

노년기 영성회복을 위한 성경적 모델: 모세와 갈렙을 중심으로

김미경*

국문초록

노년기는 인생의 마지막 발달단계로 중요한 의미를 갖는다. 노년기는 진행되는 노화과정으로 인한 신체적 결손과 불안, 상실감, 우울 등의 다양한 정신적 문제가 대두되어 어느 시기보다 더욱 영적 요구를 갖게 된다. 따라서 노년기에 있어서 영성의 영향은 다른 연령대에 비해 높다고 볼 수 있다. 영성은 우울을 완화시켜 생의 충만감을 가져오며 삶을 통합하는 자아통합감과 밀접하다. 따라서 노년기의 영성은 삶의 목적과 의미, 통합감을 제공함으로써 전체적인 안녕감 파괴의 위기에서 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 이처럼 인생주기 가운데 특히 노년기의 종교적인 영성은 개인의 삶에서 차지하는 비중과 의미가 증가한다고 볼 수 있다. 노년기의 기독교적인 영성은 하나님과의 관계성을 정립함으로써 하나님이 삶의 중심으로, 전인적으로 건강하고 충만하게 현재의 삶의 현장에서 안녕의 상태를 회복함으로써 통전적 자아통합을 이루게 한다. 그러한 실례들을 성경에 나타나는 노년기의 인물들의 삶에서 구체적으로 찾아볼 수 있다. 이들은 현재의 자기를 수용함으로써 하나님에 대한 신뢰를 통해 긍정적인 미래에 대한 희망을 포기하지 않고 삶의 의미와 고통, 죽음 등의 궁극적인 문제들과 씨름하며 그 해답을 추구하는 것을 섬세하게 보여주고 있다. 오늘날 한국사회는 고령화가 급속도로 진행되고 있으므로 노인들의 정신건강 및 영성에 대한 기독교상담적인 심도 있는 논의가 그 어느 때보다도 절실하다.

중심단어 : 노인, 우울, 자아통합, 영성, 기독교상담

• 논문 투고일: 2012년 10월 12일

• 논문 수정일: 2012년 10월 30일

• 게재 확정일: 2012년 11월 6일

*한영신학대학교

www.kci.go.kr

I. 여는 글

젊음이라는 찬란한 시기의 반대편에는 고독과 상실로 채색된 노인¹⁾들의 삶이 있다. 젊음과 능력의 벽을 경험하는 노년기는²⁾ 인생의 마지막 발달단계로 중요한 의미를 갖는다. 노년기는 인생 주기가운데 다른 어느 시기 못지않게 긴 기간으로 신체적, 심리적, 사회적 특성 및 영적인 측면에서 역동적인 변화를 보이는 시기이다. 노화로 인한 신체적 기능 저하, 질병 등의 신체감을 지각하면서 점차로 다가오는 생의 종말에 강한 영향을 받는다.

인생은 크고 작은 위기의 연속이다. 특히 노년기는 발달과제의 특성상 자아통합감을 이루어야 할 중요한 시기이지만, 신체적 기능의 저하, 역할 상실로 인한 무력감, 배우자의 죽음, 동년배 친구의 상실 등의 다양한 원인들이 작용하여 신체와 심리, 영성에 영향을 미치게 된다. 특히 노년기는 생애 주기의 특성상 우울증과 관계가 높은데, 노인에게 우울은 보편적인 정신장애로 인생 후기의 삶의 만족을 감소시켜 삶의 기대를 저하시킬 수도 있다.³⁾ 노년기는 다른 연령층에 비해 질병과 위기에 노출되기 쉬운 생애 주기이므로 더 많은 영적 요구가 따르게 되므로⁴⁾ 무엇보다도 이들에게 영적 지지를 통한 안녕감이 중요하다. 노년기의 영성은 노인의 안녕상태에

1) 노인(older adult)이란 용어는 후기 성인(later adult), 노령자(aged person), 장로(elder), 연장자(elder person), 원로(senior citizen)등 다양하게 표현된다. 노인은 일반적으로 연령에 따라 구분한다. 관습적으로 한국의 노인 연령은 60세부터였으나 1981년 6월 5일에 제정 공포된 노인 복지법에 따르면 만 65세 이상을 노인으로 규정하고 있다.

2) 우리나라의 노인인구는 급격히 증가하고 있다. 2000년에 7.2%로 고령사회에 진입한 이후 지속적으로 증가추세를 보여 2018년에는 14.2%로 고령사회, 2026년에는 20.8%로 인구 5명당 1명이 노인인구로 초고령 사회에 접어들 것으로 예상하고 있다. 통계청, 2010년 장래인구추계.

3) 김도환, “노인이 지각한 가족지지, 자아존중감 및 우울과의 관계연구”, 한국노인복지학회, 「노인복지연구」 제13권(2001): 122.

4) 김정남, “농촌노인의 영적 안녕과 희망, 지각된 건강상태에 관한 연구”, 한국보건간호학회, 「한국보건간호학회지」 제18권 2호(2004): 343.

긍정적으로 작용하며, 죽음을 삶의 연장으로 받아들일 수 있도록 하며, 인생을 돌아보고 정리하며, 상실을 수용하게 한다. 뿐만 아니라 영성은 자신 및 타인에게 적절한 생활방법을 익히게 하고 은퇴나, 사회 혹은 가정에서의 역할 변화에 따른 소외나 고독⁵⁾을 극복하게 함으로써 마침내 죽음에 대한 공포를 초월하게 하는 긍정적인 메커니즘으로 작용한다.⁶⁾ 이와 같이 영성은 사랑과 관심에 대한 요구, 용서받고 싶은 요구, 믿음과 신뢰에 대한 요구, 삶의 의미와 목적에 대한 요구 등이 충족되어진 상태를 말한다.⁷⁾ 노년기는 신체적 노화와 쇠퇴의 시기이므로 영성을 위한 지지와 개입은 노인의 건강을 위해 중요한 요건이라 할 수 있다. 노인의 영성은 신체적 건강과 정적상관관계가 있으며, 우울이나 불안과 같은 정신적 건강 요소와는 부적 상관관계가 있다.⁸⁾

오늘날 한국사회는 고령화가 급속도로 진행되고 있으므로 이들의 정신 건강 및 영성에 대한 기독교 상담적인 심도 있는 논의가 그 어느 때보다도 절실하다. 대부분의 경우 노인들은 노화에 따른 신체적·정신적 기능 감퇴로 인해 정신적 불안정, 우울증, 허탈감을 경험하게 된다. 그러므로 이러한 신체적·심리적·사회적 특성이 심각하게 노인의 삶의 만족에 부정적으로 영향을 미칠 수 있으므로 심리적 문제를 해결하고 삶의 만족을 높여 줄 수 있는 요소들에 대한 연구가 필요하다. 상담 및 인접 학문 분야에서는 노인

5) 가족구조의 빠른 변화는 노인의 외로움을 가중시키고 있다. 통계청(2010)에 따르면 우리나라 독거노인 가구는 2000년에 55만 가구이던 것이 2010년에는 102만 1천 가구로 대폭 증가한 것으로 나타났다. 이렇게 독거노인의 수가 증가하면서 최근 들어 노인들의 자살과 고독사가 증가하여 우리사회의 노년기 삶의 질에 위험요인으로 작용하고 있다.

6) 최금주·제석봉, “노인의 영성이 자아통합감에 미치는 영향”, 한국노인복지학회, 「노인복지연구」 제38권(2007): 112.

7) 윤현숙·이은경 외, “노인을 위한 통합 건강 프로그램의 효과: 몸-마음-영성 프로그램”, 한국노인복지학회, 「노인복지연구」 제 48권(2010): 350에서 재인용.

8) 염형욱, “노년기 영성과 불안, 우울 및 삶의 질과의 관계”(석사학위논문, 영남대학교 대학원, 2003), 26-27; 김지숙, “노인 우울에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 영성을 중심으로”(석사학위논문, 서울여자대학교대학원, 2008), 58.

