

중독성 신앙생활



홍성남 마태오 신부
천주교 서울대교구 가좌동 성당 주임
가톨릭 1급 영성 심리 상담가
평화 방송, 평화 신문 영성 심리 상담

종교는 인간이 성숙한 삶을 살기 위한 심리적 기제를 제공해 주는 오래된 인류문명의 산물이라고도 합니다. 삶의 깊은 의미를 깨달은 수많은 사람들이 아직 미성숙한 사람들을 위하여 말씀을 남겼고 그 말씀을 근거로 여러 가지 기제들이 형성되면서 종교가 생겨난 것입니다. 그리고 이런 종교들을 통하여 사람들은 자신들의 미성숙한 부분을 보고 성숙한 삶으로 가는 자기 수행의 길을 가는 것입니다. 그런데 어떤 분야에서건 정통적이고 바른 길 이외에 빗나간 길이 있듯이 종교역시 정통성과 외피는 비슷한데 가는 길은 스승의 가르침과는 동떨어진 길을 가는 경우들이 있습니다. 그런 현상 중의 하나가 중독성 신앙생활입니다. 중독성 신앙생활을 하는 사람들은 외견상 아주 열심한 신앙인으로 보이기에 교회 안에서 지도자적인 역할을 하거나 혹은 추종자들을 이끌면서 나름대로의 세를 형성하여 사람들을 오도하는 경우가 비일비재하여서 이 지면을 빌어서 병적인 신앙생활에 중독되는 유형을 알려드리고 일반 신자 분들의 경각심을 불러일으킬까 합니다.

01 | 물질적인 것에 대한 경배를 요구하는 중독성 신앙의 예

가톨릭교회는 다른 교회들로부터 우상숭배를 한다는 비난을 많이 받습니다. 성당입구에 세워진 성모상 성물방

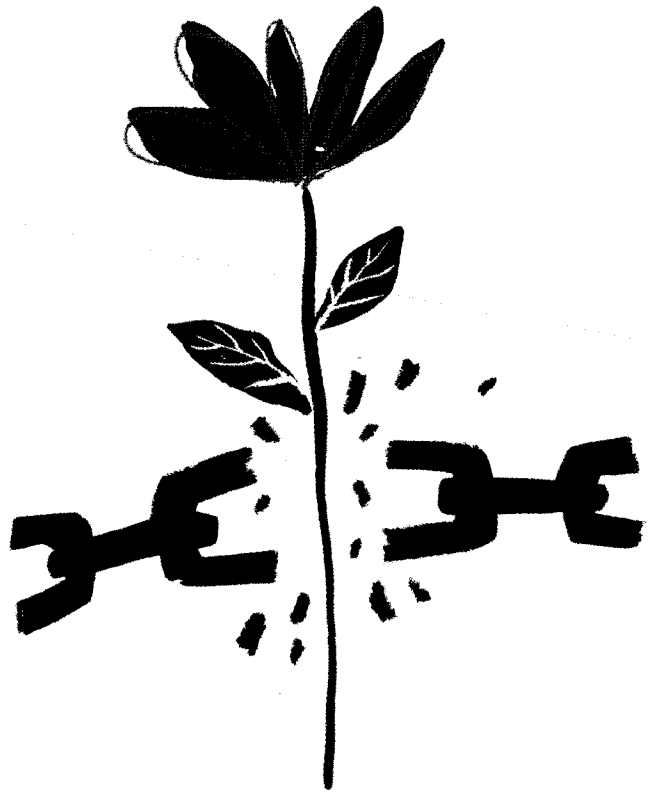
에 가득한 성물들 때문이지요. 하느님께서 모세 당대의 사람들이 만든 금송아지를 파괴하시고 당신 모습을 어떤 형상으로도 만들지 말라고 하셨는데 왜 가톨릭 신자들은 하느님의 뜻을 거스르는가 하는 것이 그 비판들의 요지입니다. 이런 비판에 대한 반론은 사람의 마음이 보이지 않는 하느님을 아무런 불편함이 없을 정도로 믿는다는 것은 어렵다는 것입니다. 아이들이 교육을 받을 때 선생님의 말씀뿐만 아니라 교육 부교재를 사용하는 것처럼 신앙인들의 마음도 약하고 어리기 때문에 순수 의지만으로는 믿음을 가지기 어려워서 눈에 보이는 성물을 사용한다는 것입니다. 즉 성물은 교육 부교재이지 그 자체가 경배의 대상이 아닌 것입니다. 그런데 문제는 성물자체를 경배의 대상으로 삼는 사람들이 있다는 것이 문제입니다. 예를 들어서 어떤 성물에서 핏물이나 눈물 비슷한 것이 생겼다고 하면 갑자기 그 성물자체가 신성한 대상이 되어버리고 경배의 대상이 되는 것입니다. 왜 그런가? 심리학자 칼 융은, 사람은 먹고 마시는 본능만큼이나 강하고 긴급하게 하느님을 필요로 한다고 하였습니다. 우리를 하느님께 향하게 하는 이 종교적 충동은 우리가 심리적으로 건강하다면 기도하는 것만으로 만족되어야 합니다. 그런데 심리적 기능이 병적인 상태에 놓였을 때에는 기도로 만족이 안 되어서 거짓된 상을 만들고 영적인 삶에 손상을 가져올 정도로 그것에 자신을 맡기고 매달리는 중독현상이 생깁니다. 하느님과 일치하기를 시도하면서 이 일치를 물질이나 창조된 실체를 통하여 찾는다는 것입니다. 이런 중독의 대상들은 영적완성에 대한 환상을 만들어내면서 일시적으로 심리적 온전함을 체험케 하거나 일시적으로 내적갈망을 충족시켜줍니다. 그래서 심리적으로 병적인 사

