

고백(자기노출)을 통해서 본 기독교상담현장

김영근 (Ph.D. 복음신학대학원대학교 · 교수)

I. 여는 글

1990년 미국 프린스턴(Princeton)신학교 목회상담학과정의 “가족과 결혼상담” 과목의 부교재 내용의 일부에는 이혼하는 것은 부정적인 면만 있는 것이 아니라 하나님의 재창조사역에 동참하는 것이라고 했다. 부부가 심각한 갈등 가운데 서로 미워하고 분노하고 심지어는 폭력의 위협 속에서 지옥 같은 삶을 살아가는 것보다는 오히려 이혼해서 새로운 삶을 시작하는 것이 하나님이 보시기에 좋을 수 있다는 것이다. 그 당시 이 책의 저자는 이혼 후의 새로운 삶을 새창조와 갱신이라는 단어를 사용했다. 이혼은 악한 것이며 하나님이 허락하신 언약을 배반하는 것으로 분명히 확신하고 있었던 필자에게는 충격적인 내용이었다. 필자는 이 과목을 담당하던 Leroy Aden 교수(Lutheran Theological Seminary, Philadelphia, PA)에게 이 책의 논증이 잘못되었다는 것을 말하곤 했다. Aden은 저자가 이혼을 찬성하는 것이 아니라 심각한 부부갈등이 이혼이라는 돌파구를 통해서 개선될 수 있다는 것이라고 여러 차례 설명해 주었다.

최근 10년 어간에 한국내의 이혼율이 급격하게 상승해왔다. OECD 국가 중에서 이혼율이 상위권에 속하며 이 이혼율의 상승은

지금도 급격하게 진행되고 기독교인들도 예외가 아니다. 지금 연구자는 그런 내용에 상당히 동의할 것이다.

모든 상담은 상담현장이 있다. 마찬가지로 기독교상담도 항상 상담현장이 있다. 그런데 상담현장은 한국사회의 이혼율이 변하는 것처럼 변한다. 그래서 기독교상담자들은 그 현장의 변화에 민감하게 반응할 수밖에 없다. 만약 그 변화에 적절하게 대처하지 못하면 상담자들의 상담은 효과적이 될 수 없다. 모든 기독교실천신학이 현장성을 가지고 있지만 그 중에 기독교상담학은 가장 현장성에 민감한 실천신학의 분야이다.

본 연구의 주제는 기독교상담과 상담현장의 상호관계성에 관한 것이다. 이를 위해서 기독교상담의 중요한 상담기술중의 하나인 고백(자기노출)이 중요한 상담현장인 교회에서 어떤 의미와 가치를 지니고 있는가를 살펴보고자 한다. 본 연구자가 이를 위해서 160명되는 교회의 목사와 장로들의 고백에 관한 견해를 종합적인 설문조사를 실시했다. 이를 바탕으로 고백이 상담현장인 교회에서 어떠한 치유와 회복을 가져올 수 있는지를 연구하고자 한다.

II. 기독교상담현장과 고백(자기노출)

1. 기독교상담과 상담현장

기독교상담 활동을 하고 있는 K목사는 최근에 교회직원으로 섬기는 한 자매로부터 상담전화를 받고 고민에 빠져있다. 상담내용은 결혼생활이 너무 힘들어서 이혼을 하려고 하니 허락해 달라는 전화였다. 이 자매는 K목사가 신학교 교수로 활동할 때 가르친 제자였고 늘 신실하게 생각하는 믿음이 가는 제자였다. 이혼을 허락해 달라는 자매의 전화를 듣고 K목사는 적잖이 놀랐지만 상담자로서 잘 경청했다. 그러면서 결론을 내지 말고 조금 더 기다리면 좋겠다고 했다. 상담을 요청한 자매는 이혼을 허락해달라고 한사코 요구했지만 K목사는 결론은 본인이 내리는 것이고 상담자는 도와주는

일을 할 뿐이라고 이야기했다.

K목사는 기독교상담자로서 정규 신학수업을 했고 현장에서 오랫동안 목사로 사역해왔고 목회상담학을 전공했으며 신학교에서 상담학을 오랫동안 가르쳐 왔다. 그는 상담하면서 분명히 이론을 하지 말라고 이야기하든지 아니면 하라고 하든지 분명하게 이야기하는 것이 속 시원하지 결론도 내답자 본인이 내려야 한다는 자신의 상담내용에 대해서 불만이였다. K목사는 처음에 기독교상담학을 공부하면서 상담의 이론은 과학이지만, 적용은 예술이라는 것을 배웠다. 그런데 막상 상담사역을 하다보니 상담의 이론도 너무나 많아서 혼돈이 되고 적용의 현장도 너무나 가변적이어서 혼란스럽기는 마찬가지이다. 그래서 어떤 경우에는 성경책 한 권으로 모든 상담의 원칙을 삼고 그대로 적용했던 J. E. Adams의 권면적이며 지시적인 상담이 좋아 보일 때도 많았다. K목사의 고민은 K목사만의 고민일까 아니면 모든 기독교상담자들의 고민일까? 이 질문에는 모든 기독교상담자들의 고민이라고 하는 것이 적당할 것 같다. 기독교상담자들은 다양한 상담이론을 계속해서 공부하면서 혼란을 경험한다. 또한 너무나 빠르게 변하는 상담현장에서 어떻게 상담해야 할 것인가를 고민해야 한다.

기독교상담자들이 고민해야 하는 문제를 몇 가지만 예로 들어보겠다. 이혼문제, 정신질환자를 기도로 고쳐야 하는가 약물치료를 해야 하는가, 교회 내에서 고백의 문제(본 연구의 주제), 혼외정사, 낙태, 자위행위, 자녀교육에 매를 활용하는 문제, 등교를 거부하는 아이 문제 등은 상담자들이 상담현장에서 늘 어려워하는 내용들이다.

K목사는 한 때 정신질환자의 치료는 기도로 고쳐야지 정신과 의사의 진료는 받아서는 안된다고 믿고 있었고 특히 불신자 정신과 의사는 금기사항 1호였다. 그런데 그는 이제는 정신질환자는 정신과 의사의 약물치료를 정신과 의사의 신앙과 관계없이 받아야 한다고 믿고 있다. K목사는 한 때 죄의 고백은 하나님께만 한다고 믿고 있는데 지금은 죄의 고백을 사람들 앞에 해야만 놀라운 치유의 효과가 있다고 믿으면서 상담사역에서 고백을 활용한다.

왜 이러한 일이 발생할까? 그것은 기독교상담가로서 K목사의 학습과 사역에 변화가 있었고 인생의 경륜도 쌓였기 때문이다. 긍정적인 시각에서 이것을 사역의 성숙 내지는 발전이라고 말할 수도 있다. 그러나 부정적인 시각에서는 기독교상담가로서 정체성을 상실해 버리고 세상과의 타협으로 빠져드는 과정이라고 말할 수도 있다. 어쨌든 기독교상담가인 K목사는 변했고 앞으로도 계속해서 변할 것이다.

기독교상담가인 K의 변화처럼 기독교상담도 계속해서 변해왔다. 지금도 계속해서 변화를 계속하고 있다. 이것은 기독교상담의 주체인 상담자와 내담자, 이들이 살아가는 상담현장이 계속해서 변하기 때문이다.