의 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치는 요인들로 종교성 및 종교 활동, 영성에 대한 연구들을 통해 노화와 정신적, 신체적 건강에 정적인 영향을 미친다고 밝히고 있는데, 이들 연구결과들의 실증적인 사례들을 좀 더 구체적으로 살펴 볼 필요가 있다. 특히 주관적인 종교성이라 할 수 있는 기독교적인 영성을 심층적으로 규명한 연구는 미흡하다. 대부분의 선행연구에서는 단순히 종교 유무나 종교 서비스 참석 정도와 같은 피상적이고 단순화된 측정의 한계를 보이고 있는 것이 아쉽기 때문이다. 또한 일부 연구에서는 종교 혹은 영성이 노인의 생활만족도에 미치는 과정을 설명하려고 시도했으나, 그 과정과 실체를 명확히 설명하고 있지 못하다. 이에 필자는 노인의 심리적 특성인 우울과 성공적인 노화인 자아통합에 있어서 영성이 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 특히 노년기에 있어서 영성의 영향은 다른 연령대에 비해 높게 나타났다. 즉 노인의 영성이 삶의 질과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타남으로써⁹⁾ 영성이 높을수록 생의 충만감과 삶을 통합하는 자아통합감이 높게 된다. Sermabeikian도 노인이 충격적이고 부정적인 사건을 경험할 때 영성이 이를 극복하는 메커니즘(내적자원)으로 활용되고 있음을 강조하고, Fry 역시 노인의 영성과 종교적 참여가 심리적 영성의 유의미한 요인임을 보여주고 있다.¹⁰⁾

본고에서는 영성이 노년기의 중심주제로 볼 수 있는 우울과 자아통합감에 미치는 주요 요인임을 간략히 고찰한 후에 노년기의 영성 회복을 이룬 성경적 인물을 살펴봄으로써 노인을 위한 기독교 상담적인 제언을 하고자 한다. 그동안 노인의 자아통합 즉 성공적인 노화와 관련된 다양한 연구들이 진행되어 왔으나 노인이 겪은 생애사(life-event) 사건들이 심층적으로 다루어지지 못한 점이 아쉽다. 이 부분을 보완하기 위한 일연구로써 노인의 영성, 우울, 자아통합감과의 포괄적 관계 속에서 생애사 사건의 영향을 다루어보고자 한 것이 본 연구의 의의다. 특히 주관적인 종교성 즉 영성의

9) 엄형욱, “노년기 영성과 불안, 우울 및 삶의 질과의 관계”, 25.

10) 최금주 · 제석봉, “노인의 영성이 자아통합감에 미치는 영향”, 113에서 재인용.

삶을 실천한 인물들은 성경에 잘 예시되어 있으므로 생애사 사건을 통해 이들의 영성이 우울과 자아통합에 어떠한 영향을 미치는지를 살펴봄으로써 노년기의 영성의 중요성을 조명해 보고자 한다.

II. 펴는 글

1. 노년기와 영성, 우울, 그리고 자아통합¹¹⁾

호흡, 공기, 바람을 의미하는 라틴어 *spiritus*에 기원을 두고 있는 영(*spirit*)은 육체에 생명과 활력을 주는 힘, 신체, 정신 및 영적 측면을 통합시키는 힘, 절대자와 연결시키는 요소로 언급되고 있다.¹²⁾ 성경에서의 영성은 종교적인 행위와 믿음, 하나님과의 관계와 연관지어 설명하고 있다.¹³⁾ 하나님의 은혜와 사랑을 통해 하나님의 거룩한 도구가 되기를 원하면서 하나님의 명령을 자신의 사명에 초월적인 실재로 만들어 가는 것이다. 그러나 노년기는 생물학적 노화로 말미암아 건강에 대한 불안과 심리적 낙담이 가중됨으로 영성에 이르기까지 전인적 위협을 받는 시기이기도 하다. 이는 신앙생활에 있어서도 소극적인 활동을 하게 되는 원인이 되어 정기적인 교회활동에 제약을 초래하게 된다. 즉 교회의 공예배와 봉사

11) Clinebell은 영성의 중요성을 강조하면서 영적 필요의 영역을 7가지로 제안한다. 활력이 넘치는 삶의 철학, 창조적 가치, 사랑의 하나님과의 관계성, 자아의 지속적인 발달, 우주 속에 포함되어 있어 신뢰할 수 있는 소속감, 초월적인 순간들의 재할성화(renewing moments of transcendence), 영적 성장을 양육하는 사랑의 공동체. Howard Clinebell, *Counseling for Spiritually Empowered Wholeness: A Hope-Centered Approach* (New York: Haworth Pastoral Press, 1995), 82.

12) 최금주 · 제석봉, “노인의 영성이 자아통합감에 미치는 영향”, 111에서 재인용.

13) 성경에서의 영성은 고린도전서 2장 14-15절에 잘 나타나 있다. 여기서 영적인 사람은 세상에 속하지 않은 초월적 영성을 지닌 사람으로서 하나님의 일(성령의 사역)을 분별할 수 있는 능력이 있는 사람과 하나님과 교제하는 사람을 말한다. 정형철, 『아가페 성경사전』 (서울: 아가페, 1996), 1250.

활동에 적극적으로 참여하지 못하며 신자들과의 교제도 원활하게 할 수 없는 요소가 될 수 있다. 따라서 노인의 영성은 성장하기 보다는 퇴보하게 된다.¹⁴⁾ 이러한 복합적인 현상으로 인하여 노인들이 젊었을 때에 열심히 해왔던 교회의 각종 직분들에 대해서도 뒤로 물러서게 되고 또한 각종 모임에 동참하는 것이 점차로 감소하면서 영성변화는 자연스러운 현상으로 나타나게 된다.¹⁵⁾

한편, Carl G. Jung은 노년기에 많은 사람들은 의식의 자아를 넘어서 무엇인가를 찾으려고 애쓰고 있다는 사실을 발견하였다. Jung은 노년기에 있는 사람들에게 대해서 자아보다 훨씬 더 큰 총체적 인격으로 영성을 강조하였다.¹⁶⁾ 그러므로 노년기의 영성은 자신의 삶에 대한 전반적인 치유의 힘이 될 수 있다. 즉 Jung은 노년기를 인간의 영성에 새로운 생성기로 본 것이다.¹⁷⁾ Ellison은 인간의 영성은 인간 존재에 의미를 부여하며 인간의 모든 측면에 내재해 있는 힘으로써, 자신, 타인, 자연, 신(절대자)과의 관계에서 경험되고, 인생의 의미와 목적을 추구하도록 동기를 부여하는 것으로 설명한다. Burhardt는 영성을 인간의 삶의 근본원리, 인간과 세상과의 관계를 설명하는 믿음, 존재의 의미를 부여하는 것으로 설명하면서 종교적인 신념이나 행위를 의미하는 것 이상으로 개인을 초월하여 신(절대자), 자신, 이웃과 의미있는 관계를 가질 수 있도록 연결하여 희망, 의미, 사랑과 같은

-
- 14) 현대 사회는 인간이 늘어 가는 것을 상실이나 하향, 또는 쇠퇴의 단계로 이해하는 경향이 농후하다. 그러나 너무 늘어서 그리스도에게로 올 수가 없고 영적으로 성장할 수 없는 사람은 아무도 없다. 노년기의 지혜와 성장은 그들로 하여금 더 성공적으로 대처할 수 있고, 하나님께 대하여 더 많이 알게 해준다는 것을 되새길 필요가 있다. Gary R. Collins, *Christian Counseling*, 피현희 · 이혜련 역, 『크리스찬 카운셀링』 (서울 : 두란노, 1984), 388.
- 15) 문정민 · 전요섭, “노인의 신체감에 대한 영성성숙의 목회상담학적 대안”, 한국개혁신학회, 『한국개혁신학』 제23권(2008): 314.
- 16) 최광현, “가족체계이론을 중심으로 한 위기가족을 위한 목회적 돌봄”, 한국복음주의 기독교상담학회, 『복음과 상담』 제17권(2011): 182.
- 17) 문정민 · 전요섭, “노인의 신체감에 대한 영성성숙의 목회상담학적 대안”, 311.

