

영적 돌봄을 통해서 의료 전문가와 환자들의 치유환경 증진

영적 돌봄을 하는 방법들이 의미하는 것에 대해 제일 먼저 과학이 중요하다는 말을 하면서 시작하겠다. 과학이 중요한 것은 우리가 과학 기술을 이용하여 건강과 질병에 대해 이해하고 질병이 있는 환자들을 치료할 수 있는 방법들을 개발할 수 있도록 도와주기 때문이다. 민감하게 잘 이용한다면 과학은 성과와 건강의 복합적인 관계를 이해할 수 있도록 돕는다. 하지만 과학기술만으로는 환자들에게 좋은 돌봄을 제공할 수 없다는 것이다. 이것이 어떤 의미인지에 대해 우리의 상상력을 동원하여 설명해 보도록 하겠다.

폭포수와 양동이

숲이 아주 깊이 우거진 곳을 산책하고 있다고 상상해 보라. 여러분은 지금 아름답고 향기로운 나뭇잎들의 향기를 음미하며 풍부한 관목들 사이에서 여러분의 머리가 어지러울 정도로 우거진 숲 안에 있다. 갑자기 여러분은 숲 속의 개간지에 다다른다. 그 개간지의 가운데는 기막힌 폭포수로부터 시냇물이 아름답게 흐르고 있다. 여러분은 거기 서서 장엄한 폭포수가 떨어지는 모습을 보고 있다. 시냇물의 표면을 가로지르며 색색의 무지개가 춤을 춘다. 낙수가 떨어지는 소리와 물안개가 퍼지는 화려함과 폭포수의 장엄함이 여러분을 말로 형용할 수 없는 초경험의 세계로 이끈다, 이곳에서 여러분은 삶의 깊은 의미를 발견하게 된다.

마침내는 이 기이한 광경이 여러분의 호기심을 자극하여 행동으로 바꾸게 된다: “폭포수라는 것은 무엇인가?” “이것이 무엇으로 만들어졌을까?” “어떻게 내게 이렇게 깊은 감동을 줄 수 있을까?” 그래서 여러분은 작은 양동이를 가져다가 폭포 물을 양동이에 조금 담는다. 하지만 여러분이 양동이 속에 있는 물을 바라보니 무언가가 바뀐 것을 알아차리게 된다. 물론 양동이에 있는 물의 요소는 같다: 물은 우리에게 생명을 유지하게 한다: 물은 생명에 없어서는 안 될 것이다. 물이 없으면 죽게 된다. 지금 이 순간에는 폭포 물이 양동으로 옮겨지면서 무언가를 잃어버렸다. 폭포 물이 무엇인가를 분석하기 위한 여러분의 시도 속에서 폭포수의 장엄함을 놓치고 말았다. 어느 것이 더욱 현실적일까? 기가 막히게 떨어지는 폭포수의 신비함인가? 아니면 양동이에 담긴 잠잠한 물인가? 이 이미지는 우리에게 직면해 있는 의료계 내에 있는 문제에 대해 잘 설명해주고 있다. 과학은 우리에게 사물들이 어떻게 구성되



John Swinton,
BD, RN., Ph. D., Minister

어 있는지에 대한 이해를 제공해준다. 하지만 이 과정 속에서 과학은 인간의 경험들 안에 복잡성과 신비함과 기이함을 간과하게 된다. 보건의료 전문가들이 가지고 있는 문제들 중의 하나가 바로 우리가 양동이 안에 담겨 있는 물의 속성을 발견하려 했던 바와 같이, 우리의 의학 기술에 의학적, 생물학적 명확성을 찾으려 하는 것이 우리 환자들이 실제적으로 삶에서 겪는 경험들보다 더 중요하다고 부추기는 경향이 있다. 조금 다르게 설명을 하면, 우리 의학계에서는 과학적 설명들만이 유일하게 환자들의 질병과 아픔을 치료하는데 중요한 것이라고 생각하기 쉽다. 그렇지만 우리가 환자들에 주의 깊게 귀 기울일 때, 사람 중심의 의료관리를 실천할 때, 인간의 질병에는 의학적인 치료법과 증상들만큼 동일하게 중요한 다른 영역이 있다는 것을 명확히 보게 된다.