John Patton은 기독교상담은 세 단계를 거쳐서 발전해왔는데 첫째 단계를 고전적 모형으로, 둘째 단계를 임상목회 모형으로, 셋째 단계를 공동체 상황모형으로 부른다.¹⁾

반신환은 이러한 Patton의 모형을 근거로 기독교상담의 발전과정을 다음과 같이 설명한다. 첫 단계인 고전적인 모형은 소위 기독교전통에 입각한 목회적 돌봄이라고 알려진 내용중심의 단계이다. 이것은 심리학이 기독교상담의 주류를 이루기전의 모형으로서 20세기 이전까지 전통적인 기독교신앙전통과 성경말씀을 사용한 메시지 중심의 기독교상담단계이다. 둘째 단계인 임상목회모형은 심리학을 중심으로 한 1920년에 시작된 임상목회교육(Clinical Pastoral Education)이 기독교상담의 주류를 이룬 단계이다. 이 때는 현대의 심리학적 치료과학이 기독교상담의 주요한 내용이 된 단계이다. 셋째 단계인 공동체 상황모형은 지난 30년 동안 나타난 것으로 내담자가 속해 있는 상담현장을 중요시하는 문화적인 모형이다. 이 때 기독교상담가는 내담자의 가족, 직장, 인종, 종교, 체계 등을 강조하는 상담활동을 한다.²⁾

김정선은 목회상담 혹은 기독교상담은 내용상으로 두 가지 축을 이루며 발전해왔다고 한다. 하나는 목회적축이고 다른 하나는 임상적축이다. 목회적축은 목회적 돌봄으로 알려진 기독교상담학에 심리학적 접근이 이루어지기 전의 상담모델이고 임상적축은 1920

년 대 CPE가 기독교상담에 도입된 이후에 새롭게 형성된 상담모델이라는 것이다. 김정선은 기독교상담에서 어느 한 축이 일반적으로 중요시되는 것은 아니며 기독교상담가의 관심에 따라 강조점이 달라진다고 한다. 예를 들면 교회에서는 목회적 돌봄이 강조되는 목회적축이 중요시되고, 상담센터에서는 임상적인 치료가 강조되는 임상적축이 강조된다고 한다.³⁾ 김정선의 목회적축 중심의 상담사역은 고전적 모형이라고 말할 수 있고 임상적축 중심의 상담사역은 임상목회모형이라고 말할 수 있다. 그리고 목회적축과 임상적축이 상담현장의 다양한 요소인 가족, 인증, 체계, 종교, 문화 등을 고려해서 실천되는 상담사역은 공동체상황모형, 즉 문화적모형이라고 말할 수 있다.

반신환은 기독교상담의 각 단계에서 주류를 이루었던 모형들은 그 단계에서만 존재하지 않았다고 한다.⁴⁾ 예를 들면 여러 가지 모형이 공존하고 있었다고 추측할 수 있다. 1920년대를 중심으로 임상목회교육을 중심으로 한 심리모형이 기독교상담의 주류를 이루고 있었지만 여전히 내용중심의 고전적인 모형만을 고집하는 기독교상담가들이 있어왔다. 최근에는 문화모형이 강세를 이루지만 내용모형과 심리모형은 부인되지 않고 새롭게 조명되면서 발전해 가고 있다고 할 수 있다.

현재 기독교상담에 있어서 지배적인 모형은 문화모형이다. 따라서 오늘날 기독교상담에서 중요한 관심의 대상이 되어 가는 이혼에 관한 상담도 일반적으로 문화적인 모형에 따라 접근된다. 그러나 보수적인 신앙을 가진 기독교상담가는 철저하게 고전적인 모형을 가지고 접근할 수도 있다. 이런 경우에 이혼은 절대로 용납이 될 수 없다. 그렇지만 고전적인 모형만을 고집하는 상담가도 이미 이혼한 경력을 가진 내담자를 상담할 때는 본인이 금기시하는 이혼을 인정할 수밖에 없는 상황을 만나게 된다. 심리학적인 모형만을 고집하는 기독교상담가는 이혼문제를 상담하면서 쉽게 인간의 자유의지를 강조해서 이혼을 허락할 수 있다. 문화적인 모형을 가지고 이혼문제를 접근하는 기독교상담가는 상담현장의 여러 가지를 고려하면서 이혼에 대해서 결정을 내리지 않고 내담자가 결론

을 내리도록 도와주면서 기다린다.

본 연구의 중심주제인 고백을 기독교상담현장에 적용하는 문제에 있어서도 고전적인 모형을 적용할 것인가, 심리학적인 모형을 적용할 것인가, 아니면 문화적인 모형을 적용할 것인가에 따라 상이한 결론에 도달할 수 있다. 또한 기독교상담의 임상적인 축을 강조할 것인가 아니면 목회적인 축을 강조할 것인가에 따라 다른 결론에 이를 수 있다. 예를 들면 임상적인 축은 고백의 치료효과를 강조해서 교회 내에서 실시하기를 원하지만 목회적인 축을 강조하다보면 고백의 후유증을 고려해서 고백을 통한 상담사역을 포기할 수도 있다.

2. 상담현장에서 고백의 의미

그 동안 연구자는 지난 10년 동안 내적치유사역을 통해 개인과 기독교공동체를 치유하고 회복시키는데 관여해왔다. 내적치유사역에서 가장 중요한 치유의 방법으로 내담자의 고백을 활용한다. 그러나 상담현장인 교회 내에서 고백에 대한 긍정적인 견해만 있는 것은 아니다. 특히 고백의 내용이 자신의 죄악이나 허물을 드러내는 경우에는 고백 자체도 쉽지 않을 뿐만 아니라 고백했을 경우에는 고백하는 사람의 인격이나 평판에 치명적인 손상이 가해질 수도 있다. 그래서 고백을 피하는 사람들도 많다. 또한 이들의 주장 중에는 죄의 고백은 중보자 예수를 통해 기도의 대상인 하나님에게 하면 되지(딤후 2:5) 왜 사람들에게 할 필요가 있느냐고 하면서 고백의 가치를 평가절하 하는 경우도 있다. 여러 가지 논란이 있지만 상담현장에서 중요한 상담기술로 활용되는 고백에 관하여 좀 더 구체적으로 살펴보고자 한다.

1) 고백의 정의

고백(confession)이라는 용어는 임상의 현장에 따라 고백훈련, 자기노출(self-disclosure), 드러냄(openness), 회개(repentance), 고해성사(penance) 등의 다양한 용어로 나타난다. 고백에 관한 사

전적인 정의를 살펴보면 고백의 사전적 의미는 비밀이나 숨겨온 것을 솔직히 말하는 것이다.⁵⁾ 그러나 고백에 관한 정의는 사전적인 의미만이 중요한 것은 아니다. 그래서 본 연구의 특성상 고백의 의미를 일반상담의 입장과 기독교상담의 입장을 분류해서 설명하고자 한다. 물론 기독교상담도 상담의 기술과 방법에서는 일반상담에서 연구하고 활용한 일반상담의 기술과 방법을 활용하기 때문에 구분은 이해의 차원을 위한 것이다.

먼저 일반상담의 측면에서 고백의 의미를 살펴보자. 김교헌은 보다 광범위한 의미에서 고백은 자신에 관한 사적 정보를 타인에게 언어적으로 정보 소통하는 과정이나 행동을 의미하는 자기노출이다.⁶⁾ 또한 김교헌은 고백을 속마음 털어놓기라고 정의하고 있다.⁷⁾ Pennebaker, Hughes & O'Heeron은 고백을 중요한 경험에 대하여 털어놓고 모든 것이 안정되어지는 것이라고 정의하고 있다.⁸⁾ 설기문은 사람들은 인간관계를 하다보면 자연스럽게 자신의 생각이나 감정 또는 경험 등에 대해서 남에게 이야기를 하게 되고 이를 통해서 나를 남에게 알리기도 하고 나의 답답한 마음을 해소하기도 하는데, 이 때 자신에 관한 정보를 남에게 알려주는 것을 자기노출이라고 말한다.⁹⁾

이상에서 살펴본 것처럼 고백을 자기노출로 이해하는 것은 대부분의 일반상담에 관여하는 사람들의 공통된 견해이다. 그러면 기독교상담입장에서 고백의 의미를 살펴보자.

고백의 영어식 표현은 confession이고 라틴어식 confessio이다. 이러한 고백의 의미에는 순교자의 무덤이라는 뜻도 가지고 있다. 이 말의 동기는 결국 순교자들이 신앙고백을 지키려다 순교했기 때문에 유래된 말이라고 추측할 수 있다. 또한 고백을 의미할 때 영어식 표기로 confession of sin 으로 죄의 고백이라는 측면에서 사용된다. 이런 경우에는 고백의 의미에는 종교적인 내용이 포함된다. 종교적인 의미가 함축될 때는 단순한 고백의 의미가 독백이나 어떤 사람 앞에서의 고백뿐만 아니라 신 앞에서의 고백이라는 뜻을 함축하고 있다.¹⁰⁾

위의 내용을 정리하면 고백은 개인이 숨겨온 것에 대해 타인이

나 자기 자신에게 언어적인 방식으로 개방하는 것을 의미하는데 일반상담에서는 자기노출로 이해했고 기독교상담에서는 죄의 고백으로 주로 이해를 했다. 따라서 본 연구에서는 고백을 의미할 때 자기노출과 죄의 고백, 그리고 공동체 앞에서 회개하면서 자신을 들어냄을 모두 의미하는 차원에서 고백이라는 용어를 사용할 것이다.