삶이 최상의 가치를 완성하도록 하는 능력이자, 신체적, 정신적, 사회적 영역을 통합하는 힘으로 본다.¹⁸⁾

Paloutzian과 Ellison은 영성을 2가지 차원의 합으로 설명한다. 그중 하나는 수직적 차원으로 상위존재인 신과의 관계를 나타내며 종교적 의미를 포함하고 있어 종교적 영성이고, 다른 하나는 수평적 차원으로 자신과 타인, 환경과의 관계를 나타내는 실존적 의미를 포함하고 있어 실존적 영성이다. 종교적 영성은 상위존재인 신에 대한 인지 및 가치 있는 경험을 통해서 인간의 질병과 고통, 상실 등의 삶의 위기에 대처하도록 하고, 자신의 삶에 대한 관점을 형성하게 하는 것이고, 실존적 영성은 자신과 이웃, 환경과의 상호작용을 통해 믿음, 가치, 생활양식 등을 형성하도록 하여 대인관계를 통한 사랑과 용서, 믿음의 기본이 되는 것을 말한다.¹⁹⁾

참된 영성은 말씀 중심의 삶으로 삶의 모든 판단의 기준으로 성경을 신뢰하는 것이다. 영성은 하나님에 대한 확신으로 하나님을 사랑의 하나님으로 지각하는 느낌 이상의 개념이다. 그것은 삶의 중심을 이루며 그 삶을 느끼고 작동하게 하는 중심의 힘으로, 삶의 의미와 목적을 가지고 내적 가치에 근거하여 삶의 방향을 결정하는 원동력이다. 이런 관점에서 오성춘은 기독교 영성에 대해 다음과 같이 피력하고 있다. 기독교 영성은 한 인간이 신 예수의 정신을 본받을 뿐만 아니라 임마누엘 하나님을 배우고 그분과의 영적인 교제와 사귄의 관계 속에서만 가능한 영성이다. 즉 하나님이신 예수 그리스도와 인격적 관계를 추구하는 수직적이요 하나님 중심의 영성이다. 일반 영성은 엄격한 자기훈련과 수양을 통하여 자신의 성품을 바꾸려는 인간적인 노력을 강조하는데 반하여, 기독교 영성은 성령 안에서 우리에게 임재하신 우리 주 예수 그리스도와의 인격적인 교제의 삶을 살아가는 것이다. 그러므로 일반 영성이 수평적이요 인본주의적 것에 반하여, 기독

18) 최금주 · 제석봉, “노인의 영성이 자아통합감에 미치는 영향”, 111에서 재인용.

19) 장인순 · 김수미, “일부 지역사회 노인의 영적안녕에 영향을 주는 요인 연구”, 노인간호학회, 『노인간호학회지』 제5권 2호(2003): 193-195.

교 영성은 살아계신 성령 안에서 하나님과 현재형의 교제를 나누는 영적인 특성을 갖고 있다. 요컨대 기독교 영성은 오늘 우리 가운데 임재하시는 하나님의 성령과의 교제를 통한 영적인 삶을 의미한다.²⁰⁾

이처럼 영성은 개인의 삶의 의미와 목적을 부여하는 것으로 노년기에 겪게 되는 부정적인 경험과 생활사건에 대해 해석의 틀을 제공해 줌으로써 우울 감소에 영향을 미칠 수 있다.²¹⁾

영성의 주요 속성인 초월성향이 높은 노인들일수록 우울과 자살생각²²⁾은 감소하였으며 심리적인 안녕감과 자아통합감은 향상되었다.²³⁾ 시설에 거주하는 노인들도 자기초월성향이 높을수록 우울정도는 낮았으며 심리적인 안녕감은 높았다.²⁴⁾ 노인의 영성은 전반적인 삶의 질과 정적 상관을 보여주고 있다. 영성이 높을수록 생의 충만감과 삶을 통합하는 자아통합이 높게 나타났으며, 영성은 삶의 목적과 의미를 추구하게 하여 삶의 질을 향상시킨다.²⁵⁾

결론적으로 영성(spirituality)은 절대자인 하나님과 자신, 타인과의 관계

- 20) 오성춘, “영성과 목회상담”, 한국목회상담학회 추계학술대회자료집, 2001.: 5-6.
- 21) 김수정, “노인의 종교활동이 삶의 질에 미치는 영향의 경로분석: 사회적 지지 및 실존적 건강의 매개효과를 중심으로”, 한국노인복지학회, 「노인복지연구」 제33권(2006): 29-50; 손용진, “노인기의 종교변화에 따른 생활 만족도”, 한국노인복지학회, 「노인복지연구」 제36권(2007): 181-200.
- 22) 한국의 노인자살률은 OECD 국가 중 1위를 차지하고 있고, 65세 이상 노인의 자살률은 20대의 자살률보다 7배가 높았으며, 연령별로는 인구 1만 명당 60대 54.6명, 70대 80.2명, 80세 이상 127명으로 연령이 높아질수록 자살률도 급격히 증가하고 있다(통계청, 2009). 즉 노인의 10명 중 1명 정도가 자살생각을 하는 것으로 나타났다.
- 23) Pamela G. Reed, “Self-transcendence and Mental Health in Oldest-old Adults,” *Nursing Research* 40, no.1 (1991): 5-11.
- 24) D. Klaas, “Testing Two Elements of Spirituality in Depressed and Non Depressed Elders,” *International Journal of Psychiatry Nurses Research* 4, no.2 (1998): 452-462.
- 25) 오복자, “암환자의 영적안녕과 삶의 질과의 관계연구”, 성인간호학회, 「성인간호학회지」 제9권 2호(1997): 189-191.

에서 종교적인 믿음과 실천적인 행위를 포함하는 높은 수준의 개인적인 의식 상태라 할 수 있다. 영성은 인생의 의미와 개별성, 조화를 추구함으로써 최고의 잠재성에 도달하도록 이끄는 원동력이 될 수 있다. 그러므로 노인의 영성은 성령의 능력으로 말미암아 예수 그리스도 안에서 내적 성장을 도모하는 것으로 즉, 하나님과 교제함으로 점진적으로 성장하는 것을 의미한다. 이러한 노인 영성의 중요성을 보여주는 성경의 실제적인 사례들을 모세와 갈렘을 통해 좀 더 구체적으로 살펴보고자 한다.

2. 노년기에 영성을 회복한 성경인물들

본 연구는 성경에 등장하는 인물들을 통해서 노년기의 우울을 극복하고 자아통합을 이루어가는 과정에서 하나님과의 관계를 통해 인생의 의미와 목적을 추구하도록 동기를 부여하는 기독교적 영성이 어떻게 작용하고 있는지를 살펴보고자 한다. 노인에 대한 다양한 접근의 연구들이 방대하지만 노인들의 생애사를 좀 더 심층적으로 다룬 연구는 상대적으로 빈약하다. 따라서 본 연구의 취지에 맞는 일부 대상자를 성경에서 선정하여 영성이 노년기의 위기를 극복하는데 어떤 영향을 끼쳤는지를 살펴보고자 한다.

1) 모세

모세는 성경에서 출생부터 죽음까지의 전생애 과정이 잘 묘사되어 있다. 생후 3개월 된 모세는 당시 애굽의 박해로 죽음의 위기를 생애 초기에 만난다. 그 후 모세는 왕자의 신분으로 애굽의 학술을 통달하였으나 갑자기 자기 동족을 괴롭힌 애굽인을 죽임으로써 현상금이 붙은 수배자가 되어 쫓기는 신세가 되었다. 모세는 지금까지 익숙해 왔던 안정적인 삶을 뒤로하고 이제 '광야'의 길을 나서게 된 것이다. 미디안 광야로 도망친 모세는(출 2:11-15) 우물기²⁶⁾에 도착한 것이 계기가 되어 미디안 제사장 이드로의 집

26) 성경에는 광야는 시련을 뜻하며, 우물은 목숨을 상징한다.