영성이란 무엇인가?

한 사람의 영성은 삶의 현실을 바라보는 중요한 신념과 믿음의 체계와 관련되어 있으며, 이 신념 체계들은 삶의 경험들 가운데 질병의 고통을 겪는 것까지 포함하여 인간에게 삶의 의미를 부여해주는 것이다. 여기서 중요하게 여겨야 할 것은 우리가 고립상태로 아픔을 경험하지 않는다는 것이다. 적어도 우리의 문화적인, 가치적인 그리고, 종교적인 틀 안에서 아픈 것에 대해 습득하게 된다. 종교 이야기들이나, 신념들, 전례, 행위 등을 통해 질병과 건강에 대한 이해를 하도록 돕는다. 그러므로 종교라는 것은 환자의 질병 경험에 있어서 아주 영향력 있는 생각의 틀이 된다. 예를 들면, 한 기독교인의 죽음에 대한 세계관은 비기독교인의 사후 세계관과는 사뭇 다를 것이다. 만약에 이 사람이 예수님의 부활을 믿고, 이 사람의 죽어가는 몸이 부활될 것이라고 믿는다면, 이 환자의 죽음과 임종의 과정 가운데에는 이 특별한 소망이 반영된다. 죽음이라는 것이 상실과 또 하나의 새로운 시작을 의미할 것이다. 이러한 임종 말기 환자에 대한 돌봄이 그렇다면, 환자에게 단순히 고통 없이 편안하게 해주는 것이라기보다는 질병의 고통 가운데서도 부활의 소망이 있다는 것을 환자들에게 일깨워줄 수 있어야 하겠다. 이러한 소망이 없는 환자엔 죽음의 임박했을 때 그 모습은 사뭇 다르다. 그래서 환자의 질병과 죽음에 대한 복잡한 의미에 대해 민감함을 갖는 것은 좋은 영성 의료 돌봄의 첫 단계라고 볼 수 있다.

질병의 의미

병이라는 것은 혼란스럽고 힘든 경험일 수 있다. 우리가 생각하기에 가장 단순한 질병이라도 영적이고 존재론적인 문제를 야기하게 된다. 예를 들면, 만약에 한 사람이 약한 바이러스에 의해 유행성 독감에 걸렸다고 하자. 이 사람은 이렇게 표현할 것이다, “오늘은 영 나 같지 않아” 이것이 무슨 의미인가? 이 말은 감기의 경험조차도 한 개인이 자신의 정체성과 현실을 보는 관점이 조금 다르게 된 것을 볼 수 있다. 작은 질병 하나가 이렇게 다른 느낌을 주는데, 암 선고를 받은 환자나, 후천성면역결핍증 환자들, 정신분열증 환자들을 생각해 보라. 이 환자들에게 현실이 얼마나 다르게 느껴질까. 어떤 한 사람이 이러한 질병에 걸

렸다고 생각해보자. 그렇다면 이 사람은 삶의 가치관이 흔들리게 되어 세상을 바라보는 눈이 다르게 된다. 이 사람의 삶을 인도하였던 삶의 지도가 갑자기 변한 것이다.

하느님과 세상 안에서 그들의 확실성이 흔들리고, 즉각적으로 도전 받고 시험 당한다. 이러한 사람들은 삶의 영적인 고통을 겪고 있는 것이다. 이러한 일이 일어나면 사람들은, 그들의 삶에 중요한 질문을 하게 되는 것을 보게 될 것이다:

- 나는 누구인가?
- 나는 어디서 왔는가?
- 내가 어디로 갈 것인가?
- 왜?

이러한 것은 깊은 영적인 질문들이고, 사람들로 하여금 이런 질문에 대답할 수 있게 돕는 것이 영적인 돌봄의 기본이다. 영적인 돌봄은 환자들이 질병의 환경에서 고통스러워 할 때 위와 같이 삶의 의미심장한 질문들에 대해 해답을 찾을 수 있도록 도와주는 역할을 하는 것이다. 이러한 질문들에 대해 세상의 종교들은 자세히 해답을 주려고 한다.