2) 개인상담과 집단상담에서의 고백

고백은 개인 대 개인의 자기노출의 형태와 집단 안에서의 자기노출의 형태를 취하고 있다. 고해성사나 개인상담에 있어서 상담자와 내담자의 관계, 혹은 영성지도자와 수련자와의 관계에서 고백은 개인 대 개인의 관계에서의 자기노출이다. 또 한편으로 집단상담이나 공동체 안에서의 자기노출은 다수 앞에서 자신을 드러내는 자기노출이다.

연구자가 미국 하와이에서 YWAM 선교단체의 IBC(Introduction To Biblical Counseling, 성경상담학교)에서 훈련받는 중에 참여하는 개인들이 한 명씩 약 20명 정도의 구성원 앞에서 Brokenness & Openness(회개와 고백)의 시간에 자기고백을 하는 시간을 갖게 되었다. 그런데 집단 앞에서 고백하는 데 어려움을 겪고 있는 어떤 구성원 한 사람은 전체 앞에 고백하지 못하고 나중에 따로 모임의 리더에게 개인적으로 고백하겠다고 요청해서 허락이 되었다. 이 사건의 경우처럼 집단 앞에서 노출은 쉽지가 않다.

집단은 개인과는 다른 속성이 있기 때문에 개인이 고백을 할 때에 다른 개인 앞에서 할 때와 집단에서 할 때는 분명히 다르다. 여기에서 한 가지 고려해야 할 사항은 개인이 집단 앞에서 고백할 때도 그 집단이 어느 특정한 기간에 한 번 모이는 집단일 수도 있고 정기적으로 회기를 정해놓고 만나는 경우도 있다. 따라서 집단상담의 지도자는 집단원들이 고백을 잘 할 수 있도록 분위기를 만들어 주어야 한다. 여기에서 주의할 점은 본인은 준비되어있지 않는데 분위기에 이끌려서 고백을 강요받도록 해서는 안된다. 지도자는 집단의 역동성을 열린 분위기로 만들어야 하며 집단의 활동이 진행

되는 동안 서로가 서로에 의해 수용받는 용납되는 분위기가 형성되어야 하며 참 만남을 통한 건강한 인격성장이 이루어지도록 해야 한다. 또 한 가지는 집단상담에서 나누어진 고백의 내용에 대해서는 비밀보장이 필수적이다.

3) 고백의 실제

최근에 내면적인 상처를 치유하는 상담사역으로 호평을 받고 있는 내적치유상담은 가장 중요한 치유의 방법으로 고백을 활용하고 있다. Bruce Thompson은 세계적인 선교단체인 YWAM(Youth With A Mission)에서 오랫동안 상담학교 책임자로 일해왔는데 가장 영향력있는 내적치유상담가로 알려져있다. 그의 저서인 내 마음의 벽(*The Wall of My Heart*)은 내적치유상담 사역자들에게 많은 영향을 주었다. 부르스 탐슨은 이 책에서 고백의 과정에 대해서 이렇게 설명한다.

로마서 10:9-10을 읽어보면 우리들은 우리의 입으로 고백하는 것이 구원 또는 치료에 이르는 길임을 알 수 있다. 우리들 자신의 삶에 대한 책임을 우리 스스로가 지면서 우리는 우리의 죄와 상처 모두를 고백할 필요가 있다. 눈물로 토로하는 고백은 감정의 정화를 넘어서는 효과를 선사받을 수 있다. 하나님께 눈물로 우리의 아픔을 토로할 때 믿음이 가세되면 예수님의 사랑과 이해로 이루어진 치료의 향유가 상처에 대한 기억들을 말끔히 씻어 내리게 된다. 우리가 우리 마음속의 깊은 곳을 주께 열어드릴 때 예수님께서서는 우리들의 상처를 담당하시게 된다.¹¹⁾

부르스 탐슨은 그의 책에서 리디아(가명)라는 한 자매가 YWAM 제자학교에서 깊은 상처를 치유받는 경험을 소개하고 있다. 이 리디아는 친부로부터 근친상간을 당하고 그 결과로 아들을 낳아서 동생이라고 속이면서 키우고 있었다. 나중에 이 불행한 비밀을 함께 훈련받는 지체들에게 간증하고 그 곳에서 놀라운 치유를 경험

한다. 함께 참여했던 지체들은 하나님께서 큰 팔로 어머니(리디아)와 아들(근친상간으로 낳은 아들)을 안으시는 것을 느낄 수가 있었다. 이 후에 리디아는 어떤 목회자와 결혼하고 근친상간으로 고통당하는 사람들을 위한 훌륭한 상담자로 활동하게 되었다는 것을 소개하고 있다. 리디아는 근친상간으로 인한 두려움, 수치심, 분노, 증오 등을 고백을 통해서 치료받고 하나님의 새로운 은총의 세계로 돌아올 수 있었다고 부르스 탐슨은 증거하고 있다.¹²⁾

기독교상담에서 말하는 고백은 일반상담에서는 자기노출 이라는 이름으로 상담사역의 중요한 방법으로 활용되어왔다. 원래 상담에서 자기노출은 상담관계에서 치료의 효과를 증가시키기 위해서 상담자가 먼저 자기노출을 하게 된다.¹³⁾ 그러면 내담자도 자신의 감추어두었던 사실에 대해서 용기를 갖고 노출하게 되어서 내담자에게 노출을 통한 치료효과가 발생한다. 또한 기독교상담에서 자기노출은 죄의 고백의 형태로 오랫동안 활용되어왔다. 고백은 내담자가 자신이 드러내고 싶지 않은 것을 말하는 것이다. 내담자의 이야기는 자신의 실패한 이야기이고 하나님의 마음을 아프게 했던 이야기이고 자신의 허물과 죄악을 이야기하는 것이다. 내담자가 이런 이야기를 하면 다른 사람들이 손가락질을 하고 자신의 평판에 치명적인 손상을 받을 수도 있지만 이러한 고백의 과정을 통해서 내담자는 치유와 회복을 경험한다.

3. 상담현장에서 고백의 효과

상담의 현장에서 고백의 효과에 관해서 많은 연구가 있어왔고 임상적으로 증명되어왔다. 몇몇 학자들의 예를 들어 고백의 효과를 설명하고자 한다.

폴 투르니에는 죄책감의 치료에서 고백의 중요성을 강조하고 있다. 그는 자신의 연약함을 감추려는 약한 사람은 노력하면 할수록 그의 긴장과 불안은 더 커진다. 더 불안해질수록 실패할 가능성이 많아지고 그가 숨기려고 하는 바로 그 연약함을 드러내 보이게 된다. 이 때 상담가는 고백이라는 방법을 통해서 그 환자를 도울 수

있다고 폴 투르니에는 말한다.¹⁴⁾

Jourard는 자신의 임상경험을 통해서 정신질환자의 핵심적인 특징이 어느 누구에게도 자신의 속마음을 털어놓지 못하는 것임을 관찰하고 자기노출은 건강의 표시이며 동시에 건강의 원인이 된다고 주장했다.¹⁵⁾

설기문은 자기노출의 효과로 ① 자기이해의 증진, ② 관계의 친밀화, ③ 의사소통의 증진, ④ 죄책감의 감소, ⑤ 에너지의 증진 등 다섯 가지를 제시하고 있다.¹⁶⁾

영성가이며 심리학자인 Henri Nouwen은 치유란 무엇보다도 고통을 겪고 있는 사람이 정말로 관심있게 들어주는 사람에게 자기의 얘기를 털어놓을 수 있는 친밀한 자리를 마련해 주는 것이라고 말하고 있다. 그는 일반적으로 사람에게 털어놓고 이야기할 기회를 주는 것이 그 사람의 치유와 회복에 유익하다고 한다.¹⁷⁾

익명의 알코올 중독자들의 모임인 AA에서의 고백의 치료적인 효과는 탁월하다.¹⁸⁾ 알코올 중독자들이 AA의 모임을 통해 익명의 알코올 중독자들 앞에서 자신의 죄를 고백할 때 고립감은 떠나고 그들과의 소속감을 가지게 되고 그들에게 안정감 속에서 치유와 회복이 일어난다.

김영근은 고백의 치료의 효과는 ① 사람들 사이에 친밀감을 가져오며, ② 인간관계를 깊게 하며, ③ 회개에 이르게 하며, ④ 깊은 마음의 상처를 치유한다고 지적했다.¹⁹⁾

지금까지 고백의 치료적인 효과에 대해서 몇몇 상담가들의 견해를 살펴보았는데 고백의 효과를 죄책감의 치유, 신앙성장, 감정정화, 관계발전 등 네 가지로 정리하고자 한다.