에 거하면서 그 딸 십보라와 결혼하여 게르솜, 엘리에셀 두 아들을 얻고 40년을 지냈다(출2:22, 18:3-4). 이드로는 살인자로 쫓기고 있는 모세에게 큰 울타리가 되어 줌으로써 그의 딸 십보라를 통해 모세에게 심리적 산소를 공급해 주는 울타리 역할을 해준다.

40년간 낮선 땅의 미디안에서의 단조로운 생활은 연약한 양떼들을 약속의 땅으로 인도하기 위한 참을성을 배우는 준비기간이었다. 모세 자신의 소유도 아닌 장인 이드로의 양무리들과의(출3:1) 생활이야말로 모세에게 가장 필요한 준비과정이었다. 이제는 하나님의 백성들과의 파란만장한 삶이 모세를 기다리고 있다. 하나님의 양무리를 치기 위한 준비기간은 이제 막을 내리고 80세의 고령의 모세에게 큰 임무가 주어진다. 하나님은 드디어 노령의 모세에게 애굽에서 시달리는 당신의 백성을 약속의 땅 가나안으로 인도하라는 지시를 내린 것이다(출3:7-10). 그동안 일개 도망자에 불과했던 모세는 하나님으로부터 큰 사명을 받게 된다.

하지만 모세는 복합적인 감정이 얽힌 반응을 보인다. 마치 양육자가 자리를 비우고 오랜만에 다시 돌아와 아이에게 다가갔을 때 아이는 밀어내고 저항하며 회피하는 양상과 흡사하다. 모세에게는 어머니는 돌이지만 아버지 상은 생애초기부터 거의 부재되어 있다. 이런 모세의 상흔에 40여년간의 하나님 아버지의 침묵은 모세로서는 더욱 감내하기가 어려웠을 것이다.

Fairbairn의 대상관계 양태에 대한 설명은 모세의 이런 반응에 대한 이해를 심화시켜 준다. Fairbairn에 따르면, 인간의 자아는 본래 온전한 단일체로 구성된 것이지만, 대상과의 관계 경험에서 불가피하게 분열이 발생한다. 그는 인간의 자아는 처음부터 대상을 추구하고 대상에게 사랑을 받고 또한 자신의 사랑의 대상에게 주고 싶어하는 중심적인 욕구를 갖고 있다는 것이다. 살인자가 됨으로써 미디안 광야로 쫓겨간 모세는 그동안 맺어왔던 대상과의 관계가 불가피하게 단절된다. 이제 유일한 대상은 하나님 한 분뿐이다. 인간은 결코 대상이 없이는 살아갈 수 없다는 것이 Fairbairn의 입장이다. 모세는 순식간에 모든 부귀와 권력에서 멀어지고 살인자가 되기까

지 고난의 길에 들어섰지만 돌아온 대가는 하나님의 침묵뿐이었다. 이처럼 추구하는 대상이 반응해주지 않을 때 그는 자신의 사랑이 받아들여질 수 없는 것이라고 느끼게 되는데, 그때 정신 안에는 내재화된 거절하는 대상이 자리 잡게 된다. ‘거절하는 대상’은 불만족스러운 대상으로 각인되어 좌절을 경험하게 된다는 것이 Fairbairn의 입장이다.²⁷⁾ 모세에게 하나님은 오랫동안 ‘거절하는 대상’이었을 것이다. 노령의 모세에게 호렙산 불타는 떨기나무 가운데 나타나신 하나님은 모세를 파송하시려고 했지만 모세는 선뜻 나서지 못하고 계속 거절함으로써 급기야는 하나님이 노를 발하셨기 때문이다(출3:1-4:14).

한편 미디안 광야에서 모세는 아들을 얻어도 기쁨에 앞서 자신의 외로움을 담아 게르솜이라고 이름을 짓게 된다(출2:22). 약 40년간의 모세의 우울은 한편으로는 장인 이드로가 모세의 대부 역할을 하여 모세를 안아주지 않았을까 짐작해 볼 수도 있겠지만 자신의 아들한테 할례조차 하지 못하고 목숨이 경각에 달렸을 때 그제서야 십보라가 황급히 게르솜에게 할례를 한 장면에서 십보라를 포함한 처가식구들은 모세가 의식을 해야 하는 존재들이었을 것이다(출4:24-26). 이와 같이 모세처럼 노년의 극단적인 외상을 경험 한 후 고통스러운 경험에 의미를 부여하는 과정에서 종교와 영성의 작용은 지대하다. 특히 죽음과 같은 외상을 겪은 후 적응과정에 있어서 종교와 영성의 역할은 매우 큰 비중을 차지한다.²⁸⁾ 모세는 외상을 통해 생명의 모든 주권, 고통이 여호와와 손에 달려 있다는 영적 안목을 지니고 애굽의 노예로 시달리고 있는 자기 동족들을 이끌어내는데 사력을 다하게 된다.

모세가 인도해야 할 이스라엘 백성은 장정만 60만 가량(출12:37)이라는

27) Frank Summers, *Object Relations Theories and Psychopathology*, 이재훈 역, 『대상관계이론과 정신병리학』 (서울: 한국심리치료연구소, 2004), 52.

28) Jennifer H. Wortmann and Crystal L. Park, “Religion and Spirituality in Adjustment Following Bereavement: An Integrative Review,” *Death Studies* 32(2008): 704.

것을 감안한다면 어린이와 노약자 부녀자를 모두 합치면 약 200만 이상일 것이다. 모세는 자그만치 200만의 대가족을 40년간 척박한 광야에서 부양해야 하는 막중한 책임이 주어졌다. 따라서 모세의 40년간 이집트 왕자로서의 최상의 삶과 도망자로서 40년간 미디안광야에서 척박한 삶은 출애굽이라는 대업을 이룰 수 있는 자산이 된다. 모세는 사십년간의 광야 생활을 통해 많은 외상과 시련을 겪었으나 흔들림 없는 영적 대처로 잘 견뎌냄으로써 민족해방의 사명자가 되는 영적 통합의 인물이 된다. 그는 끊임없이 '이집트의 고기 가마'를 그리워하는 자기동족들의 찌든 노예근성을 광야에서 세척하여 약속의 땅 가나안의 주인으로서의 정체성을 갖도록 선민사상을 고취시킨다. 또한 모세는 노예취급을 받는 자신의 동족 히브리인들과 동일시를 함으로써 그들의 반역에 대한 용서를 구하기 위해 실존하는 하나님과 대면함으로써 중보기도에 사력을 다한다. 생명부에 자신의 이름을 삭제해 달라는 초강수를 두면서(출32:32) 이스라엘 백성들을 위해 혼신의 힘을 기울인다. 이런 모습에서 모세의 초가치화된 영성을 엿볼 수 있다. 모세는 생명의 모든 주권, 고통이 여호와의 손에 달려 있다는 영적 안목을 지니고 애굽의 노예로 시달리고 있는 자기 동족들을 이끌어내는 영도력 있는 지도자로서의 삶을 통합하는 자아통합을 보여준다. 모세는 사십년간의 광야 생활을 통해 많은 외상과 시련을 겪었으나 흔들림 없이 잘 견뎌냄으로써 민족해방의 사명자가 되는 영성회복의 인물이 된다.