우리의 전형적이고 의학적인 중재와 접근방법들과 이해들은 많은 도움을 주지만, 이러한 것들이 삶에 가장 핵심적인 질문들에 대해서는 답을 주지 못한다. 의학은 단순히 이러한 면에 쓰이도록 디자인되어 있지 않다. 그렇다면 지금 우리는 “보건의료와는 상관없는 이러한 질문들에 대해 왜 생각해야 하는가?” 라고 반응할 수 있겠다. 확실하게 의료 전문가들의 임무는 질병을 치료하고, 환자들을 육체적 심리적으로 안정을 찾도록 하는 데 있다. 물론 이것은 타당하다. 우리가 질병이 생기면 낫기를 원하는 것이 당연하다. 그렇다면 인간 중심적인 접근을 채택한다면 우리가 의학 진료 기술을 중요시하면서도 최소한으로 동등하게 환자들 개인의 영적인 필요에 귀 기울인다면, 위와 같은 삶의 존재를 묻는 기본적인 질문들이 우리의 진료기술과 더불어 동등하게 환자들의 필요를 위해 생각해야 할 부분일 것이다.

의료를 제공하는 사람들은 단순히 기술자들이 아니다. 이들은 인도자들이며 치유자이다. 영성이라는 것은 환자들이 질병의 고통 속에서 묻는 삶에 존재적인 질문들에 대해 대답할 수 있도록 도와주는 것이다. 그래서 이와 같이 전문가들에게도 질병의 고통에 대한 이해가 필요하다. 삶의 의미를 묻는 이러한 질문들은 과학기술만으로는 해결할 수 없다. 우리의 의술에 또 다른 영역이 필요한 것이다. 바로 영적인 영역. 여기서 개괄적으로 말씀 드리면, 질병의 환경 가운데에서의 영성은 환자들이 질병의 아픔을 경험할 때 묻는 삶의 주요한 존재적인 질문들에 대해서 해답을 줄 수 있도록 방법들을 모색하며 찾는 것을 의미한다. 영적인 돌봄은 의료 전문가들에게 인간의 삶의 깊은 경험들에 대해 이해하고 환자들이 질병의 경험 가운데에서도 삶의 의미와 소망, 새로운 이해를 찾도록 하는 전략과 중재를 촉진하는 것이다.

영적인 중재들: 세상을 다르게 바라보는 법

환자들이 질병의 고통의 여정 가운데 있을 때 어떻게 우리가 도울 수 있을까에 대해 생각해보자. 지금

까지 제시해 드린 논점들을 토대로 한다면, 영적 돌봄이 기술이나 능력을 말하는 것이 아니라는 것을 아는 것은 중요하다. 영적 돌봄은 약을 처방하고 주사하는 법을 배우는 것이 아니다. 오히려 영적 돌봄은 의학적으로 돌보는 이들이 원래 해야 할 일들을 잘하도록 하는 것뿐만 아니라, 기대되는 것을 넘어서 다르게 보고, 다르게 듣고, 다르게 생각하는 것이다. 우리가 다른 태도를 가지고 듣고, 우리가 기대한 것 너머의 것을 바라볼 때, 우리는 우리가 범하는 실수 중에 하나가 바로 매일매일의 환자 돌봄 의무를 영적 돌봄과 따로 떼어 생각하는 것에 있다.

실제적으로는 우리가 실무에서 환자를 돌보는 가운데에서 환자를 지켜보는 관점을 조금 바뀌어지도록 그래서 우리의 의료기술에도 돌봄이 영향을 줄 수 있도록 하는 것이다. 만약에 우리가 이전에 환자들을 돌보는 태도를 가지고 환자들을 대한다면, 환자들의 영적인 질문들에 대해 도움을 줄 수 없게 되는 것이다. 하지만 만약에 우리가 인간을 영적인 존재로 본다면, 환자들에게서 드러나지 않았던 깊은 삶의 의미들을 보게 될 때, 우리의 평범한 실무에 새로운 의미를 부여하게 되고, 우리는 환자들을 전인적으로 돌보려고 실제적으로 노력하게 될 것이다. 그러면 영적 돌봄은 어떤 모습일까?