기도는 외로움에 찌들어가는 영혼에 힘을 불어넣어주는 영적인 에너지의 근원이고 하느님과 소통을 통하여 인간의 영적 성장을 도와주는 중요한 기능을 하기 때문에 많은 수도자 성직자들이 기도의 중요함을 설파하였습니다.

람들은 마치 부적처럼 성물을 소지하고 다니고 심지어 그 대상물을 신적존재처럼 모시는 이상숭배에 중독된 삶을 사는 것입니다. 물론 이런 대상물들이 인간의 불안감을 감소시켜주는 일시적이고 임시적인 효과가 있음은 사실이지만 문제는 불안의 근본적인 문제에 직면하는 힘을 주는 것이 아니라 심리적 도피처의 역할을 하여서 사람으로 하여금 퇴행하게 하기에 교회에서는 이런 신심행위가 정통성을 상실한 병적인 중독현상이라고 규정하는 것이고 그래서 수많은 기적이 일어났다고 함에도 불구하고 쉽사리 인정해주지 않고 오랫동안 심사하는 과정을 치르게 하는 것입니다.

02¹ 중독성 기도(도피기제로서 기도의 문제)

교회에서는 기도에 대하여 많은 강조를 합니다. 주님께서 사람이 무엇을 얻고자 한다면 기도를 해야 한다고 늘 말씀하셨고 당신 자신 늘 기도하는 삶을 사셨기 때문입니다. 그리고 기도는 외로움에 찌들어가는 영혼에 힘을 불어넣어주는 영적인 에너지의 근원이고 하느님과 소통을 통하여 인간의 영적성장을 도와주는 중요한 기능을 하기 때문에 많은 수도자 성직자들이 기도의 중요함을 설파하였습니다. 그런데 문제는 기도가 사람들에게 내적인 힘을 주어서 힘겨운 현실적 문제를 해결해가도록 해주면 가장 바람직한데 때로 심리적 문제를 안고 사는 사람들이 마치 심리적 방공호처럼 기도 안으로 도피하여서 현실과 격리된 삶을 사는 경우가 있어서 문제가 되고 있습니다. 대체로 이런 분들은 부정이란 방어기제를 많이 사용하는 분들입니다. 부정이란 방어기제는 무엇인가? 인간이 가진 가장 원시적이고 가장 낮은 수준의 방어기제로서 아이들이 눈을 감으면 모든 일이 다 해결될 거야 하면서 마술적 주문을 외면서 나쁜 일이 알아서 사라져주



기를 바라는 것처럼 기도하면 다 해결될 거야 하면서 골방 안에서 나오질 않고 기도에만 매달리는 행위를 말합니다. 물론 이런 식의 기도가 백해무익한 것만은 아닙니다. 이런 정신적 방어기제는 어떤 방식으로건 현실을 왜곡해서 스트레스를 덜어주기도 합니다. 그래서 이런 부정을 일명 자비로운 부정이라고 부르기도 하는데 전류가 과도하게 흐를 때 회로가 차단되어서 위험을 막듯이 정서적 과부하가 걸렸을 때 정서적 회로차단기의 역할을 함으로서 희망적이고 낙관적인 태도를 유지하게 해준다는 것입니다. 만약 우리가 우리 인생에서 닥치는 여러 가지 어려움들에 대하여 여과 없이 그대로 받아들이면서 살아야 한다면 어떤 일이 생길까요? 아마도 감당 못할 정도로 약한 사람들은 몸과 마음이 피폐해지고 말 것입니다. 그런 의미에서 기도 안으로 들어가서 부정이란 방어기제로 자기방어를 하는 행위는 자기보존을 위한 자연스런 행위라고 볼 수 있습니다. 단지 이런 식의 기도가 너무 지나치게 잦고 길어진다면 부작용이 적지 아니 발생한다는 것입니다. 가장 큰 부작용은 기도가 현실도피수단이 되어버리면 다른 사람들이 하는 말에 귀를 기울이지 않는다는