1) 죄책감의 치유

기독교상담가인 폴 투르니에는 그리스도인은 죄의 짐에서 도피하려고 노력하는 가운데 절망적인 좌절감 속에서 씨름하지 않아도 된다고 주장한다. 그리스도인은 넉넉하게 용서해 주시는 하나님의 은혜를 알고 있기 때문에 죄를 숨기고 억누르는 대신에 그리스도

의 제자는 모든 것을 하나님께 자백하고 때에 따라서 다른 사람에게 고백하면 된다. 폴 투르니에는 이러한 고백은 유쾌한 것도 쉬운 것도 아니지만 하나님의 용서에 대한 놀라운 확신을 누릴 수 있다고 말한다.²⁰⁾

죄책감을 치유하는데 있어서 가장 효과적인 방법이 죄의 고백을 통한 방법이다. 이에 대해서 김정준은 시편 38편을 주석하면서 다윗이 죄의 고백을 통하여 치유함을 받았다고 소개하고 있다.²¹⁾ 어떤 실수나 잘못된 일 때문에 죄책감을 가지고 있을 때 그것에 대해서 자기노출을 하게 되면 죄책감이 줄어드는 경험을 할 수가 있다. 이러한 원리가 종교장면에 적용된 것이 천주교의 고백성사, 기독교의 간증 같은 것이다. 그래서 우리는 좋은 친구가 필요하며 그에게 나를 편하게 털어놓을 수 있다면 인생은 살기에 훨씬 즐거울 것이다.²²⁾

평상가 Thomas Merton은 지혜의 시작을 죄의 고백이라고 말한다. 그는 죄의 고백이야말로 우리에게 하나님의 자비를 가져다주고 그 분, 곧 진리의 빛이 우리의 양심 안에서 빛나게 해준다고 말한다.

죄의 고백은 우리에게 하나님의 자비와 긍휼함을 입게 한다. 죄의 고백은 무거운 죄책감에서 벗어나 진리 안에서 자유케 하고 이때에 비로소 우리들의 양심이 자유함을 누리게 된다. 고백을 통한 죄책감의 치유는 고백의 효과 중에서 가장 중요한 것이다. 역사상 많은 기독교의 인물들이 죄의 고백을 통해서 개인적인 치료함을 얻고 새로운 삶을 얻었다. 지금도 죄의 고백을 통한 치유의 역사는 상담현장인 교회 공동체에서 많이 일어나고 있다.

2) 영적 성장

사람들은 누군가에게 자신의 마음을 이야기하다보면 생각과 감정이 정리되는 것을 경험한다. 이것은 자기노출을 통하여 혼돈된 상태에서 정리된 상태로 변화를 가져오기 때문이다. 자신을 정리하면 자기 자신을 좀 더 객관적으로 이해할 수 있다. 이러한 면에 있어서 이형득은 정직한 자기노출이 당면하게 될 위험이 너무 강력

할 것이라는 우려 때문에 역할놀이라는 가면을 통하여 성장, 통합, 사랑을 경험케 되는 인간관계 즉 생산적인 참 만남을 지속하지 못한다고 말한다.²³⁾ 이것을 거꾸로 표현하면 역할놀이를 벗어난 정직한 자기노출은 성장, 통합, 사랑을 경험하는 생산적인 참 만남을 지속할 수 있다는 것을 보여준다.

오늘날까지 친구교를 망라한 모든 세계 기독교회에 위대한 정신으로 남아있는 사람이 있다면 그는 어거스틴(354-430)일 것이다. 특히 수많은 사람들에게 감동을 주었던 그의 고백록은 죄의 고백이 죄와 실수 투성이인 인간이 하나님께 용서받을 수 있는 유일한 방법임을 알게 해준다.²⁴⁾ 어거스틴의 고백록을 보면 그렇게 죄의식으로 인해 괴로워하던 그가 고백 후의 자신의 인격적인 통합과 내적인 평화에 대해 말하고 있는 것을 보게 된다. 결국 어거스틴의 죄의 고백은 무거운 죄책감으로 시달렸던 그의 생을 위대한 성인의 삶으로 변화시켰다.²⁵⁾

초대 예루살렘교회의 회개 운동 같은 역사가 1907년 한국 교회 부흥운동에서 일어났다. 한국교회의 1907년 부흥운동은 회개운동에서 시작되었다. 이것은 죄의 각론적인 고백이었다. 감히 저 사람이 저런 죄를 지었을까 하고 깜짝 놀랄 정도의 죄를 그들은 솔직하게 고백했다. 이 운동은 처음에는 죄의 고백으로부터 시작했지만 나중에는 부흥운동으로 변해서 한국교회의 성장에 결정적인 기여를 했다.²⁶⁾ 공동체 안에서 죄의 고백은 그 공동체를 건강하게 만든다. 건강한 공동체는 성장할 수 있다. 어거스틴의 경우에 개인의 죄의 고백은 개인의 신앙적인 성장을 가져왔고 한국교회 초창기의 한국교회의 죄의 고백은 한국교회의 성장을 가져왔다. 이렇게 볼 때 죄의 고백은 개인이든 공동체가든 성장을 가져오게 하는 동력과 기회를 제공하는 것을 알 수 있다.

3) 감정정화

설기문은 사람들은 어떤 생각이나 감정을 마음속에 오래 간직하고 있다가 그것을 누구에게 털어놓고 나면 후련한 경험을 하게 되는데 이것은 감정정화가 일어났기 때문이라고 말한다. 남에게 쉽게

이야기하기 어려운 감정적인 내용일수록 자기노출이 갖는 감정정화의 효과는 크다.²⁷⁾

Bruce Thompson은 사람들은 과거의 상처를 억누르는데 만 정신적인 힘과 정서적인 힘의 50% 정도를 사용한다고 말한다. 이러한 에너지가 상처를 드러내고 나누었을 때 치유받은 감정은 새로운 창조적인 에너지로 활용될 수 있다고 한다.²⁸⁾ Thurneysen은 죄의 노출과 하나님의 용서가 내담자를 크게 위로한다고 말하면서 그 이유로 죄의 노출과 죄의 용서를 통해서만이 내담자가 하나님의 평화를 회복할 수 있기 때문이라고 언급하고 있다. 그는 내담자가 감춰두었던 죄를 고백하고 남이 알까봐 두려웠던 수치심이나 허물이 드러내면서 주변 사람들로 부터 격려받았을 때 경험하는 감정의 카타르시스에 놀라운 치유와 안식과 평강을 가져다준다고 한다.²⁹⁾ 폴 투르니에는 ‘고백은 강력한 치료기제’라고 말한다. 게리 콜린즈는 폴 투르니에의 경우처럼 고백은 수많은 문제의 늪에서 사람을 건져내어 자유롭게 해주고 악의 순환고리를 끊어버리는 데 큰 역할을 했다고 강조한다.³⁰⁾

AA(Alcoholic Anonymous)알코올 중독자들이 다른 중독자 앞에서 고백하지 않고 그들이 고백을 듣지 않을 때 그들은 아직 어느 곳에 소속되지 않고 고립되어 있다. 그런데 이들이 고백을 하게 되면 고백의 치료적 효과가 발생하고 죄책감에서 오는 긴장의 안도감과 도덕적 고립감으로부터의 탈출이 가능하다.³¹⁾ 이 때의 체험을 AA에서는 이렇게 설명한다. “수많은 시간 동안 저주받은 감정들이 감금에서 탈출하여 나오고 그것들이 노출되자마자 기적적으로 사라진다. 고통이 사라졌으면서 고요한 치유가 일어난다.”³²⁾

최근에 인간문제를 연구하는 학자들은 I.Q.(지능지수)의 중요성보다 E.Q.(감성지수)의 중요성을 강조한다. 그런데 E.Q.의 개발을 위해서는 무엇보다 감정정화의 경험이 많아야 한다. 그렇기 때문에 고백을 통한 감정정화는 인간들의 삶의 가치와 질을 높이는데 큰 기여를 하게 된다. 무엇인가 남에게 털어놓지 못하고 숨긴다는 것은 괴롭고 힘들고 그것은 에너지를 소모시킬 뿐만 아니라 건설적이고 생산적인 일에 소모해야 할 에너지가 그곳으로 제대로 소모

되지 못하게 방해한다. 그러나 그렇게 감추었던 비밀의 부분을 털어 내놓는다면 그 동안 가두어져 사용되지 못하던 그리고 억제된 에너지가 힘을 얻어 제대로 활용될 수 있기 때문에 새롭게 에너지를 얻는 것과 같은 효과를 경험할 수 있다.