영적인 문제들

환자들이 질병 경험을 동반할 때, 중요한 면에서 영적인 질문들을 일으키는 주요 문제들이 있다. 주된 영적인 문제들은 아래와 같다:

- * 고통
- * 삶의 의미와 목적
- * 상실 또는 버림받음
- * 죄책감과 수치감
- * 신뢰
- * 화해
- * 희망

이에 대한 주요한 영적인 응답들을 찾을 수 있는 방법들은:

- * 희망을 가짐: 치료, 치유, 중요한 목적 성취에 대해, 편안한 죽음에 대해
- * 자제력
- * 상황에 대한 수용력
- * 힘든 상황을 다룰 수 있는 강인함
- * 삶의 고통 가운데 찾는 삶의 의미와 목적

영적인 돌봄을 위한 요점들

중점적으로 말하고자 하는 영적 돌봄의 4가지 측면은 다음과 같다.

1. 삶의 목적과 의미를 찾는 요구
2. 사랑과 조화로운 관계에 대한 요구
3. 존경하는 마음으로 경청하는 태도에 대한 요구
4. 종교와 하느님에 대한 요구

이 네 가지 면들을 자세히 탐구해 보면서, 우리가 어떻게 임상 의 실제에서 이러한 틀을 적용할 수 있을 것인가에 대해 말하도록 하겠다.

1. 삶의 목적과 의미를 찾는 요구

이것이 바로 영적인 돌봄에 있어서 가장 중요한 면이라고 볼 수 있다. 인간은 참 독특하게도 자신들 내면 깊은 곳에서부터 삶의 의미를 찾는 유일한 창조물이다. 정신 의학 연구에 따르면, 사람들이 삶의 의미를 잃어버릴 때 우울증에 걸리거나 삶의 기운을 잃게 된다. '기력을 잃다'라는 말은 문자 그대로 사람의 기운이 침체하였다는 의미이다. 이러한 인간경험의 의미 영역은 사람들에게 다음과 같은 질문들을 계속하게 된다: "나는 누구인가?" "나는 어디로부터 왔는가?" "내가 어디로 갈 것인가? 왜 그런가?"를 의미하게 생각한다.

질병 속에서 삶의 의미를 찾으려 하는 고투, 그리고 영적인 이는 영적 돌봄이 아주 중요하다고 볼 수 있다. 그렇다면 우리가 어떻게 대처할 수 있을까?

제 동료 윌리엄 브릿바트 교수는 현재 미국 뉴욕에 있는 슬로안 - 캐터링 암 연구 센터에서 암 말기 환자 돌봄 전문의로 있다. 이 교수는 정신과 의사로 특히 말기 암 환자와 밀접하게 일하고 있다. 제 동료가 자주 직면하게 되는 문제 중에 하나는 말기 암 환자들이 이 교수에게 의사로서 삶을 끝내달라고 부탁할 때이다. 말기 암 환자들은 이미 삶의 의미를 잃은 채 의사들에게 이들의 영적이고 육체적인 고통을 마감해 달라고 부탁하는 것이다. 브릿바트는 자살을 할 수 있도록 도와달라고 요청하는 환자들 중에 공통점들이 있다는 것을 알게 되었다: 절망감, 의미상실, 부담감 등. 그는 이러한 것들이 바로 환자들의 영적인 요구이며, 이러한 환자들의 고통과 의미상실을 완화해 줄 수 있으면서 또한 영적인 요구들을 채워줄 수 있는 과정들을 마련하였다.