것입니다. 기도만 하면 다 해결되는데 무슨 다른 이야기가 필요하냐면서 외부로부터의 정보에 귀를 닫아버리는 것입니다. 이렇게 마음의 문을 닫아버리게 되면 자기감정이 어떤지 진실이 무엇인지도 알 수 없게 되고 또한 이런 식으로 문제 직면을 피하게 되면 눈덩이가 언덕을 굴러 내려가면서 점점 더 커지듯이 문제가 삶에 스며들어서 점차적으로 삶을 점령해 버린다는 것입니다. 두 번째 문제는, 도피성기도는 주변의 도움을 받지 못하게 하는 결과를 낳습니다. 모든 일은 다 기도로 해결이 되는데 무슨 도움이나 하면서 주위의 도움을 거절하기에 결국에는 상황을 더 악화시키는 경우가 비일비재한 것입니다. 세 번째 문제는 도피성기도에 중독이 되다보면 정신적으로 미성숙해진다는 것입니다. 사람은 고통스런 현실을 경험하면서 정신적으로 성숙해집니다. 사실에 접근하여서 정신적 몸부림을 치러내야 치유와 성장에 필요한 것들을 얻을 수가 있는 것인데 부정이란 방어기제인 도피성기도 안으로 숨어들어가게 되면 이런 경험들이 전무해서 심리적 퇴행현상이 일어나고 마는 것입니다.

03¹ 허영심에서 비롯된 중독성 기도

인간의 정신은 외적인 자극으로부터 에너지를 공급받습니다. 우리가 먹는 음식이 신체를 기르는 것과 마찬가지로 이런 감각들은 정신이 양육되도록 끊임없이 자극을 제공합니다. 이것이 정신세계가 끊임없이 변화하는 상태에 있고 결코 완벽한 균형 상태에 도달하지 못하는 이유입니다. 즉 정신세계는 상대적 안정성만 이룰 수 있습니다. 그래서 심리학자 융은 정신적 균형을 회복하기 위해서 일시적으로라도 세상감각으로부터 멀어질 필요가 있다고 하였고 그런 의미에서 명상의 중요성을 강조하기도 하였습니다. 즉 정신세계는 열림과 닫힘의 연속성에서 성장을 한다는 것입니다.

그런데 허영심에서 비롯된 중독성 기도는 폐쇄적입니다. 허영심이란 열등하고 부족한 느낌을 말합니다. 그런데 허영심은 개인의 존재목적에 결정적인 영향을 미쳐서 그들 자신이 도저히 이룰 수 없는 목표를 설정하고 자신들을 세상 어느 누구보다도 중요하고 성공적인 사람으로 만들고 싶어 합니다. 특히 여러 가지 조건이 부족한 사람들

의 경우 신앙공동체는 그들이 자신의 과거를 숨기고 다른 사람들을 기만하고 지배하기 좋은 토양을 가진 곳입니다. 이들은 과도한 기도의 양이나 혹은 인정받기 어려운 사적인 이적들을 통하여 사람들의 관심과 존경을 받고자하고 사람들을 지배하고 싶어 합니다. 그리고 그렇게해서 성공을 하고나면 나름대로의 세력을 확보해서 신앙공동체 안에서 정신적인 터주대감 노릇을 하면서 자신을 반대하는 사람들은 상대방이 신자건 아니면 성직자나 수도자건 간에 비난과 모함으로 몰아붙여서 자신들의 티가 흔들리는 것을 방어하려고 합니다. 심지어는 자신들이 박해를 받고 있다고 자기최면적인 기도를 하면서 자신들이야말로 신의 영역에 가장 가까운 사람들이라고 주장하는데 이렇게 허영심에서 비롯된 기도에 중독된 사람들은 심리적 폐쇄정도가 정도를 벗어날 정도로 심하여서 교주컴플렉스 같은 병적인 콤플렉스에 걸리거나 혹은 결국에는 정신병에 걸리게 되는 일도 적지 않습니다. 수많은 이적을 일으켰음에도 불구하고 교회로부터 공인받지 못하는 사람들은 바로 이런 경우에 해당되는 사례들입니다.