2) 갈렙

성경에는 갈렙이 여호수아와 쌍벽을 이루며 거의 동등한 자격자로 묘사되어 있다. 가나안을 정탐하고 돌아온 12명 중에 다수인 10명이 부정적인 보고를 하였음에도 불구하고 갈렙은 적극적인 믿음의 보고를 했다. 이스라엘 백성들이 여호수아와 갈렙을 둘로 쳐 죽이려고 했을 때에도 오히려 담대히 답변한 쪽은 여호수아보다는 갈렙이었다(민 14:7-9). 그럼에도 불구하고 모세는 여호수아를 자신의 후계자로 임명했을 때 아마 보통의 사람이

었다면 낙심과 더불어 우울증도 경험하였을 것이다. 이처럼 그는 인생 후반부에서 좌절의 잔을 맛보았지만 여기서 무너지지 않고 1인자에 대한 삶의 거품을 빼고 꿈을 다시 재조정함으로써 여호수아를 극진히 섬기는 2인자로 내려앉았고 한편으로는 여전히 자신을 단련하여 85세라는 고령의 나이임에도 불구하고 믿음의 담력으로 이스라엘의 혼이 깃든 헤브론 산지를 정복하여 자신의 동족들에게 결정적인 공헌을 한다.²⁹⁾ 이 과정에서 갈렙의 믿음과 영성을 엿볼 수 있다. 갈렙은 “여호와께서 혹시 나와 함께 하시면 내가 필경 여호와와 말씀하신대로 그들을 쫓아내리이다”(수 14:12)라는 고백의 장면에서 자신의 힘으로는 결코 이 대업을 이룰 수 없는 하나님을 온전히 쫓은 사람으로서의 면모를 보여준다. 이처럼 하나님의 통제를 신뢰하는 갈렙의 믿음에서 하나님 통제는 삶의 사건들이 자신의 힘과 능력으로 통제할 수 있는 것이 아니라 전적으로 하나님에 의해 결정된다는 것이다.³⁰⁾ 이와 같이 하나님 통제에 대한 믿음을 내재적 종교 성향³¹⁾이라고 한다.

갈렙은 생의 의미있는 종결(nice ending)로 가나안을 정복하는 주인공으로 자리매김한다. 그는 노년에도 청년의 열정을 잃지 않고 인생의 목표를

29) 갈렙은 주어진 상황이 마땅히 감사할 조건이 없음에도 불구하고 아마 85세의 고령의 나이에 이스라엘 백성을 위해 큰 역할을 하게 된 것에 하나님께 감사했을 것이다. 갈렙은 감사의 특질을 지닌 인물이다. 감사특질이란 활기, 낙관성, 희망, 친사회적 행동 및 영성과 정적 상관을 보이며, 질투심이나 물질주의적 태도와는 부적 상관을 나타낸다. 이처럼 McCullough(2002) 등은 감사특질을 긍정적 사건이나 결과를 경험할 때 상대방의 선의에 대하여 인식하고 감사를 느끼는 경향성이라고 정의하였다. 노지혜 · 이민규, “나는 왜 감사해야 하는가?: 스트레스 상황에서 감사가 안녕감에 미치는 영향”, 한국심리학회, 『한국심리학회지: 임상』 제30권 1호(2011): 161.

30) Ana Wong-McDonald and Richard Gorsuch, “A Multivariate Theory of God Concept, Religious Motivation, Locus of Control, Coping, and Spiritual Well-being,” *Journal of Psychology and Theology* 32, no.4(2004): 318-334에서 재인용.

31) 내재적 종교성향(intrinsic religious orientation)은 종교를 통해서 삶을 영위하려는 종교 성향으로 종교가 수단이 아니라 삶의 목적이므로 신앙심이 돈독하고 교회도 더 자주 출석하게 된다.

향해 도전한다. 이스라엘 백성들이가나안 땅을 차근차근 정복해 가면서 오랜 전쟁으로 지쳐서 현실에 안주하려고 할 때 갈렙은 요새이며 비옥한 땅을 차지하고 있는 힘센 아낙 자손들과 한판 승부를 감행한 것이다. 갈렙의 믿음은 이스라엘 백성들의 연약한 믿음에 맞서는 신실한 한 줄기의 빛의 역할을 하고 있다.³²⁾ 갈렙의 생은 “삶이란 모험이고 정복이며 쟁취해 나가는 그 무엇”이라는 태도를 볼 수 있다. 갈렙은 정열적이고 모험심과 함께 적극성을 가지고 미래의 불확실성에 대해 도전하고 성취하기를 염원했다. 이런 유형의 사람은 삶이라는 전쟁터에서 승리자와 영웅이 되기를 염원하고 자신의 인생대본에 변화와 전진, 낙관적 승리를 추구하는 영웅의 모습으로 자신을 그리고 삶의 이야기를 전개해 간다. 이러한 인생의 태도를 McAdams는 “낭만적 이야기 음조”라 정의한다.

McAdams는 심리학자 David Bakan의 분류법을 인용하며 이야기 주제를 크게 두 가지로 대별해볼 수 있다고 말한다.³³⁾ 하나는 성취 지향적 이야기 주제(Power oriented theme)와 다른 하나는 관계 지향적 이야기 주제(Relation oriented theme)이다. 성취 지향적 이야기 주제의 기본적 관심은 “사람”이나 “관계”의 중요성 보다 “일”이나 “성취”를 삶의 성공을 판단하는 중요한 요소로 등장하게 된다. 때문에 이러한 주제들을 가진 사람들은 보다 나은 성취를 위해 자신의 에너지를 집중 투자하기 때문에 남들보다 한발 앞서가는 삶을 살아간다는 높은 자신감을 가지고 일 중심과 과업성취 중심의 삶을 살아간다. 반면에 관계 지향적 이야기 주제의 기본적 관심은 “자신을 해체하고 다른 것(사람 혹은 관계)과 합일하려는 본능”의 실현에 있다. 이러한 이야기 주제를 가진 사람들의 주된 관심은 “친구됨,” “돌봄,”

32) 김미경, “다문화 가정 청소년의 적응을 위한 기독교상담: 자아탄력성을 중심으로”, 한국복음주의기독교상담학회, 「복음과 상담」 제17권(2011): 87-88.

33) David Bakan, *The Duality of Human Existence: Isolation and Communion in Western Man* (Boston: Beacon Press, 1966); 정석환, “이야기심리학과 기독교상담”, 연세대학교 한국기독교문화연구소, 「신학논총」 제4권(1998): 203-240.

“나눔,” “사랑,” “자비,” “서로의 책임감,” “인류 공동체,” “평등,” “자유추구” 등의 실현에 보다 집중하는 삶의 길을 걷는다. McAdams의 연구에 의하면, 관계지향의 주제가 높은 사람들은 그들의 일상적 인간 관계 속에서 다른 사람과의 관계를 맺는 방식도 보다 자연스럽고, 긴장과 경쟁의 태도가 아닌 웃음과 유머의 태도를 가지며 비언어적 관계맺음의 방식에 있어서도 보다 유연함을 지님을 보고하고 있다.

갈렙은 이런 관점에서 보면, 성취지향적 이야기 주제와 관계지향적 이야기 주제가 조화와 균형을 이룸으로써 2인자로 내려앉은 우울감을 극복하여 자아통합감을 이룬 인물이라고 볼 수 있다. 갈렙은 노년에 이스라엘 백성들을 위해 헤브론 산지의 과업을 성취하여 저들과 함께 나눔으로써 공동체에 기여한 것이다. 이를 가능케 한 것은 인생 후반부에 겪은 위기에 대해 자신을 신체적 정서적, 영적으로 최대한 관리를 했기 때문에 생애 후기에 있어서 헤브론에 대한 과감한 도전을 할 수 있었던 것이다. 이처럼 갈렙의 대처에서 볼 수 있듯이 외부의 현실이 달라져도 노년기에 그는 인생의 의미를 발견함으로써 위기를 신체적, 심리적, 영적인 차원에서 잘 극복하여 이타성과 공동에 대한 관심을 가지는 자아통합의 자세로 영성회복을 보여주고 있다.