브릿바트 교수는 의미 중심 정신요법 그룹을 구성하여, 특히 말기 암 환자들이 그들이 가진 삶에 대한 의미 상실감과 좌절감을 이겨내어 자신의 삶을 다시 되돌아 볼 수 있도록 하는 데 중점을 두어 이 프로그램을 디자인했다. 두 가지 형태의 의미 중심 정신요법을 만들었다: 의미 중심의 그룹 정신요법(8주간, 매 1시간 반)과 의미 중심 개인 정신요법(7주간, 매 1시간 반). 이 과정 중에 참여자들은 영성이라는 개념에 대해 익숙해지며, 삶의 중요한 의미를 찾고 신념을 찾으려 도와주고 있다. 참여자들은 우울함과 죽음에 대한 좌절감과 연결되어 있으며, 영적인 안녕의 요소로서 삶의 의미를 갖는 것이 얼마나 중요한가에 대해 이해할 수 있도록 도와주고 있다. 8주간의 과정 가운데 참여자들은 이미 구성된

내용을 가지고 대화에 참여하는 것을 통해 암 말기 환자들이 고통 속에서도 삶의 의미를 부여해주는 데 목적을 두고 있다. 이 과정에서 중요한 것은 마지막에 환자들이 죽어가는 가운데서도 삶의 의미와 목적을 발견하는 것이다.

이 프로그램을 마친 참여자들은 더 이상 자신의 고통스러운 삶을 끝내려 하기보다는 죽어가는 병 속에서도 삶을 살아가는 방법을 배우게 되는 것이다. 여기서 관심 있는 사실은 “의사들이 환자들의 생명을 좌우해야 하는가?” 하는 윤리적인 질문인데, 문제가 이 영적 돌봄을 통해 더 이상 문제로 여겨지지 않는다는 것이다. 이러한 경우에 환자들에 대한 영적인 중재는 다른 시각으로 보게 되는 것이다. 영적 돌봄은 자주 간과되는 윤리적인 면을 가지고 있다. 이 접근 방법은 의료 전문가들이 개인과 그룹을 통해 환자들이 심각한 질병 가운데서 삶의 의미를 발견하도록 도와 줄 수 있는 방법을 모색한 하나의 좋은 모델이라고 볼 수 있다.

2. 사랑과 조화로운 관계에 대한 요구

두 번째 여러분께서 정청해 주실 영적으로 돌봄 부분은 바로 사랑과 정다운 관계들을 형성하는 것이다. 심리학과 사회학, 신학, 그리고 인류학 등의 여러 다 분야의 연구를 통해 명확히 드러난 점이 있다면 바로 인간은 본래 관계적인 창조물이라는 것이다. 다른 사람들과의 관계들을 통해 우리의 정체성을 만들어 간다.

우리는 하느님과 사람들과의 사이에서 복잡하게 얽혀 있는 관계들 가운데서 살고 있다. 에버딘에 있는 제 동료 교수, 데이비드 해이는 인간 영성에 관한 아주 흥미로운 연구들을 해왔다.

데이비드 해이는 동물학자이다. 그의 전제는 인간은 종교적인 경험이 고유한 행동양식이며, 인간의 영성은 바로 인간의 두뇌 속에 있는 생물학적인 뿌리에서 왔다는 것이다. 그의 연구에 따르면, 인간의 선천적으로 관계적이며 합리적인 근거는 진화하는데 목적이 있다는 것이다. 영성은 관계적인 의식이다: 인간은 선천적으로 자기 자신과 다른 사람들과, 하느님과 관계성을 가지려는 자연적인 욕구를 가지고 있다. 만약에 여러분이 이 연구에 관해 관심이 있다면, 그의 저서 “아동의 영”이라는 책을 보시면 도움이 될 것이다.

이와 마찬가지로 전통적인 종교들 안에서 인간은 하느님의 형상으로 만들어졌으며 하느님과 관계하도록 만들어졌다는 개념을 우리는 분명히 가지고 있다. 질병이 주는 안타까운 현실 중 하나는 바로 우리를 다른 사람들과 하느님과의 관계로부터 분리되게 만든다는 것이다. 만약에 여러분이 질병으로 인해 큰 고통과 아픔이 있을 때, 질병이 삶 전체를 좌우하게 되고 수많은 사람들과의 관계에도 큰 영향을 미친다는 사실을 알게 될 것이다. 고통은 공동체의 적이다. 결과적으로 볼 때, 심각한 질병에 시달리게 되면 가장 주되게 겪는 것이 외로움이다: 외로움이라는 것은, 홀로 있는 것이고, 아무도 여러분이 겪고 있는 경험을 이해해 줄 수 없을 것 같다는 감정을 갖게 되는 것이다. 여러분에게 친구가 필요한 데, 주변에 아무도 없다는 것이다.