4) 관계발전

설기문은 누군가에게 자기노출을 많이 하게 되면 우선 그 사람에 대한 친근감이 생기게 되고 서로가 자기노출을 많이 하게 되어 공감대가 확대되면 점차 서로에 대한 거리감이 줄어들고 친밀감이 커지며 따라서 기존의 관계는 보다 친밀한 관계로 발전될 수 있다고 한다.³³⁾

자기노출은 또 다른 자기노출을 가능하게 한다. 나의 노출은 상대방의 자기노출을 이끌어내며 또 상대방의 자기노출은 또 다른 나의 노출을 만들어 낸다. 폴 톨리히는 이것을 상호관계원리는 말로 명명하면서 상담에서 상담자가 진실하게 고백하면 내담자도 진실한 이야기를 하게 된다고 했다.³⁴⁾ 결과적으로 자기노출은 상호간의 의사소통을 증진시키는 효과를 발휘해서 양자의 관계를 친밀하고 더 깊은 관계로 발전시킨다. 자기노출을 많이 할수록 관계가 깊어지고 발전된다. 그리고 역으로 관계가 깊어질수록 자기노출도 많이 하게 된다. 예를 들어 이성간의 교제가 이루어질 때 점차로 많은 자기노출을 하기 때문에 시간이 지날수록 둘 사이의 관계는 발전되는 것이다. 결국 우리는 관계를 계속 유지하고 발전시키기 위한 목적을 가지고 자기노출을 한다.

Ⅲ. 상담현장(교회)에서의 고백의 실제

고백에 관한 교회지도자들인 목사와 장로들의 견해를 알기 위해서 160명으로부터 설문을 받았다. 조사방법은 부산과 대전에 있는 장로교단의 목사 93명, 장로 67명으로부터 설문조사를 했다(부록 참조).³⁵⁾

총문항은 35문항이었다. 여기에 처음 1-5문항(5문항)은 ‘일반적인 질문’으로 목사, 장로들이 모두 답하는 문항이었다. 6-15문항(10문항)까지는 ‘고백에 관한 개인적인 경험’에 관한 질문이었고 16-20문항(5문항)은 ‘교회 안에서 고백의 문제’에 관한 질문으로 목사와 장로들이 모두 답하는 문항이었다. 21-25문항(5문항)은 목사들에게만 해당되는 문항으로 ‘목회자의 입장에서 본 고백의 문제’에 관한 질문이었다. 26-30문항은 장로들에게만 해당되는 문항으로 ‘장로의 입장에서 본 고백의 문제’에 관한 질문이었다. 31-35문항은 ‘천주교의 고해성사’에 관한 질문으로서 목사와 장로들이 모두 답하는 문항이었다.

1. 일반적인 질문(5문항, 대상: 목사, 장로)

- ① 조사대상으로 목사(93)+ 장로(67)=160명이 응답했다.
 - ② 이들이 속한 연령층은 30대(14), 40대(38), 50대(46), 60대 이상(62)명으로 30, 40대의 중년층 52명보다는 50대, 60대의 장, 노년층 108명으로 장년층, 노년층이 중년층보다 많았다.
 - ③ 조사된 목사와 장로들의 임직기간은 0-5년(38), 5-10년(33), 10-20년(42), 20년 이상(47) 등으로 고른 분포를 보였다.
 - ④ 응답자들이 성장한 교회의 영적인 분위기는 극단적인 보수(3), 보수(104), 중도(45), 진보(8)으로 보수와 중도라고 밝힌 응답자들이 가장 많았다.
 - ⑤ 현재 응답자들이 섬기는 교회의 분위기에 대해서는 매우 수용적(30), 수용적(86), 수용적이며 비판적(41), 비판적(3)으로 대체적으로 수용적이었다.
- 응답자들은 대체적으로 장년층과 노년층이 많은 편이다. 이것은 한국교회에서 지도자들의 연령층은 장년층과 노년층이 많다는 것을 보여준다. 이 현상은 한국교회의 보수화의 경향을 보여주며 이들은 주로 모더니즘 시대로 감성보다는 이성 지향적이며 유교적인 영향력 아래에서 자기노출에는 소극적일 수 있다는 가능성을 미리 암시해준다. 그러나 자신들의 교회의 분위기를 수용적이라고 말하

므로 상담사역의 가능성을 보여준다.

2. 고백에 관한 개인적인 경험(10문항, 대상: 목사, 장로)

고백에 관한 개인적인 경험을 묻는 10개의 문항을 분석해 보면 다음과 같은 사실을 알 수 있다. ① 교회의 지도자들인 목사나 장로들은 고백의 의미를 잘 인지하고 있다. ② 응답자들은 타인 앞에서 죄나 허물을 고백하는 것을 싫어하는 편이다. ③ 응답자들은 72:42의 비율로 죄나 허물을 다른 사람에게 고백한 경험들을 가지고 있다. ④ 고백 후에 감정적인 정화를 경험하는 사람들이 2배 이상으로 많았다. ⑤ 응답자들은 고백한 후에 고백한 상대방으로부터 대체적으로 좋은 반응을 받았다. ⑥ 치유그룹에 참여한 경험의 유무는 비슷했지만 목사들의 참여 경험이 많았다. ⑦ 응답자들인 목사나 장로들은 대체적으로 고백을 통한 치료의 효과를 신뢰한다. ⑧ 응답자들은 다른 사람들에게도 고백의 치유의 효과가 일어나도록 권하고 싶어한다. ⑨ 교회의 지도자들은 성적인 죄에 대한 고백을 가장 꺼리고 있다. ⑩ 응답자들은 대체적으로 고백이 힘들다고 했다.

상담현장인 교회에서 지도자로 섬기는 목사나 장로들은 대체적으로 고백의 의미를 알고 있고 치료의 효과도 믿고 있다. 그러나 고백을 구체적으로 실천하는 것을 힘들어한다. 이들은 가장 고백하기 힘든 죄로는 성적인 범죄를 꼽았다.

3. 교회 안에서의 고백의 문제(5문항, 대상: 목사, 장로)

교회 안에서의 고백의 문제 5개 문항을 분석하면 다음과 같다. ① 응답자들은 교회 안에서 고백을 하는 일에 대체적으로 반대한다. ② 응답자들은 교인들이 타인 앞에서 죄를 고백한 후 결과가 좋지 않았다고 믿고 있다. ③ 고백에 관한 성경적인 근거로 활용되는 야고보서 5:16절의 말씀의 의미를 잘 이해한다. ④ 응답자들의 반 정도는 죄의 고백을 하나님이나 아닌 대상에게 하는 것에 부정적이다. ⑤ 응답자의 대부분은 한경직 목사의 죄의 고백에 대해서는 긍정적으로 답을 했다.³⁶⁾

응답자들은 교회 안에서의 죄의 고백에 대해서는 부정적이다. 이들은 개인적으로 죄의 고백과 이로 인한 치유의 결과에 대해서는 긍정적으로 보았지만(2. 고백에 관한 개인적인 경험의 결과 분석 참조) 교회 안에 적용하는 것은 반대하는 경향이 강하다. 따라서 목회자가 고백을 통한 상담사역을 교회 안에서 하려면 신중한 자세가 필요하다.

4. 목회자의 입장에서 접근한 죄의 고백(5문항, 대상: 목사)

목회자의 입장에서 본 고백의 문제를 분석하면 다음과 같다. ① 대체적으로 목회자들은 교인들의 죄의 고백을 환영하는 것으로 볼 수 있다. ② 대체적으로 목회자들은 고백한 성도들의 신앙과 삶에 있어서 성장이 있었다고 믿는다. ③ 고백의 결과로 교회를 떠난 교인들이 상당수가 있는 것으로 분석된다. ④ 목회자들은 교회 안에 죄와 허물을 나누는 치유그룹의 형성을 38:20으로 지지한다. ⑤ 대부분의 목회자들이 교회 밖의 치유모임에 교인들이 참여하는 것을 바라고 있다.

목사들은 교인들이 상담시간에 깊은 비밀을 이야기하는 것을 환영하고 이 사역을 통해서 성도들의 삶과 신앙의 향상을 기대하지만 고백한 후에 교인들이 떠나가는 아픔을 겪기도 한다. 목사들은 교회 안에 고백을 통한 치유모임을 원하지만 보다 적극적으로 원하는 것은 교인들이 교회 밖의 치유모임에 참여하는 것이다.