3. 노년기 영성회복을 위한 기독교 상담적 제언

위의 노년기 성경인물들의 사례를 통해 영성은 개인의 삶의 의미와 목적을 부여함으로써 노년기에 겪게 되는 부정적인 경험과 사건에 대해 해석의 틀을 제공해 줌으로써 우울감소와 자아통합을 이루게 하는 전반적인 삶의 질과 긍정적인 상관성이 있음을 보게 된다. 노년기는 다른 연령층과 달리 신체적·정신적 기능이 약화되고 여러 측면에서 상실의 변화과정을 겪게 되는 시기이므로 노인 내담자를 기독교상담으로 접근할 때 다음의 Pargament 등의 입장을 고려하는 것이 도움이 될 수 있다. Pargament 등은

기독교인들은 세 가지 문제 해결양식 혹은 대처 양식을 흔히 보인다고 설명한다.³⁴⁾ 첫째, 자기-지시(self-directing) 양식을 사용하는 사람들로서 그들은 문제 해결의 주체가 자신의 책임이라고 믿는다. 하나님은 이 과정에 직접적으로 연관되기 보다는 인간에게 자신의 삶을 지휘할 자유와 자원을 주는 것으로 생각한다. 자기-지시적 내담자는 높게 동기화되어 있고, 책임감 있는 내담자이다. 그러나 문제 해결이 정말로 그들 자신에게 모두 달려있다는 믿음 때문에, 하나님이 그들을 돕거나 인도하기 위해 적극적으로 개입한다고 가정하는 영적 개입에의 참여를 바라지 않을 수 있다. 예를 들어서 종교적 인도를 위한 기도, 종교 지도자로부터 안정과 치유의 축도를 구하는 것 등을 원하지 않을 수 있다. 반면에 내담자로부터 보다 강한 책임감과, 적극적인 참여를 요구하는 영적 개입들은 자기-지시적인 내담자들에게 가장 잘 작용할 것이다. 이러한 내담자들은 또한 상담자의 적극적인 지지와 조력을 수용하는 것이 어렵다는 것을 발견할 것이다. 그래서 치료자들은 적어도 초기에는 보다 비지시적인 치료적 접근을 사용할 필요가 있다.

둘째, 지연(deferring)양식을 흔히 사용하는 사람들은 문제 해결의 책임을 하나님에게 미룬다. 문제를 그들 스스로 적극적으로 해결하기 보다는, 하나님의 적극적인 노력을 통해 나타나는 해결책을 기다린다. 지연 양식의 내담자는 신에게 미룰 뿐 아니라, 그들의 문제 해결을 상담자에게 미루려는 경향이 있을 수 있다. 그러므로 상담자는 적어도 상담의 초기에는 지연적인 내담자에게 아주 지시적인 필요가 있다. 이 지연적 내담자에게 영적이거나 다른 개입을 사용할 때 상담자는 이러한 개입들이 성공하기 위해선 내담자의 역할과 책임이 필요하고 중요하다는 것을 강하게 강조할 필요가

34) Kenneth I. Pargament, Joseph Kennell, William Hathaway, Nancy Grevengoed, Jon Newman, and Wendy Jones, "Religion and the Problem-solving Process: Three Styles of Coping," *Journal of Scientific Study of Religion* 27(1988): 90-104. 최영민, "기독교상담에서 종교성과 영성의 평가", 한국기독교 상담심리치료학회, 「한국기독교상담학회지」 제3권(2002)에서 재인용.

있을 것이다.

셋째, 협력(collaborative) 양식을 사용하는 사람들은 문제 해결 과정의 책임은 개인과 신에 의해 협력적으로 이루어진다고 본다. 양자 모두 문제 해결을 함께 해나가는 적극적인 공헌자로 비춰지기 때문에 협력적 내담자들은 광범위한 영적, 세속적 개입에 가장 개방적이고, 상담자와 협력적인 조력 관계를 잘 형성할 수 있다.

자신들의 처한 상황과 문제에 대한 대처로 어려움을 겪는 영성이 약화된 노인들에게 기독교 상담은 위에서 언급한 세 번째의 자세에 초점을 맞추는 것이 중요하다. 기독교 상담에서 무엇보다도 중요한 것은 하나님과의 관계이므로 상담자는 현대 사회가 조성한 노인들에 대한 부정적인 인식을 성경적으로 바로 잡아주어야 한다. 따라서 기독교상담 혹은 상담자가 노인 내담자를 대할 때 도움이 될 수 있는 몇 가지를 제안하면 다음과 같다.

첫째, 기독교 상담자는 성경에서 노인을 하나님과 함께 하는 축복된 삶의 과정으로 언급하고 있음을 인지하면서 노인 내담자를 대할 때 성경인물을 통해 영성이 회복될 수 있도록 적용하는 것은 매우 의미 있는 일이다. 성경인물의 활용은 노인 내담자의 영성회복을 위한 이야기를 새롭게 재구성할 수 있는 단초가 될 수 있기 때문이다.³⁵⁾

둘째, 노년기는 진행되는 노화과정으로 인한 신체적 결손과 불안, 상실감, 우울 등의 다양한 정신적 문제가 대두되어 어느 시기보다 더욱 영적 요구를 갖게 된다. 특히 질병이나 위기 상황에 처해 있는 노인들은 그 어느 때보다 영적 요구가 높아지는 반면, 이러한 기능적인 쇠퇴의 결과로 위협 받을 때 영적인 상실을 경험할 수도 있다.³⁶⁾ 그러므로 기독교 상담과 교회는 건강상실, 경제력 상실, 역할상실 등의 다양한 상실감으로 고통 받는 노인들에게 신앙생활을 통해 종교적 지위의 제공과 초가치화라는 이념을 통

35) 이재화 · 전요섭, “이야기상담의 이해와 기독교상담방안”, 한국복음주의기독교상담학회, 『복음과 상담』 제18권(2012): 274.

36) 권양순 · 송정아, “영적 건강과 자아존중감이 노인의 삶의 만족에 미치는 영향”, 60.

해 보상함으로써 노년기 상실감으로 인한 부정적 영향을 완화하는 데 주력해야 한다.³⁷⁾

셋째, 노년기는 그동안 삶의 행적에 대한 회상성이 증가하는 시기로, 노인이 되면 자신에게 주어진 생의 시간들이 얼마 남지 않았음과 죽음이 가까이 다가옴을 지각할수록 지나온 삶을 반추해보고 회상하는 경향이 있다. 노년기의 상실감, 소외, 고독, 죽음 등의 정신영역에 있어서 영성은 위안을 제공하는 기능을 수행한다. 즉 종교생활과 종교적 믿음 등이 노년기의 상실감 등의 충격을 완화해 준다는 것은 고위험 환경에 노출되어 있는 내담자들의 적응을 조력함에 있어 기독교적인 개입전략의 중요성을 시사해준다. 그러므로 기독교 상담자는 믿음과 신앙의 긍정적인 영향력을 강화시키는 것이야말로 기독교상담의 본질임을 간파하고 있어야 한다.³⁸⁾ 기독교 상담자는 노인이 하나님과의 관계성을 정립함으로써 하나님이 삶의 중심으로, 전인적으로 건강하고 충만하게 현재의 삶의 현장에서 안녕의 상태를 회복함으로써 통전적 자아통합을 이룰 수 있도록 기능을 할 수 있어야 한다.

넷째, 기독교 상담자는 노년기가 쇠퇴나 상실의 시기가 아니라 하나님의 특별한 은총이 주어질 수 있는 기회라는 사실을 노인 내담자에게 인식시킴으로써 하나님과 온전하고 완전하게 애착될 수 있도록 도와야 할 것이다. “늙어도 결실하며 진액이 풍족하고 빛이 청청하며 여호와와의 정직하심을 나타내리로다”라는 시편기자의 고백처럼(시 92:14), 노년기는 하나님과 함께 하는 풍성한 결실의 시기이다. 이처럼 기독교 상담자는 노인 내담자로 하여금 성경적 생각으로 일상생활에 적용할 있도록 ‘기능적 조절 (functional control)’을 충분히 할 수 있도록 돕는다.³⁹⁾ ‘기능적 조절’은 성경에 등장하

37) 전혜정, “노년기 종교활동이 정신건강에 미치는 영향”, 한국노인복지학회, 「노인복지연구」 제25권(2004): 182.

38) 김미경, “외상후성장(PTG)모델로서 이삭, 요셉이야기”, 기독교학문연구회, 「신앙과 학문」 제16권 4호 (2011): 23.