그렇다면, 영적인 돌봄의 또 다른 중요한 면은 바로 함께 있음이다. 환자들 곁에 함께 있어 주는 것을 통해서 우리는 환자들이 자기 자신들과, 다른 사람들과, 하느님과의 단절감에서 다시 연결될 수 있도록 도와주는 것이다. 하지만 누구와의 함께 있어준다는 것은 단순히 육체적으로 함께 있는 것보다 훨씬 더 큰 의미가 있다. 환자들과 함께 있어준다는 것은 그들의 삶의 경험과 그들의 이야기를 주의 깊게 들어주

며 그들을 이해해주는 것을 뜻한다. 함께 있어주는 것에는 다른 무엇보다도 사랑이 있어야 한다.

의료제공에 있어서 비극적인 아이러니가 한 가지 있다고 한다면, 그것은 사랑이라는 말에 대해 어떤 때는 좋은 이유를 두며 너무 조심하려는 경향이 있다는 점이다. 사랑하고 사랑 받는 것은 모든 인간이 기본적으로 가지는 감정이다.

그럼, 환자를 사랑해야 한다는 말이 어떤 의미인지에 대해 설명하겠다. 물론 사랑이라는 단어 자체에도 많은 뜻이 있어서 의료 전문가들이 사용하기에 적합치 않은 의미들도 있다. 제가 여기서 말하는 '사랑'이라는 말은 사실상 한 독특한 면을 말한다. 조세프 피에페 학자는 사랑에 대해 이렇게 정의하고 있다. 사랑은 다른 이들에게 이렇게 말하는 것이다. "당신이 여기 있어서 좋다; 당신이 있어서 좋다." 이러한 사랑은 영적 돌봄의 핵심이고 좋은 건강 돌봄의 본질이다. 마음인 것이다. 어떤 이와 함께 한다는 것은 환자들의 존재 자체가 우리에게 의미를 부여해준다는 행동을 보여주는 것을 말한다. 제가 이전에 제시한 것과 같이 질병은 사람들로 하여금 자기 자신과, 타인들과, 하느님으로부터 분리되도록 만든다고 말씀드렸다. 병은 사람들로 하여금 자신에 대해 가치가 없이 부정적으로 느끼게 하며, 삶을 무의미하게 만든다. 모든 질병이 그렇겠지만, 특히 어떤 특정한 질병은 우리 사회 속에서 사람을 더욱 가치 없이 느끼게 하는 것이 있다. 예를 들면, AIDS에 걸린 환자들은 거절감과 더불어 삶에 낙인이 찍히게 된다.

AIDS는 우리 사회에서 불명예스러운 질병으로 여긴다. 이런 질병에 걸린 환자들은 끊임없이 이들이 존재하는 것 자체가 안 좋다는 것을 듣게 된다. 이들은 병으로 아플 뿐만 아니라 가족들과 친구들로부터 거부감을 받게 된다. 사랑과 조화로운 관계들이 깨지기 시작하는 것이다.

이러한 상황 속에 있는 환자들은 이들을 격려해 주고 사랑해 줄 수 있는 안내자가 필요하다. 아픈 가운데 있는 사람과 함께 있다는 것은 이들을 사랑하고, 이들의 인도자와 치유자가 되어주는 것이다. 영적 돌봄의 의미는 의료 전문가들에게 그들의 핵심적인 영적인 일은 바로 환자들을 사랑하고, 환자들이 치유와 의미를 찾을 수 있는 관계를 형성하도록 안내해주는 것이라는 것을 깨닫도록 해주는 것이다.