5. 장로의 입장에서 본 죄의 고백(5문항, 대상: 장로)

장로의 입장에서 본 고백의 문제에 대한 분석은 다음과 같다. ① 공식집회 석상에서 목회자의 죄의 고백을 장로들은 좋아하지 않는 편이다. ② 장로들은 교회 안에서의 죄의 고백이 교회를 위해서 바람직하지 않다고 생각한다. ③ 대표기도시에 죄에 대한 각론적인 고백이 필요하다는 의견이 31:7로 우세했다. ④ 교회 안에 치유모임의 필요성에 대해서 장로들의 의견은 찬성과 반대가 거의 반반씩이다. 동일한 질문에 대한 목사들의 의견은 38:20으로 찬성이 우세했다. ⑤ 교회 밖의 치유모임에 참여를 권유하는 일에 있어서

는 28:12로 긍정적인 반응을 보였다. 동일한 질문에 대한 목사들의 답변은 긍정대 부정의 비율은 56:18로 3배 이상으로 긍정이 우세했다. 목사들이 장로들보다 교인들의 교회 밖의 치유모임에 더 적극적이다.

기독교상담의 현장인 교회에서 일반적으로 장로들의 의견은 중요하다. 교단이나 교파에 따라 차이는 있지만 장로교회의 경우에는 장로들이 교회의 정책결정에 있어서 중요한 역할을 하기 때문에 장로들이 반대하면 어떤 일을 할 수가 없다. 위의 분석에 의하면 목사들은 비록 본인의 신앙양심상 고백하고 싶은 죄나 허물이 있지만 공식모임에서 고백하는 일에는 자제할 필요가 있다. 그러나 교인들의 교회 밖의 치유모임 참여는 권해 불만하다.

6. 천주교의 고해성사에 관하여(5문항, 대상: 목사, 장로)

천주교의 고해성사에 관한 질문에 관한 답변의 분석은 다음과 같다. ① 대부분의 목사들이나 장로들은 고해성사에 대해서 잘 알고 있었다. ② 고해성사가 교인들을 위해서 바람직하지 않다는 견해가 2배 이상으로 많았다. 이 통계를 목사와 장로로 나누어 보면 목사는 긍정 대 부정이 23:38이었고 장로는 9:39로서 장로들은 목사들에 비해서 고해성사에 대해서 부정적인 견해가 훨씬 더 많았다. ③ 응답자들은 고해성사를 해서 천주교인들이 정신적으로 건강하다는 것에 동의하지 않는 사람이 동의한 사람보다 2배 이상으로 많았다. 그런데 이것은 목사와 장로와 구분해서 나눠보면 목사들은 긍정 대 부정이 20:31이었고 장로들은 긍정 대 부정이 10:33으로서 목사들이 장로들에 비해서 고해성사의 치료의 효과를 더 신뢰하는 편이다. ④ 응답자들은 교회 안이나 노회별로 죄를 고백하기 위한 상담목사를 두는 일에 전체적으로 반대가 많았다. 그런데 이것을 목사와 장로들로 나누어 분석하면 목사들은 긍정 대 부정이 28:27로 비슷했고 장로들은 긍정 대 부정이 12:34로 부정적인 견해가 3 배정도 많았다. ⑤ 응답자들은 고해성사를 성경적으로 부정적으로 보는 견해가 3배 이상으로 많았다.

일반적으로 교회지도자들은 고해성사에 대해서 알고 있지만 치유효과 면에서나 성경적인 타당성 면에서 부정적인 견해를 갖고

있고 이러한 유사한 제도를 개신교에서 실시하는 것에도 부정적이다. 그런데 이것을 목사와 장로로 나누어보면 장로들의 견해가 더 부정적이다.

IV. 고백(자기노출)의 과제

본 연구자가 상담현장에서 고백훈련에 관하여 연구한 것을 토대로 고백훈련의 극복해야할 과제로 다음과 같이 6가지로 정리하려고 한다.

1. 고백은 하나님께 하면 되지 사람에게 할 필요는 없다.

이 주장에는 크게 두 가지 이유가 있다. 하나는 신학적인 입장이다. 인간의 죄의 문제에 관한 고백은 하나님께 하면 되지 사람에게 할 필요가 없다는 성경적인 근거에서 나온다. 딤후 2:5절의 말씀에 근거해서 하나님과 사람 사이에 중보는 오직 예수 그리스도 한 분인데 굳이 왜 사람에게 죄를 고백할 필요가 있는가 하는 문제이다. 이런 경우는 천주교회의 고해성사도 부정적으로 본다. 신부도 하나님이 아니라 사람에게 하나님이 아닌 사람인 신부에게 죄를 고백할 필요가 없다는 것이다. 여기에 대해서 반론은 천주교회는 신부를 예수 그리스도의 대리인으로 인정한다. Richard Foster는 고백을 듣는 사람을 작은 예수로 인정한다는 것이다. 예수님의 마음을 가진, 예수님의 사랑을 가진 중보자로 고백을 듣는 사람을 인정하는 것이다.³⁷⁾

개인상담에서 고백을 듣게 되는 목회자들이나 치유그룹에서 고백을 듣는 공동체의 구성원들을 단순히 인간으로 보지 말고 예수님의 마음을 가진 성령의 인도하심을 받는 지체로서, 예수님의 제자됨을 살아가는 작은 예수로서 믿으면서 자신의 들어내기 어려운 문제들을 나누면서 치유와 회복을 경험하는 것이 바람직하다.³⁸⁾

사람 앞에 죄를 고백할 필요가 없다고 주장을 하는 사람은 하나님을 경외하기보다는 사람을 두려워하는 경우가 많다. 이런 경우는 하나님이 자신의 수치심과 허물을 아는 것에는 별로 염려가 없고

사람들이 그것을 알까봐 전전긍긍하는 경우이다. 사람을 두려워하면 고백은 어렵다. 그런데 사람을 두려워하지 않고 하나님만을 두려워하면 고백은 의외로 쉽다.

2. 고백은 여성들의 몫이다.

폴 투르니에는 현 시대를 진단하면서 사람들이 두려워하는 것은 감정 자체라기보다는 오히려 감정을 표출하는 것, 즉 감정의 열기 속에 우리 자신을 노출시키는 것이라고 말한다. 그는 우리 사회는 감정의 표현이 억제되고 있다고 말하면서 이런 면에서는 여성보다는 남성이 더 심하다고 한다. 폴 투르니에는 이미 그의 책인 『죄책감과 은혜』에 있어서 자기 고백적인 노출이 죄책감의 치료에 있어서 중요하다고 논증하고 있다. 그러면서 폴 투르니에는 남성들은 감정 표현이 매우 어렵기 때문에 타인과 관계를 잘 맺지 못하고 당황하거나 제대로 반응을 하지 못하며 감정 표현을 잘하는 여성들의 민감성을 비웃어 넘기거나 연약함의 표지로 평가 절하시키고 있다고 한다.³⁹⁾ 폴 투르니에가 지적한 것처럼 감정도출을 하는 사람을 열등한 대상으로 취급하는 문화가 존재하는 것은 사실이다. 그래서 꼭 자기노출을 해서 정서적인 순화나 죄책감의 치유함을 경험하고 온전한 인격을 회복할 필요성이 있는 사람들도 노출하지 않는 것이 옳다는 문화적인 편견에 의해서 희생당하고 있는 것이 사실이다. 따라서 이러한 잘못된 문화적인 편견을 극복하는 것이 시급하다. 남성들도 고백하면서 눈물을 흘릴 수 있어야 한다. 이것은 건강한 인격을 만든다. 수치심과 허물은 감추면 울무가 되지만 드러내어 그것을 개선하면 인격성장에 도움이 된다.

3. 고백하는 내용은 항상 크고 심각한 문제여야 한다.