39) Crabb은 일상생활에서 ‘기능적 조절’을 강조한다. 이는 성경의 생각이 비성경적 생각보다 우위에 있다는 교리로, 이 교리는 교리로 끝나지 않고 실제 생활에서 일관성

는 인물의 이야기와 내담자 자신의 이야기가 상호 의미 있는 만남을 통해서 내담자는 다시 자신의 신앙을 형성하고 영성을 회복할 수 있게 됨을 뜻한다.

다섯째, 기독교 상담자는 성경인물의 삶이 내담자에게 영성이 회복되도록 작용하여 하나님의 은혜를 전달하는 통로 역할을 할 수 있어야 한다. 모세와 갈렙의 이야기는 현재의 자기를 수용함으로써 하나님에 대한 신뢰를 통해 긍정적인 미래에 대한 희망을 포기하지 않고 삶의 의미와 고통, 죽음 등의 궁극적인 문제들과 씨름하며 그 해답을 추구하는 것을 섬세하게 보여주고 있다. 그러므로 기독교 상담자는 영성이 노인의 안녕감에 중요한 측면임을 상담장면에서 인식하면서 노인 내담자로 하여금 비록 신체적, 정신적 능력은 감소하지만 영성은 성장하고 개발될 수 있음을 독려하도록 한다.

III. 닫는 글

지금까지 노년기의 영성이 우울과 자아통합에 미치는 영향을 성경인물의 사례들을 통해 살펴봄으로써, 노년기의 신체적, 심리적, 영적 건강에 있어서 종교활동(기독교)의 비중이 크다는 것을 알 수 있었다. 이처럼 종교와 영성은 신체적, 정신적 질병에 긍정적인 영향을 미침으로써 치유에 있어서 중요한 차원이 된다.⁴⁰⁾ Idler와 Kasl도 종교활동(기독교)을 하는 노인들이 종교활동을 하지 않는 노인들에 비해 더 바람직한 생활을 하고 있음을 발견하였다. 종교(기독교)가 있는 노인들은 종교가 없는 노인들에 비해 신체

이 있고 지속적으로 적용된다는 의미다. Larry J. Crabb, *Effective Biblical Counseling: A Model for Helping Caring Christians Become Capable Counselors* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 1977).

40) Corina Dima-Cozma and Sebastian Cozma, "Religion and Medicine or the Spiritual Dimension of Healing," *Journal for the Study of Religion and Ideologies* 11, no.31(2012): 31.

적 활동이 많고, 술이나 담배를 하지 않고, 친구관계 및 가족관계가 돈독하며, 사회활동을 많이 하고 우울증이 적은 것을 발견하였다. 노인들에게 종교는 현재 삶에 생기를 부여할 뿐 아니라 개인이 직면하는 문제를 극복할 수 있는 힘의 원천으로 기능을 하였다. 즉 종교가 있는 노인들이 그렇지 않는 노인들보다 삶의 질이 훨씬 높다는 것이다.⁴¹⁾ 이런 측면을 감안한다면 이제 교회는 외적인 성장에만 관심을 지닐 것이 아니라, 진정한 관심을 필요로 하는 노인들의 영성에 깊이 참여해야 한다. 교회는 노인들의 영성을 개발할 다양한 집단프로그램들을 계획하고 후원해주어야 한다. 교회와 기독교상담은 노인들을 위한 다각적인 노력을 기울여 약화되는 신체감으로 말미암아 교회출석 등의 종교활동을 중단하지 않도록 하는 것이 중요하다. 연구 결과에 의하면 노년기에 지속적으로 신앙생활을 하는 노인들이 노년기에 들어 새로 신앙생활을 시작하거나, 하던 신앙생활을 중단하거나 아예 신앙생활을 하지 않는 노인들보다 심리적 안녕감과 행복감이 더 높은 것으로 나타났기 때문이다.⁴²⁾

노인에게 있어서 영성은 불안감을 완화시키며 삶의 목적과 의미, 통합감을 제공함으로써 전체적인 안녕감 파괴의 위기에서 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 노인의 영성은 삶을 살아가는 원동력으로 부정적인 사건을 경험할 때 이를 극복하는 기전(mechanism)으로 작용됨으로써 노년기에 겪게 되는 충격적이며 부정적인 삶의 사건으로 인해 부정적인 감정을 극복하는데 중요한 자원이 된다. 특히 생애 경험에 있어서 마땅히 감사⁴³⁾할 조건이 없음에도 불구하고 감사의 태도를 지녔을 때, 더 파국적인 외상사건이 일어나지 않았음에 대한 역설적 감사를 했을 때 영성이 더 증진될 수 있다.

41) 전혜정, “노년기 종교활동이 정신건강에 미치는 영향”, 174.

42) 전혜정, “노년기 종교활동이 정신건강에 미치는 영향”, 178.

43) ‘감사’는 활기, 낙관성, 영성, 친사회적 행동 및 희망과 밀접한 관련이 있다. 즉 감사하는 경향의 사람들이 더 높은 수준의 긍정적 정서를 경험함으로써 안녕감이 상승될 수 있다.

하나님께서 범사를 주관하신다는 믿음을 가질수록 자신들의 건강 정도를 긍정적으로 지각한다는 연구결과들⁴⁴⁾에서 알 수 있듯이 노년기의 영성과 믿음은 노년기의 신체감에 긍정적으로 영향을 미친다. 노년기의 영성은 감사의 태도에서 더 확장되는데 누군가가 베푼 관용을 받은 수혜자로 스스로를 보는 것은 자신을 보다 가치 있다고 느끼게 하여 자기존중감을 높여 줄 수 있기 때문이다. 감사를 하는 동안 생애 긍정적 사건들은 물론 부정적인 사건에 대해서도 긍정적인 의미를 발견하고 이를 정교화하게 되어, 스트레스 상황에서 자신의 성공적인 경험을 보다 쉽게 떠올리고, 그것을 극복할 수 있는 자신의 능력에 대한 믿음을 유지하게 한다.⁴⁵⁾

노년기는 타인의 시선으로 자신의 삶을 평가하기 보다는 자신만의 삶의 속도를 찾아 유지하는 것이 중요하다. 하나님께 묻고 그분의 목소리에 귀를 기울이는 것이다. 노년의 스펙은 특히 자녀들의 성공과 출세로 화려해 지는데 정작 자신의 영혼은 왜소해질 수 있다. 참다운 영적인 가치는 사라지고 과거의 지위와 신분만 남기 때문이다. 그러므로 노년의 남은 인생을 뜨겁게 사랑하는 것이 중요하다. 그동안 개인의 삶은 잘 먹고 잘 사는 것이 삶의 목표가 되고 우상이 되어 왔을지라도 노년기의 삶은 하나님 안에서 궤도수정이 불가피하다. 자동차를 달리게 하는 엔진도 중요하지만, 멈추게 하는 브레이크도 그 못지않게 중요한 의미가 있기 때문이다. 노년기는 생의 과정에서 그동안 누려온 하나님의 은총에 감사하며 베푸는 과정을 통해 인생을 통합함으로써, 노년기의 삶의 현장이 영성이 충만한 무대가 되기를 기대한다.

44) Jean E. Swinney, "African Americans with Cancer: The Relationships Among Self-esteem, Locus of Control, and Health Perception," *Research in Nursing & Health* 25(2002): 371.

45) Philip C. Watkins, "Gratitude and Subjective Well-being," in *The Psychology of Gratitude*, eds. R. A. Emmons & M. E. McCullough (New York: Oxford University Press, 2004), 167-192. 노지혜 · 이민규, "나는 왜 감사해야 하는가?", 163에서 재인용.