보건 의료 전문가들이 안내자들이 되고, 치유자가 된다는 것은 관심 있게 여겨야 할 개념이다. 원래 '전문가(Professional)'라는 말은: 인도자가 되고, 치료자가 된다는 의미이다. '전문가(Professional)'라는 말은 역사적으로 의학, 법, 신학, 그리고 (나중에) 가르치는 것을 실제로 실행하는 사람들을 위해 제한적으로만 사용되던 말이다. 전문가들은 팔거나 예술적 안목을 위해 물건을 만들지 않는다: 대신에 전문가들은 사람들을 특별한 개인적 위기에 직면했을 때, 이끌어주고 치료해주는 역할을 하였다. 보건 의료 전문가들이, 환자들이 위기에 닥칠 때 인도자가 되고 치료자가 된다는 사실과 전문가라는 말 자체의 의미를 볼 때 이것이 흥미롭지 않은가? 인도자, 치료자로서의 역할과 환자들을 사랑해야 하는 소명은 선택이 아니다. 이것이 바로 전문가라는 의미이다. 다시 말하면, 환자들이 자기 자신과, 타인과, 그리고 하느님과의 관계가 깨져 갈 때 우리의 책임은 혼란과 깨어짐 가운데 있는 이들과 함께 있어 주는 것이다.

3. 존경하는 마음으로 경청하는 태도에 대한 요구

영적 돌봄은 귀 기울여 듣는 것을 말한다. 듣기에는 두 가지의 영역이 있다. 첫 영역으로는 환자들이 자신들의 경험에 대해 이야기하는 것을 경청하는 것으로, 중요하다. 우리는 환자들이 깊은 영적인 문제들이 생길 때 그것이 이상하게 여겨질지라도 경청해야 한다. 경청의 다른 영역은, 우리는 우리 자신이 하는 말도 경청할 수 있도록 배워야 한다: 우리 자신이 쓰는 말들에 대해서도 잘 듣는 연습을 해야만 한다: 우리가 환자들을 대할 때 말하는 태도들 안에 우리의 전제들이 들어 있기 때문이다. 이와 같은 면을 더욱

잘 이해하기 위해서 영적 돌봄에 도움이 되는 새로운 심리학적 이론을 소개해 보기로 하자: 상태 이론이다. 상태 이론은 어떠한 주어진 정황 속에서 한 사람의 역할을 전형적으로 판단하는 것은 부적당하다는 점을 지적한다. '역할이란 전형적인 사회적인 위치들, 예를 들어 아내, 어머니, 은행가, 선생님, 학생, 환자 등을 기술하는 것이다.'라고 이렇게 주장하고 있다. 하지만 우리가 생각하는 사람들의 역할에 대한 전형적인 전제들의 틀은 이러한 역할을 가진 한 사람이 경험하고 있는 어떤 특정한 상황에 대해서 파악하기는 어렵다는 것이다. 우리가 관계 안에서 한 사람을 어떤 위치에 놓느냐가 어떻게 이들에게 반응하느냐를 결정 짓는다. 상태 이론은 우리가 사용하는 단어들과 사람들의 역할의 위치를 어떻게 말로 표현하느냐에 중점을 둔다. 여러분이 잠시 한 병동에 있다고 상상해보라. 한 여인이 여러분에게 다가와서 이렇게 말한다. "안녕하세요, 제 이름은 '마르다'입니다. 이 사람은 제 남편 존이고, 제 남편은 치매에 걸렸습니다." 이 대화 속에서 남편이라는 사람이 어떠한 특정한 상태에 놓인 것을 여러분은 볼 수 있을 것이다. 대개는 남편과 아내의 역할은 동등하게 여겨지며, 각자의 다른 역할이 있다고 생각한다. 하지만 이 대화 속의 아내는 이미 남편을 정상적인 역할로 대하는 자세가 없어졌다.

그는 한 남편으로서의 역할을 잃고, 이제 치매 환자로 되었다.

귀 기울여 잘 경청하기 위해서는 먼저 우리가 대화와 실무에서 환자들을 어디에 놓는지 우리 언어를 잘 들어야 하겠다. 여러분은 환자들에 대해 얘기할 때, 환자들을 어떠한 상태로 규정짓고 있는가? 우리가 환자들을 대할 때 이들이 사랑 받아야 할 사람이라고 생각하는가? 또는 돌보아야 할 대상이라고 여기는가? 우리가 사용하는 말들이 환자들의 복잡하면서도 풍부한 경험을 반영하며 말하고 있는가? 아니면, 의학과 과학에서 사용하는 전문용어들을 사용하여 이들을 어떤 위치로 규정짓고 있는가: 정신분열환자, 우울증환자. 경청한다는 것은 환자에게 귀 기울인다는 뜻만이 아니다. 잘 듣는다는 의미는 우리 스스로가 환자가 표현하는 말을 잘 듣는 것이며 우리가 받은 소명대로 사랑하고, 인도하며, 치유하는 전문가 역할로서의 모습을 반드시 반영하여야 한다.