이러한 생각은 사회의 잘못된 편견의 결과이다. 무조건 크고 많은 것이 좋다는 잘못된 견해이다. 인간관계나 인격의 성장은 크고 작은 문제가 따로 없다. 대부분의 인간관계의 갈등을 야기하는 문제는 대부분 큰 문제가 아니다. 작은 문제들이 해결되지 못하면 큰 문제가 된다. 부부 사이의 갈등의 문제도 처음에 사소한 것을 서로

용서하고 용서하지 못해서 문제가 크게 되는 경우도 많다. 고백도 마찬가지이다. 크고 심각한 문제는 고백하기도 어렵고 고백을 실천하는데 큰 결단이 필요하다. 물론 큰 문제를 들어내어 얻는 치유와 감정정화는 그 정도가 큰 것은 사실이다. 그러나 인간관계를 풍성하게 하고 인격을 성장시키는 일들은 작은 부분에서 시작한다. 한국 속담에 말 한마디가 천냥 빛을 갚는다는 이야기가 있다. 따라서 고백은 작고 사소한 문제를 나누는 것부터 시작하면 된다. 이것은 하기도 쉽고 위험부담도 적지만 효과는 크다. 연구자가 그 동안 내 적치유세미나를 인도하면서 모임에 참석했던 사람들 중에서 고백할 때는 크고 심각한 문제, 심지어는 함께 나누기에 적절하지 않는 불륜한 성적 경험을 나누려고 노력하는 경우도 보았다. 이런 경우는 고백의 결과는 좋은 것은 아니었다. 오히려 작은 문제를 나누는 것이 바람직할 때가 많다.

4. 고백을 한 후에 비밀이 지켜지지 않아 손해를 볼 것이다.

천주교회의 고해성사 역사를 보면 신도가 고해한 비밀을 지키기 위하여 사제가 순교를 당하는 경우도 있었다. 박도식은 자신의 저서인 『천주교회와 고해성사』에서 고해성사의 비밀을 지키다가 순교한 St. Joannes de Nepomuk, M.의 이야기를 소개하고 있다. 보헤미아에서 사제로 활동했던 성 요한 사제는 그 당시 왕비의 고해성사를 듣게 되었고 이 고해의 비밀을 알고 싶어하는 국왕 웬체슬라우 1세의 요청을 거절해서 결국 순교를 당했다. 나중에 성 요한 사제가 성인으로 선언되어 시성 조사가 진행될 때 관 뚜껑을 열어보니 시체는 썩었지만 혀만은 생시나 다름없이 보존되어서 사람들을 놀라게 했다고 한다. 이는 그가 생명을 바쳐서 혀의 비밀을 지켰다는 증표라고 한다.⁴⁰⁾

상담사역이나 공동체 안에서 고백을 할 때 고백을 듣는 대부분의 사람들은 비밀을 지켜준다. 물론 그들도 인간인지라 경우에 비밀을 지켜주지 않을 수도 있다. 그런데 여기에서 분명히 고려해야 할 사항은 자기노출을 하는 사람이 생각하는 내용은 많은 경우에 자신이 생각하는 것처럼 그렇게 비밀을 지킬만한 것이 아니라는

것이다. 막상 드러내놓고 보면 왜 이런 문제를 다른 사람이 알까봐 걱정하고 오랫동안 감추어 두었을까 하는 회의감이 들 때도 있다. 또 한 가지는 겸손의 문제이다. 하나님이 이미 알고 있는 나의 문제를 사람들에게 드러낼 때 나의 진면목이 다른 사람에게 드러나는 것을 그렇게 두려워할 필요가 없다는 것이다. 오히려 드러냄을 통해서 사람들을 두려워하는 것을 그만 두었을 때 훨씬 건강한 인격으로 자라갈 수가 있다.⁴¹⁾

솔직한 고백의 결과 상대방에게 이용당하거나 도덕적으로 비판당하거나 배척 당할 가능성도 많다. 그럼에도 불구하고 고백을 실천하는 모험이 필요하다. 왜냐하면 고백은 상대방으로 나를 이해하게 하고 나에게 가까이 오게 하는 유일한 방법이며 너와 내가 사랑과 신뢰와 친밀한 관계를 발전시킬 수 있는 유일한 방법이다.

5. 고백은 임상적으로 활용할 가치가 별로 없다.

이 말은 고백훈련을 받고 고백을 실천하지만 별로 심리치료나 상담의 효과 면에서 가치가 별로 없다는 것이다. 그러나 이것은 경험해보지 않고 선부른 판단일 수가 있다. 고백이 임상적인 치료와 문제 해결에 가치가 있다는 것을 예를 들어 설명하고자 한다.

한 사례는 왕따 문제에 대한 고백을 통한 문제해결이다. 서울대 심리학과 곽금주 교수는 “왕따의 특정상 처음 당할 때 적절한 상담 등 대책을 마련하지 않으면 가해는 지속적으로 이뤄지고 강도도 더해진다”며 “피해 학생이나 학부모는 쉬쉬하지 말며 피해상황을 처음부터 적극적으로 알려야 한다”고 충고했다. 곽금주는 이어 “영국의 경우 최근 ‘침묵하지 않기 캠페인’(No Silence Campaign)을 대대적으로 전개하면서 학교폭력이 감소추세를 보이고 있다”고 말했다.⁴²⁾ 곽금주 교수의 주장은 왕따를 당하면 쉬쉬하지 않고 알리면 그 문제가 해결될 수 있다는 것이다. 곽교수의 이러한 주장은 많은 사람들로부터 지지를 얻고 있다. 문제를 드러내면 대부분의 많은 문제는 해결된다.

고백을 통한 임상적인 치료 및 문제해결이 일어날 수 있는 사례로 왕따 문제를 예로 들어보았다. 이러한 사례는 우리 주변에 늘

일어난다. 문제를 드러내면 쉽게 해결할 수 있는데 많은 경우 쉬쉬하다가 해결의 기회를 놓쳐버리는 경우가 너무도 많다. 지금까지 상담현장에서 고백을 통한 상담의 효과를 보기 위해서 극복해야 할 과제를 6가지로 정리해보았다. 적용이 쉽지는 않지만 현장에서 실천되면 유익한 결과를 얻을 수 있다.

V. 닫는 말

본 연구는 교회라는 상담현장에서 사용되어온 고백(자기노출)에 관한 학자들의 견해와 실제적인 상담가들의 견해를 연구하고 분석했다. 그러면서 실제로 상담현장인 개교회에서 사역하는 목사와 장로들의 고백에 관한 다양한 견해들을 설문을 통해서 조사 분석했다. 이것의 결과는 여러 가지 측면을 보여주지만 이 분석의 결과를 가지고 쉽게 이것은 옳고 저것은 잘못되었다고 말할 수 없다. 어떤 목회자의 경우는 교회의 성도가 비밀스러운 것을 고백해서 고백한 성도는 감정상의 정확도 경험하고 신앙성장도 경험했고 삶의 활력 소도 찾았다. 그러나 또 다른 목회자는 비밀스러운 사실을 고백한 교인이 그 교회를 떠나는 아픈 경험도 가지고 있다. 이러한 때 산술적으로 고백을 통한 긍정적인 효과가 부정적인 효과보다 많기 때문에 목회자에게 교인들이 비밀스러운 것을 고백해야 한다고 쉽게 결론을 내릴 수가 없는 것이다. 이 면에서 바울 사도는 우상에 바쳐진 고기를 먹는 문제로 고린도교회가 시끄러웠을 때 바울 사도 본인은 우상에 바쳐진 고기를 문제삼지 않고 먹을 수 있는 믿음이 있지만 혹시 자신의 그러한 행동으로 인하여 양심의 손상을 입어 실족하는 사람이 있을까 모르니까 자신은 결코 고기를 먹지 않겠다고 단호하게 선언하면서 한 영혼의 귀중함을 강조했다.⁴³⁾ 따라서 고백의 치유적인 효과가 클지라도 적용에는 신중함이 있어야 한다. 이런 면에서는 약 좋다고 함부로 남용하지는 말라는 교훈을 새겨볼 만하다. 그렇기 때문에 상담현장에서 고백의 활용은 지식이 아닌 지혜가 필요하다고 할 수 있다.

고백을 교회 안에 적용하는 문제에는 현실적인 장애물도 있다는 것을 인정해야 한다. 그것은 교회지도자들이 고백을 통해서 교회에서 치유와 회복을 일으키고 싶지만 교회에서 영향력을 행사하는 다른 지도자들이 반대하면 이것은 현실적으로 불가능할 수도 있다. 그러나 본 연구의 조사분석에서 드러난 것처럼 고백을 통한 치유와 회복이 필요한 교인들을 신뢰할 만한 교회 밖의 치유그룹에 참여하도록 권하므로 긍정적인 결과를 얻을 수 있다. 본 연구의 조사분석은 대부분의 목사나 장로들은 치유가 필요한 교인들의 교회밖에서의 치유그룹에 참여는 권장했다. 또한 이러한 교회 밖의 치유그룹에의 참여는 정해진 회기만을 참석하고 부끄러운 것을 고백하고서 치유와 회복을 얻은 다음에는 부담스러운 만남을 계속할 필요가 없기 때문에 교회를 떠날 필요도 없다. 물론 이 때도 그러한 치유그룹이 검증된 치유그룹이 되어야 한다. 왜냐하면 검증되지 않은 치유그룹에 참석해서 부작용을 일으키는 경우가 종종 발생하기 때문에 교회지도자들은 교인들은 건전한 치유그룹에 대한 확실한 정보를 가지고 있어야 한다. 이러한 면에서 복음주의 기독교상담학회에서 건강한 모델이 될만한 고백을 활용하는 치유그룹을 만들고 이 치유그룹을 통해서 치유와 회복을 일으키고 그룹 인도자를 훈련시키는 것도 바람직한 것으로 사료된다.