04¹ 중독성 자기비난성 기도

가톨릭교회의 신심행위 중에 자기성찰이란 것이 있습니다. 자기성찰은 자신이 하느님의 뜻을 따라 살아가고 있는지 자기 길을 점검해보는 것을 말합니다. 이것은 심리치료에서의 자기탐색과 유사한 것으로서 자신의 삶을 좀 더 건강하고 유익하게 만들기 위한 신심 작업입니다. 이런 자기점검행위는 비단 가톨릭교회에만 있는 것이 아니라 거의 모든 종교들 영적인 삶을 회구하는 종교들이 가진 공통적인 자기수련 방법입니다. 그런데 간혹 신자들 중에 자기성찰과 자기비난을 혼동하는 분들이 상당히 많습니다. 특히 자기비난의 정도가 심각할 정도로 강하여서 정신적인 문제들, 신경증적인 증세들(종교적 우울증 불안증, 강박증, 등등)에 시달리는 분들이 적지 않습니다. 이런 분들의 상당수는 대개 어린 시절 성장과정에서 심한 열등감이나 불안감을 안고 살았던 분들입니다. 그래서 이런 분들은 일정기간 심리 상담을 받고 나면 호전되는 경우가 많습니다. 그런데 문제는 자신의 그런 기도방법이 건강치못하다는 것을 알고도 하지 않고 고집스럽

게 자기비난을 지속적으로 하는 분들입니다. 이분들은 왜 병적인 신앙생활 양식을 바꾸려고 하지 않는 것인가?

보상감소이론에 의하면 이런 사람들은 대체로 다른 사람들의 측은지심을 유발하여 관심과 동정을 받으려는 욕구를 가지고 있다고 합니다. 즉 자신을 비하할 때 다른 사람들이 그것을 부정하고 격려해주면 스스로 부족하게 느꼈던 자신감이 회복되는 느낌을 경험한다는 것입니다. 또한 침울한 모습을 보이면 다른 사람들이 나에게 거는 기대수준을 낮추고 무리한 요구를 하지 않는다는 것을 아는 것입니다. 그래서 자기비난이 심한 사람들 아무리 옆에서 무슨 말을 하여도 듣지 않고 자학하는 삶을 사는 사람들은 이런 여러 가지 혜택을 얻고자 하는 무의식적인 욕구 때문에 자학중독적인 기도생활을 한다는 것입니다. 그러나 이렇게 거지가 동냥을 구하는 듯이 기도생활을 하는 것은 그 효과가 그리 오래가지 못합니다. 장기간 지속되면 주위사람들이 그에 대한 평가를 다시 하게 됩니다. 왜냐하면 그런 사람으로부터는 얻을 것이 아무것도 없고 달래주느라 지친다는 느낌만 받기 때문입니다. 또한 자학중독적인사람들은 주위사람들마저도 우울하게 만드는 오염

의 근원적 역할을 하기 때문에 점차로 사람들이 그를 멀리하고 심지어 떠나게 됩니다.(본인은 버림받는 것이지요) 또한 그로 인하여 보상이 감소하게 되어서 우울증에 걸리는 악순환에 빠지게 됩니다.

주님께서는 병자들을 위해서 이 세상에 오신분이십니다. 그런 관점에서 보자면 신앙생활이란 주님의 도움으로 기도의 삶으로 마음과 몸의 건강을 되찾는 삶이라고 말할 수 있을 것입니다. 그런데 환자를 제대로 치료하는 명인들이 있는가 하면 자기마음대로 환자를 다루어서 병을 악화시키는 돌팔이들이 있는 것처럼 신앙공동체 안에서도 신자들을 건강한 삶으로 이끄는 것이 아니라 병적인 삶으로 이끄는 소위 사이비 교주 같은 사람들도 적지 않습니다. 이런 사람들은 신자들을 중독성기도에 취하게 하고 마음과 몸의 병을 더 악화시키고 사람들의 마음을 주님과 교회로부터 멀어지게 하는 사람들이니 조심하고 멀리해야 할 것입니다.

홍성남 마태오 신부 저서; 『벗어야 산다』 아니무스 출판
너나 잘해1,2,3 / 쉬다 가소 / 힘드시죠 / 달리다꿈, 에파타 등 다수