【 참고문헌 】

- 권양순 · 송정아. “영적 건강과 자아존중감이 노인의 삶의 만족에 미치는 영향”. 한국기독교상담심리 치료학회. 「한국기독교상담학회지」 제20권 (2000): 53-80.
- 김도환. “노인이 지각한 가족지지, 자아존중감 및 우울과의 관계연구”. 한국 노인복지학회. 「노인복지 연구」 제13권(2001): 113-144.
- 김미경. “다문화 가정 청소년의 적응을 위한 기독교상담: 자아탄력성을 중심으로”. 한국복음주의기독교상담학회. 「복음과 상담」 제17권(2011): 74-100.
- 김미경. “외상후성장(PTG)모델로서 이삭, 요셉이야기”. 기독교학문연구회. 「신앙과 학문」 제16권 4호 (2011): 7-31.
- 김수정. “노인의 종교활동이 삶의 질에 미치는 영향의 경로분석: 사회적 지지 및 실존적 건강의 매개 효과를 중심으로”. 한국노인복지학회. 「노인복지연구」 제33권(2006): 29-50.
- 김정남. “농촌노인의 영적 안녕과 희망, 지각된 건강상태에 관한 연구”. 한국 보건간호학회. 「한국보건 간호학회지」 제18권 2호(2004): 342-357.
- 노지혜 · 이민규. “나는 왜 감사해야 하는가?: 스트레스 상황에서 감사가 안녕감에 미치는 영향”. 한국 심리학회. 「한국심리학회지: 임상」 제30권 1호(2011): 159-183.
- 문정민 · 전요섭. “노인의 신체감에 대한 영성성숙의 목회상담학적 대안”. 한국개혁신학회. 「한국개혁 신학」 제23권(2008): 297-324.
- 염형욱. “노년기 영성과 불안, 우울 및 삶의 질과의 관계”. 석사학위논문, 영남대학교대학원, 2003.
- 오복자. “암환자의 영적안녕과 삶의 질과의 관계연구”. 성인간호학회. 「성인간호학회지」 제9권 2호 (1997): 189-198.
- 오성춘. “영성과 목회상담”. 한국목회상담학회 추계학술대회자료집. 2001.: 4-18.
- 윤현숙 · 이은경 · 이정희 · 윤지영 · 김은숙 · 장은진 · 최류란 · 강성보 · 한아름.

- “노인을 위한 통합 건강 프로그램의 효과: 몸-마음-영성 프로그램”. 한국노인복지학회. 「노인복지연구」 제48 권(2010): 345-374.
- 이재화 · 전요섭. “이야기상담의 이해와 기독교상담방안”. 한국복음주의기독교상담학회. 「복음과 상담」 제18 권(2012): 264-294.
- 이현영. “노인의 영성과 자아통합감과의 관계연구”. 석사학위논문, 이화여자대학교대학원, 2005.
- 장인순 · 김수미. “일부 지역사회 노인의 영적안녕에 영향을 주는 요인 연구”. 노인간호학회. 「노인간호학회지」 제5 권 2 호(2003): 193-204.
- 전혜정. “노년기 종교활동이 정신건강에 미치는 영향”. 한국노인복지학회. 「노인복지연구」 25 권(2004): 169-186.
- 정석환. “이야기심리학과 기독교상담”. 연세대학교 한국기독교문화연구소. 「신학논총」 제4 권(1998): 203-240.
- 정소영. “노인자원봉사자의 자아통합감에 관한 연구”. 석사학위논문, 이화여자대학교대학원, 2003.
- 정형철. 『아가페 성경사건』. 서울: 아가페, 1996.
- 최광현. “가족체계이론을 중심으로 한 위기가족을 위한 목회적 돌봄”. 한국복음주의기독교상담학회. 「복음과 상담」 제17 권(2011): 179-202.
- 최금주 · 제석봉. “노인의 영성이 자아통합감에 미치는 영향”. 한국노인복지학회. 「노인복지연구」 제38 권(2007): 109-125.
- 최상순. “일 지역의 성인의 영적 안녕, 희망 및 건강상태에 관한 연구”. 박사학위논문, 연세대학교대학원, 1991.
- 최영민. “기독교상담에서 종교성과 영성의 평가”. 한국기독교상담심리치료학회. 「한국기독교상담학회지」 제3 권(2002).
- Bakan, David. *The Duality of Human Existence: Isolation and Communion in Western Man*. Boston: Beacon Press. 1966.
- Clinebell, Howard. *Counseling for Spiritually Empowered Wholeness: A Hope-Centered Approach*. New York: Haworth Pastoral Press, 1995.
- Collins, Gary R. *Christian Counseling*. 피현희 · 이해련 역. 『크리스찬 카운슬링』. 서울 : 두란노, 1984.
- Crabb, Larry J. *Effective Biblical Counseling: A Model for Helping Caring Christians Become Capable Counselors*. Grand Rapids, MI.: Zondervan, 1977.

- Dima-Cozma, Corian and Sebastian Cozma. "Religion and Medicine or the Spiritual Dimension of Healing." *Journal for the Study of Religion and Ideologies* 11, no.31(2012): 31-48.
- Idler, Elen L. and Stanislav V. Kasl. "Religion Among Disabled and Nondisabled Person: Cross-sectional Patterns in Health Practices, Social Activities, and Well-being." *The Journals of Gerontology* 52B(1997): 294-305.
- Klaas, D. "Testing Two Elements of Spirituality in Depressed and Non Depressed Elders." *International Journal of Psychiatry Nurses Research* 4, no.2 (1998): 452-462.
- McCullough, Michael E., Jo-Ahh Tsang and Robert A. Emmons. "The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography." *Journal of Personality and Social Psychology* 82 (2002): 112-127.
- Pargament, Kenneth I., Joseph Kennell, William Hathaway, Nancy Grevengeod, Jon Newman, and Wendy Jones. "Religion and the Problem-solving Process: Three Styles of Coping." *Journal of Scientific Study of Religion* 27(1988): 90-104.
- Reed, Pamela G. "Self-transcendence and Mental Health in Oldest-old Adults." *Nursing Research* 40, no.1(1991): 5-11.
- Summers, Frank. *Object Relations Theories and Psychopathology*. 이재훈 역. 『대상관계이론과 정신병리학』. 서울: 한국심리치료연구소. 2004.
- Swinney, Jean E. "African Americans with Cancer: The Relationships Among Self-esteem, Locus of Control, and Health Perception." *Research in Nursing & Health* 25(2002): 371-382.
- Watkins, Philip C. "Gratitude and Subjective Well-being." In *The Psychology of Gratitude*. eds. R. A. Emmons & M. E. McCullough. New York: Oxford University Press. 2004, 167-192.
- Wong-McDonald, Ana and Richard Gorsuch. "A Multivariate Theory of God Concept, Religious Motivation, Locus of Control, Coping, and Spiritual Well-being." *Journal of Psychology and Theology* 32(2004): 318-334.

Wortmann, Jennifer H. and Crystal L. Park. "Religion and Spirituality in Adjustment Following Bereavement: An Integrative Review." *Death Studies* 32(2008): 703-736.

【 Abstract 】

Biblical Models for Spirituality Recovery of the Elderly: Centered on Moses and Caleb

Mi Kyung Kim

Hanyoung Theological University

The senescence has significance as the final developmental stage of life. People at senescence are desirous of spirituality more than any other developmental stages due to the occurrence of mental problems such as physical deficit, anxiety, sense of loss and depression, etc, as the unavoidable aging process. Accordingly, old people are influenced by spiritual matters more strongly than any other age groups. Spirituality relieves depression making their lives fulfilling as an element closely related to ego-integrity.

Thus, spiritual well-being at old age could wield positive influence over a crisis of destruction of well-being by providing the goals, meanings and sense of integration of living. Like this, the weight and meaning of religious spirituality of the people at old age among life-span grow greatly in particular in individual lives. Christian spirituality enables wholistic ego-integrity through recovery of well-being state in the present site of living in holistic healthy and full centering around by God through the establishment of relationship with God. We can see those detailed examples through the lives of people in the Bible. They are showing throughly how they seek for the solution fighting ultimate problems such as meaning of life, pain, dying without giving up the hope for the bright future through the faith in God in the way of accepting themselves in the present. Today, as aging is so rapid in Korea society, an in-depth discussion on the mental health and spiritual well-being of the elderly in Christian counseling way is so desperate now than ever.

Key words: the elderly, depression, ego-integrity, spirituality, Christian counseling