4. 종교와 하느님에 대한 요구

마지막으로 영적으로 돌보는 것에 대한 이전의 세 가지 영역들과 깊이 연관 되어 있는 것으로 종교와 하느님에 대한 요구라는 것을 강조하고 싶다. 우리가 건강 돌봄을 생각할 때 종종 간과하는 것 중 하나가 이야기에 대한 중요성이다. 이야기는 실제로 우리가 스스로 하는 이야기와 다른 사람들이 우리에게 대해 표현하는 이야기로 구성된다. 우리의 정체성은 이야기들로 구성되어 있고 형성된다. 질병이 우리에게 주는 혼돈 중에 하나는 바로 우리 삶 속에서 우리 자신들에 대한 이야기가 바뀐다는 것이다. 예전의 우리 삶의 이야기들이 더 이상 맞지 않게 되고, 이제 새로운 삶의 이야기들을 써 나가야 한다. 우리가 본 바와 같이 의학이 우리에게 하나의 이야기를 주고, 영성이 다른 면의 이야기를 준다. 둘 다 필요하지만 다르다. 종교가 질병의 아픔이 있을 때 중요한 이야기의 제공자가 된다. 종교는 이야기, 전례, 종교적 행위, 세계관들을 제공해주면서 특정한 방식으로 질병 경험의 형태와 모양을 만들어 주는 역할을 한다. 사람들이 질병으로 고통 받을 때, 그들은 자신들의 삶에 이야기들을 잃어버리게 되는데 이때, 궁극적인 하느님의 이야기 안에서 환자들 이 안정감을 찾을 수 있게 된다. 그래서 종교적인 사람들에게 중요한 기도와 묵상 등과 같은 것이 환자들에게도 중요한 역할을 하게 되는 것이다. 이러한 방법들이 환자 개인이 하느님의 이야기와 그리고 믿음과 함께 가는 삶의 의미와 희망에 재 연결되는 방법들이다. 그래서 종교의식은 중요하다. 이것은 하느님의 이야기를 구체적으로 담고 있을 뿐만 아니라, 사람들이 하느님을 경험할 수

있게 되고 어떤 면으로 실제적으로나 의미적으로나 치유를 모색할 수 있도록 한다. 그래서 다른 희망의 방편에서 찾을 수 없었던 삶의 의미를 찾고 그들 경험에 대한 이해를 할 수 있다.

사람들로 하여금 하느님과 관계에 초점을 두며 건강에 유익하다고 인정된 특별한 방법은 완화반응법이다. 완화반응법은 미국에 있는 하버드 대학에 몸과 마음 연구소에서 허버트 벤슨 교수에 의해 개발된 것이다. 이것은 아주 단순한 명상법이다. 사람들로 하여금 하느님에게로 이끌 뿐만 아니라, 하느님에 대해 묵상하고 깊이 생각하도록 하여 준다. 이 방법은 건강에 유익한 이완을 하는 역할을 한다. 10분에서 20여분간의 명상을 하루에 두 번씩 하면 신진 대사 저하, 심장 박동 저하, 호흡 저하 및 완만한 뇌파 속도를 가져온다.

환자들에게 시간을 주어서 기도와 명상을 갖도록 하는 것은 하느님과 재 연결 되는 느낌을 갖게 하고, 여러분과 환자 자신들과의 관계도 성립하게 한다. 우리가 시간을 내어 경이로운 하느님께 가까이 가고 하느님을 질병 가운데에서 경험할 때, 우리가 이전에 보았던 폭포수의 경이로움과 신비는 우리의 임상 실무에서 여전히 중요한 것임을 알게 된다.

[번역] Sr. 용진선 가톨릭대학교 간호대학 교수