그러나 본 연구자가 결론적으로 제안한다면 한국교회는 고백공동체가 되어야 하고 기독교상담자들은 이러한 면에서 기여할 수 있다. 이미 본 연구의 본문에서 지적했던 것처럼 사도행전 2장의 각론적인 죄의 고백이 예루살렘교회의 부흥을 가져왔고 1907년 한국교회의 대부흥이 평양 장대현교회에서 발생한 죄의 각론적인 고백을 통해서 이루어졌고 어거스틴의 죄의 고백이 그의 신앙성장에 기여했고 한경직 목사의 죄의 고백이 한국교회지도자들에게 감화를 주었던 것처럼 한국교회의 죄의 고백은 한국교회를 건강하게 만들 수 있다. 이렇게 될 때만이 한국교회가 이 사회에서 빛과 소금의 역할을 감당하고 병들고 혼탁하고 음란하고 무질서해지는 한국사회를 변화시키는데 중요한 역할을 감당할 수 있다.

이러한 면에서 고백을 통한 상담치유사역은 한국교회의 영적성

장과 부흥을 위해서 요긴한 기초들이 될 수 있다. 고백을 활용한 상담사역을 통해서 교회 안에서 또한 교회 밖에서 죄와 허물에 대한 정직하고 진실한 고백을 할 수 있고 해야만 하는 환경이 조성된다면 한국교회는 건강하게 변할 수 있다. 많은 교회지도자들이 죄나 허물을 숨기면서 정직하고 경건한 채 하는 모습에 한국사회는 식상해 있다. 진실한 고백만이 진실한 인격과 참된 경건을 만들 수 있고 이것은 영향력을 줄 수 있다. 그러므로 기독교상담자들을 중심으로 고백을 통한 순례의 행진을 용기를 가지고 끊임없이 계속해야 한다.

* 후주

- 1) John Patton, *Care in Context: An Introduction to Pastoral Care* (Louisville: Westminster/ John Knox Press, 1993). 34.
- 2) 반신환, 「사모상담과 기독교상담」, (대전: 한남대학교출판사, 2003), 8-15.
- 3) 김정선, “목회상담의 임상적측과 목회적 측,” 「일반상담과 목회상담」 (서울: 예영, 2003), 411-427.
- 4) 반신환, 8-15.
- 5) 이응백, 「국어대사전」 (서울: 교육도서, 1992).
- 6) 김교현, “자기노출과 분노 억제경향에 따른 생리, 정서 및 자기이해효과” (박사학위논문: 성균관대학교대학원, 1994), 34.
- 7) 김교현, “속마음 털어놓기와 노년기 건강,” 「2002년도 한국심리학회 연차 학술발표대회 심포지엄 자료집」.
- 8) J. W. Pennebaker, C. Hughes, & R. C. O' Heeron, "The Psychophysiology of Confession: Linking inhibitory and Psychosomatic Processes," *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1987): 781-793.
- 9) 설기문, 「인간관계와 정신건강」 (서울: 학지사, 1997), 96-98.
- 10) 편집위원회편, 「기독교대백과사전」 (서울: 교문사, 1980).

- 11) Bruce Thompson, *Walls of My Heart* (Crown Ministries International, 1898), 233.
- 12) Thompson, 166-169.
- 13) 이형득, 「인간관계훈련의 실제」(서울: 중앙적성출판사, 1982), 20-23.
- 14) Gary R. Collins, 정동섭 역, 「폴 투르니에의 기독교심리학」(서울: IVP, 1988), 196-200.
- 15) 김교헌, “속마음 털어놓기와 노년기 건강”(2002).
- 16) 설기문, 101-102.
- 17) Henri J. M. Nouwen, *Reaching Out*, 이상미 역, 「영적인 발돋움」(서울: 두란노, 1998), 110.
- 18) 김병오, 「중독을 치유하는 영성」(서울: 이레서원, 2002), 137-138.
- 19) 김영근, 「가족치유, 마음치유」(서울: 에스라, 2001), 211-213.
- 20) Collins, 130-131.
- 21) 김정준, 「시편명상」(서울: 한국신학연구소, 1994). 34.
- 22) 설기문, 102.
- 23) 이형득, 21.
- 24) Warren Thomas Smith, 박희석 역, 「어거스틴의 생애와 사랑」(서울: 아가페출판사, 1994). 31.
- 25) S. Aurelii Augustini, 최민순 역, 「고백록」(서울: 성바오로출판사, 1965), 235-245.
- 26) 민경배, 「한국교회사」(서울: 대한기독교출판사, 1982), 249-263.
- 27) 설기문, 98.
- 28) Thompson, 225.
- 29) E. A. Thurneysen, *Theology of Pastoral Care*, 박근원 역, 「목회신학원론」(서울: 성서교재간행사, 1979), 248-258.
- 30) Collins, 130.
- 31) 김병오, 109.
- 32) Ernest Kurtz, "Twelve Step Programs," in *Spirituality and*

the Secular Quest(ed. Peter H. Vanness; New York: Crossroad, 1996), 278.

33) 설기문, 100.

34) Howard J. Clinebell, *Basic Types of Pastoral Counseling*, 박근원 역, 「현대목회상담」(서울: 대한기독교출판사, 1984), 252.

35) 조사대상이 된 목사와 장로들은 대한예수교 장로회(통합) 소속이다. 조사방법은 노회에 참석한 목사와 장로들을 대상으로 했다.

36) 환경직목사는 한국교회에서 가장 존경받았던 교회지도자로 알려져 있지만 한목사의 신사참배문제는 중요한 이슈였다. 그런데 조사된 목사와 장로들은 환경직목사가 소속되었던 대한예수교 장로회(통합) 소속이기 때문에 긍정적으로 응답할 수 있는 가능성이 많다.

37) Richard J. Forster, *Celebration of Discipline*, 「영적성장을 위한 제자훈련」(서울: 보이스사, 1982). 259-284.

38) 김영근, 207-216.

39) Paul Turnier, *The Gift of Feeling*, 황병룡 역, 「여성, 그대의 사명은」(서울: IVP, 1991), 51-61.

40) 박도식, 「천주교회와 고해성사」(서울: 카톨릭출판사, 2002), 71-74.

41) Thompson, 187-188.

42) 세계일보, 2월 27일.

43) 대한성서공회, “고린도전서 8:7-13” 「성경전서(개역)」(서울: 대한성서공회, 1972).

Confession(Self-Disclosure) in the Field of Christian Counseling

This thesis studied that the role and effect of confession(self-disclosure) in the parish setting, an important Christian counseling site.

Historically Christian counseling has been developed according to three stages of classical paradigm, clinical pastoral paradigm and communal contextual paradigm. And its counseling site has been changed in many different ways. A Christian counselor should be alert in the change of each counseling site, and be justified to the change. If some Christian counselors neglect the change of counseling situation and site, they will be a failure in their counseling job.

Confession is the telling of our sins to an authorized priest or to healing group members for the purpose of forgiveness and mental restoration. And confession is well known as one of effective counseling skills to be helpful in each counseling site. So Christian counselors can utilize confession in his/her serving counseling site.

In Chapter II, the characteristics of Christian counseling site, and the healing and restoring effectiveness of confession in the site were presented. In Chapter III, the statistics of opinions of church pastors and elders on the facilitating of confession as a counseling skill were covered. In Chapter IV, the researcher suggested six agendas to

overcome for the effective use of confession in the Christian counseling site.

The result of research showed the different opinions of church pastors and elders on the helpfulness of confession as a counseling skill. But most of church leaders recommend Christians to participate in a helpful healing group through confession made out of church, not inside of it.

In conclusion, there are present obstacles in the facilitating of confession in the counseling area of church setting. So we need much wisdom to use confession as an effective counseling skill.

*** Key Words**

Confession, Self-disclosure, Christian Counseling Sites, Healing, Guilty feeling

K C I