시인은, “두 사람이 감옥 창살을 통해 내다보고 있었었습니다. 그중 한 사람은 진창을 내려다 보고 있고 다른 한 사람은 별을 쳐다보고 있었다”고 서술 했던것을 읽은 일이 있습니다.

우리는 별을 찾아야만 합니다, 사물의 밝은 면을 쳐다 보아야 합니다. 이런 경지에 도달키 위해 이해와 인식이 필요로 됩니다. 이해는 믿음의 보상입니다. 이에 도달하는데 폭 넓고 깊은 신앙이 필요하며 상당한 상상력이 필요하며 낙천적이 되기 위해 많은 용기가 필요로 됩니다. 우리에게 이해를 가졌다는 지혜와, 견딜수 있는 용기와, 생을 영위해 가는 사업을 낙천주의로 가미하여 아름답게 할 수 있는 은혜를 베풀어 주시기 기원합니다. —또한 나 이외 다른 사람에게도 전달 될 수 있게 하옵소서.